

# Tomáš Polanský

**Datum narození:** 16.7.1998

**Herní pojetí:** agresivně útočné

**Dřevo:** Samsonov Force Pro

**Potahy:** Evolution MX-P

**Současný klub:** 1. FC Saarbrücken

**Největší úspěch v kariéře:** Trojnásobný kadetský mistr Evropy 2013 (dvouhra, družstva, čtyřhra), vítěz kadetského TOP 10 2013, vítěz juniorského TOP 10, stříbrná medaile na ME v družstvech a mixu juniorů, třetí místo na ME juniorů ve dvouhře, vítěz dvouhry na Polish Junior and Cadet Open, vše v roce 2016.

**Začátky mé stolně-tenisové kariéry:** Začínal jsem v Děčíně, hlavně asi proto, že tam působilo dost členů rodiny, můj děda, mamka i brácha. Bylo mi asi pět let a společně s pinčesem jsem hrál i fotbal. Po chvíli jsem přestal časově zvládat oba sporty, a tak jsem si vybral stolní tenis.

**Trenéři, kteří nejvíce ovlivnili moji výkonnost:** Mými prvními „trenéry“ byli mamka a děda. Pak určitě Michal Hájek v Ústí nad Labem a chvíli mě trénoval i Jindra Panský. Nejvíce jsem ale spolupracoval s Pepou Braunem a ten mě vytáhl nejvíce. Jsem rád, že naše spolupráce trvá dále i přesto, že nyní trénuji hlavně v Německu. V Saarbrückenu se o mě starají Slobodan Grujić a Wang Zhi, což jsou také výborní trenéři.

**Sportovní vzory:** Vladimír Samsonov a také Petr Korbel

**Na stolním tenise se mi líbí:** Stolní tenis se mi jako sport líbí a jsem rád, že ho hraji.

**Na stolním tenise nemám rád:** Nedá se vyloženě říct, že bych něco neměl rád, spíše jsou to takové detaily, které má určitě každý vrcholový sportovec v každém sportu. Možná že by stolní tenis mohl být více propagovaný. Případá mi, jako bychom byli něco míň než třeba fotbal nebo hokej, což si vůbec nemyslím.

**Můj typický „pracovní“ den:** Budíček zvoní v 8:00, jdu na snídani a od devíti hodin mi začíná trénink. Většinou trvá okolo dvou a půl hodiny, pak si dám oběd, trochu se vyspím a ve čtyři jdu na druhou fázi. Ta trvá také zhruba dvě a půl hodiny, záleží, jestli mám zápasy nebo ne, to se vždy přizpůsobí. Večer si někdy zajdu do posilovny.

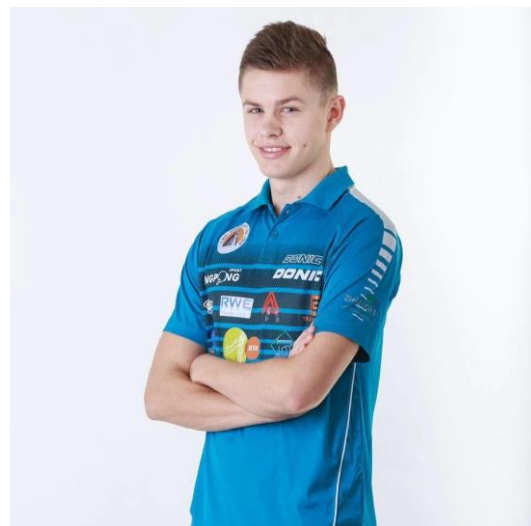
**Můj volný den:** Volné dny se snažím trávit s rodinou. Většinou těch dnů moc není, z toho ohledu jsou nejlepší vánoční a letní prázdniny. Občas si samozřejmě udělám čas i na kamarády i kamarádky.

**Má největší herní přednost a slabina:** Myslím si, že mám trochu lepší forhand, ale není to veliký rozdíl ve srovnání s bekendem. V minulosti tomu tak nebylo. A své slabiny se mi nechce prozrazovat.

**Můj životní cíl:** Chci patřit ke světové špičce, což je pro mě prvních třicet hráčů světa.

**Mé oblíbené jídlo:** Svíčková s knedlíkem

**Na důležité zápasy se připravuji:** Většinou dva dny před zápasem trochu uberu, trénuji stejně často, ale v menších dávkách. Mám pak větší chuť do zápasu i k samotnému hraní.



**Mé současné tréninkové dávky:** Od pondělí do pátku zhruba pět až šest hodin denně, o víkendu jen jedna fáze. Dohromady to dělá zhruba třicet hodin za celý týden. Když nemám moc zápasů tak se snažím trénovat více.

**Nejhezčí místo, které jsem díky stolnímu tenisu navštívil:** Určitě ostrov Guam, kde jsem byl na mistrovství světa kadetů.

**Počet žlutých a červených karet v dosavadní kariéře:** To z hlavy bohužel nevím. Dříve jich bylo dost, teď si myslím, že jsem se celkem umírnil.

**Má oblíbená kombinace:** Servis a všechno

**Můj největší skalp:** Stefan Fegerl, Morizono Masataka, Robin Devos, Grigory Vlasov

**Stolní tenisté z Asie jsou obecně lepší než Evropané, protože:** Je jich hrozně moc, tím pádem mají strašně velký výběr. Dále mají trenéry, kteří jsou asi nejlepší a od začátku se všichni učí správnou techniku. Dalším důvodem může být, že v Asii (hlavně v Číně) přes sezonu nemají ligu, hrají ji v létě. Tím pádem mohou více měsíců jen trénovat a z toho vyplývá, že ve výsledku mají natrénováno o mnoho víc hodin než Evropani.

**Nejtipnější stolně-tenisový moment, který jsem zažil:** Vybaví se mi možná pár komických karambolů, které jsem viděl z lavičky. Na mistrovství Evropy v Bratislavě zakopnul Patrik Klos tak, že málem zboural ohrádku a já musel dokonce odejít pryč, abych ten záchvat smíchu uklidnil.

**Nejhorší a nejlepší školní předmět:** Nejhorší určitě fyzika, nejlepší angličtina.

**Nejsympatičtější hráč/hráčka na okruhu je podle mě:** Darko Jorgič je super kluk, rozumíme si výborně, je to opravdu skvělý kamarád.

**Moje nervozita před zápasy a uklidňování:** Před každým zápasem jsem samozřejmě trošku nervózní, ale že bych se klepal nebo něco takového, to ne. Uklidňuju se tím, že se s někým začnu bavit a vtipkovat.

**Když vedu 10:0 tak:** Schválně zkažím a dám jeden bod soupeři.

**Mé oblíbené sporty:** Fotbal, hokej, tenis, snooker

**Mé koníčky a záliby:** Tenis, plavání a hraní na XBOXu