

# Životopis – Jindřich MICHÁLEK

**Datum narození:** 1.4.1978  
**Bydliště:** Praha 4 – Modřany  
**Vzdělání:** středoškolské  
**Zaměstnání:** osobní trenér BBC Praha, kulturistika a fitness  
**Praxe:** 12let

**Reference:** Reprezentant ČR v kulturistice  
Absolutní mistr Čech 2006  
Absolutní mistr České republiky 2006  
Vícemistr Evropy 2006

Úvodem bych Vám řekl pár slov o sobě a svému vztahu ke sportu. Vzhledem k tomu, že pocházím ze sportovní rodiny, začal jsem se sportem již v 5 letech, a to fotbalem. V roce 1992 jsem přestoupil do fotbalového klubu Bohemians Praha na základě výběru hlavního trenéra. Od krajského přeboru jsem poté přešel do 1.dorostenecké ligy. V 19 letech, před přestupem do Viktorie Žižkov, jsem však musel s fotbalem skončit z důvodu vleklého zranění kolene a kotníku.

V době fotbalu jsem se také věnoval bojovým sportům, především karate, a v této souvislosti již také aktivně posiloval a to již od svých 14 let! Tento sport mě nakonec zaujal natolik, že jsem u něj zůstal dodnes. I když jsem měl vizuální výsledky už v 19 letech, dlouhou dobu jsem však cvičil „jen pro sebe“, neboť hlavním sportem pro mě tehdy byl ještě fotbal.

Zlomem tohoto stavu byl až rok 2003, když jsem se seznámil s výborným kulturistou Tomášem Burešem, který byl 4 roky mým sparringpartnerem.

Teprve v roce 2006 jsem se cítil již fyzicky i psychicky připraven na soutěže a podařilo se mi napoprvé vyhrát všechny republikové soutěže a získat titul absolutního mistra ČR 2006 s nominací na ME, kde jsem vybojoval druhé místo.

Přesto, že mým největší koníčkem je kulturistika věnuji se také jiným sportům jako tenis nebo squash. Ve svém volném čase nejraději relaxuji u sklenky kvalitního vína nebo návštěvou kulturních akcí např. divadla, kina či koncertů.

V mých nejbližších plánech do budoucna je se připravit na novou soutěžní sezónu, kde vrcholem by mělo být Mistrovství světa což ovšem závisí také na získání sponzora, který by měl zájem se na mých výsledcích podílet.

Díky za přízeň.