



🏠 / [Tenis](#) / [Ostatné](#) / [Matej Lipták naučil Dominiku Cibulkovú vyhrávať škaredo](#)

Matej Lipták naučil Dominiku Cibulkovú vyhrávať škaredo



370

Zdieľaj

SPORT 20.10.2016 | 07:31 BRATISLAVA - Dominika Cibulková predvčerom večer odletela do Singapuru, kde sa od nedele predstaví prvý raz v kariére na turnaji majsteriek. Ešte pred odletom nám poodhalila „tajomstvá“ svojich tohtoročných úspechov.

V tenistkinom tíme sa o turnaji majsteriek dlho nehovorilo, na priebežné poradie sa pýtala manžela potajomky

Dominika Cibulková bola v lete v podobnej situácii ako predvlani. Teraz sa zachovala inak. V júli 2014 pred odchodom na zámorské turnaje vyhlásila, že turnaj majsteriek je jej cieľ na záver sezóny. Utvorila tým na seba tlak, s ktorým sa jej nedarilo vyrovnáť.

Po nedeľňajšom postupe do Singapuru priznala, že opäť začala v lete pomýšľať na koncoročný šampionát. Poučená z predošlej skúsenosti však svoj cieľ nevyslovila verejne. Mali sme z nej pocit akoby slová turnaj majsteriek boli v jej tíme zakázané. Bolo to tak?

„Naozaj som o tom nechcela hovoriť nahlas. Dokonca ani v tíme sme sa turnajom majsteriek nezaoberali. Akurát občas som sa manžela potajomky opýtala, ako to aktuálne vyzerá v poradí tohtoročných výsledkov,“ prezradila nám naša jednotka.

SÉRIA VEĽKÝCH PLAGÁTOV SLOVENSKÝCH FUTBALOVÝCH HVIEZD!

Iba v denníku Šport



Piaty z ôsmich plagátov už v stredu 26. 10. **SPORT**

Najčítanejšie zo Šport.sk

SP: Životný úspech Petry Vlhovej, najrýchlejšia v 2. kole obrovského slalomu	20 685
Senzačný Messi zachránil Barcelonu v hodine dvanástej	11 344 Video
AC Miláno doma v šlágrí porazil Juventus Turín	10 459
Barcelona si poradila s Valenciou, hrdinom opäť Messi	10 423
Barca prišla o svojho kľúčového hráča, bude chýbať až tri mesiace	10 054 Video



včera 20:00 | [NHL](#)

SPORT Pri päťstom góle nekričal, nechcel zobudiť chorú manželku



5 fotiek vo fotogalérii

Turnaj majsteriek prestal byť tabu pred necelými troma týždňami po úspešnom turnaji vo Wu-chane. Vtedy sa už-už zdalo, že Dominika je jednou nohou v Singapore. Všetci v tíme začali počítať. Slovenka hltala každú informáciu o výsledkoch či zdravotnom stave svojich konkurentiek.

„Sledovala som to naozaj intenzívne. Poriadne nervy mi robila Britka Johanna Kontová, ktorá ma výborným výsledkom v Pekingu odsunula na deviatu priečku. Našťastie, v Linzi som si postupovú pozíciu zobrala späť. Bola som síce unavená, no pred očami som mala len svoj cieľ.“

Cibulková bola známa ako hráčka, ktorá dokáže zdoľať takmer všetky súperky na okruhu, no mala problémy víťaziť pravidelne. Tento rok to vôbec neplatí. Naša reprezentantka už vyhrala 52 zápasov, čím o deväť víťazstiev prekonala svoje maximum z roku 2008. Tento rok premenila viac mečbalov len svetová jednotka Angelique Kerberová (59).

Veľkú úlohu na zlepšení Cibulkovej psychickej odolnosti má spolupráca s mentálnym koučom Radkom Šefčíkom. „Veľmi mi to pomohlo. Veľakrát bola mentálna príprava užitočnejšia ako tá na kurte. Natrénované hodiny sú bez mentálnej sily nanič.“



5 fotiek vo fotogalérii

Svetová osmička uznáva, že po podobnej pomoci mohla siahnuť už pred pár rokmi. „Keby som v mladosti mala dnešné skúsenosti, asi by som angažovala mentálneho kouča skôr. Nevieť však, či by som už vtedy dokázala vnímať jeho rady tak ako teraz. Asi to malo byť v mojej kariére presne takto.“

Na Slovensku spolupráca s mentálnymi koučmi ešte nie je taká bežná ako v zahraničí. Azda aj preto našim športovcom zväčša trvá dlhšie, kým oslovia odborníka na psychiku.

„Je pravda, že to u nás ešte nie je veľmi rozšírené. Netvrdím, že spolupráca s mentálnym koučom by vyhovovala každému, no mne veľmi pomohla. Viem o tom, že takúto pomoc vyhľadali aj Suáirezová-Navarrová či Kontová. V najužšej špičke je takýto odborník dôležitá súčasť tímu.“

Tenisový expert Jan Kukal vyslovil na začiatku minulého roka názor, že Dominika nemôže hrať celý rok dobre, pretože pre svoj najlepší tenis potrebuje vkladať do hry veľa emócií. To sa vraj nedá na každom turnaji.



Najväčší výpredaj do -80%
Tričká od 5€, Tenisky od 9€, Mikiny od 7€



Nové oči pre vašu babičku
Operácie sivého zákalu bez doplatku.



Partnerská pôžička
Požičajte si výhodne, či ste jeden, či dvaja.



Akcie mesiaca u MEBLINE
Obyv. steny, čalúnený nábytok a skrine za super ceny



Najviac peňazí za najnižší úrok
ÚVERMARKET

[AzetKlik.sk](#)



Kvalitné a moderné kuchyne na mieru.



Najšetrnejšia metóda LASEK
v CMO len za 599 EUR



Detské návliečky Disney
Vyrobené z tej najkvalitnejšej bavlny.



Získajte 40€ na nákup v SIKO!
Oslavujeme 25 rokov! Kuchyne a kúpeľne SIKO.



Pôžička s dobrým úrokom
Možnosť predčasného splatenia

[AzetKlik.sk](#)



5 fotiek vo fotogalérii

„Tie slová sú stále pravdivé... Mňa zápasy stoja oveľa viac energie ako napríklad Poľku Agnieszkę Radwańską. Aj jej štýl hry je náročný, veď toho veľa vybehá, no hrá bez emócií. Po víťazstve maximálne tak zdvihne ruky. Aj preto dokáže hrať vyrovnane týždeň čo týždeň.“

Ako je teda možné, že Slovenka tento rok tak často víťazila? „Aj v tejto sezóne som mala výkyvy, no neboli také veľké. Nie vždy som predvádzala svoj najlepší tenis. Nevydarené zápasy som však dokázala hodiť za hlavu a vyhla som sa krízam, ktoré by sa so mnou ťahali dlhodobo.“

„Napríklad wimbledonské osemfinálové víťazstvo nad Radwańskou ma však tak vyštávil, že som rovnaké emócie zo seba nedokázala dostať na ďalších troch-štyroch turnajoch.“

Trochu zjednodušene sa dá povedať, že v ére pred trénerom Matejom Liptákom platilo pre Dominiku nasledovné: ak hrala vynikajúco, vyhrala. Keď sa jej nedarilo úplne podľa predstáv, prehrala. Lipták jej však od začiatku spolupráce v roku 2013 systematicky vstupuje do hlavy, že sa dá vyhrávať aj „škaredo“. Netreba vždy podať perfektný výkon. Stačí zahrať lepšie ako súperka.



5 fotiek vo fotogalérii

„Tréner mi opakoval, že nemusím vždy hrať pekne na to, aby som postúpila do ďalšieho kola. Toto poznanie som tento rok zúročila veľakrát. Mnohé z mojich tohtoročných úspechov sa začali trápením v prvom či druhom kole. Zatiaľ čo v minulosti by som také zápasy možno nezvládla, teraz som cez tie súboje preliezla, potom som sa rozohrala a aj úroveň mojej hry sa v priebehu turnajov zvyšovala.“

„Výstižne to ilustruje turnaj vo Wu-chane. V druhom kole som nastúpila proti Nemke Laure Siegemundovej. Ten zápas vôbec nebol dobrý. Vybojovala som ho však po obrate z 0:1 na sety. Už v ďalšom kole som sa cítila na kurte výborne a Karolínu Plíškovú z Top 10 som zdolala 6:2, 6:2...“

Zdá sa, že Cibulková v 27 rokoch tenisovo dozrela a nadobudla vlastnosť, ktorá robí rozdiel medzi dobrými hráčkami a tenisovou extratriadou. Ak si ju udrží, máme sa v najbližších rokoch na čo tešiť.

ODDYCHOVALA PRI ESCOBAROVÍ

Aby športovec dokázal podať špičkový výkon, musí z času na čas prísť aj na

iné myšlienky. Boli sme zvedaví, ako relaxovala Dominika počas boja o Singapur. „Rada čítam knižky alebo hrám s manželom karty. To je taká naša klasika. Veľmi radi pozeráme aj televízne seriály. V poslednom období nás nadchol americký seriál Narcos o kolumbijskom drogovom dilerovi Pablovi Escobarovi. Videli sme už obe série. Keď sme dopozerali poslednú časť, vraveli sme si: ‚Čo teraz budeme po večeroch robiť, keď už nemáme Narcos...‘“ zasmiala sa pri zmienke o vydarenom seriáli, ktorý vysoko hodnotia fanúšikovia i odborná kritika.



Denník Šport
17 599 Páči sa mi to

 Stránka sa mi páči

 Nakupovať

Zdroj: Denník Šport, Štefan Bugan Foto: TASR/AP, SITA/AP, Reuters

 Zdieľaj na Facebooku 370

Diskusia / 4

 FB fanpage **sport.sk**

 Páči sa mi to 155 tis.



TENIS - ATP MOSKVA - RUSKO	1	X	2	
Pablo Carreno Busta  Fabio Fognini	2.27	1.00	1.64	Dnes 15:05

 ATP



21.10. 22:40

ATP Štokholm: Bulhar Dimitrov sa prebojoval do semifinále cez Andersona

21.10. 21:50 | ATP



ATP Moskva: Fognini s Kohlschreiberom pokračujú na turnaji v

21.10. 21:00 | WTA



WTA Luxemburg: Niculescuová sa vo finále stretne s Kvitovou



Pôžičku vybavíte rýchlo
jednoducho a bez poplatku!



Kulturisti ho nenávidia
Nabral 37kg svalov za mesiac. TY môžeš tiež!



Hala za cenu auta!
Ktorú si môžete dovoliť aj Vy. Ponuka zdarma.



Silná potencia už po 17 minútach.
Obnovenie mužstva rýchlo a diskrétno.



Originálne košele Emporio Armani
S certifikátom originality len 34,99€



Lekári prekvapení
účinnosťou novej kapsuly na rast svalov



Seriózne zoznámenie na úrovni
Kľúčom k úspechu je podobnosť partnerov



Pôžička od Poštovej banky
Požičajte si výhodne, či ste jeden, či dvaja.

AzetKlik.sk



Pôžičku vybavíte rýchlo
jednoducho a bez poplatku!



Kulturisti ho nenávidia
Nabral 37kg svalov za mesiac. TY môžeš tiež!



Hala za cenu auta!
Ktorú si môžete dovoliť aj Vy. Ponuka zdarma.



Silná potencia už po 17 minútach.
Obnovenie mužstva rýchlo a diskrétno.



Originálne košele Emporio Armani
S certifikátom originality len 34,99€



Lekári prekvapení
účinnosťou novej kapsuly na rast svalov



Seriózne zoznámenie na úrovni
Kľúčom k úspechu je podobnosť partnerov



Pôžička od Poštovej banky
Požičajte si výhodne, či ste jeden, či dvaja.

AzetKlik.sk



Pôžičku vybavíte rýchlo
jednoducho a bez poplatku!



Kulturisti ho nenávidia
Nabral 37kg svalov za mesiac. TY môžeš tiež!



Hala za cenu auta!
Ktorú si môžete dovoliť aj Vy. Ponuka zdarma.



Silná potencia už po 17 minútach.
Obnovenie mužstva rýchlo a diskrétno.



Originálne košele Emporio Armani
S certifikátom originality len 34,99€



Lekári prekvapení
účinnosťou novej kapsuly na rast svalov



Seriózne zoznámenie na úrovni
Kľúčom k úspechu je podobnosť partnerov



Pôžička od Poštovej banky
Požičajte si výhodne, či ste jeden, či dvaja.

AzetKlik.sk



NHL

dnes 07:15

Fantastický Pánik opäť zachraňoval Chicago

Video



Španielsko

včera 19:40

Barca prišla o svojho kľúčového hráča, bude chýbať až tri mesiace

Video



dnes 09:30 | Vodné športy

Neznámy fanúšik zachránil olympijskému víťazovi život pohľadom



včera 20:00 | NHL

Pri 500. góle nekričal, aby nezobudil chorú manželku



dnes 08:30 | NHL

Prichádza veľká príležitosť pre Petra Budaja, zranený je aj



včera 21:45 | NHL

NHL riešila kuriózný problém, hráči Nashvillu takmer nenastúpili na

Nechaj sa strhnúť
obrovskou šancou na víťazstvo!

Iba v Novom Čase môžeš hrať každý deň o **finančné výhry.**

VEĽKÁ TRHACIA SÚŤAŽ

Nechaj sa strhnúť
obrovskou šancou na víťazstvo!

Iba v Novom Čase môžeš hrať každý deň o **finančné výhry.**

VEĽKÁ TRHACIA SÚŤAŽ



Najviac peňazí za najnižší úrok
ÚVERMARKET

Autobazar.SK

Zlacené autá

Vývoj cien áut

Kúpna zmluva a tlačivá

Kompletná ponuka áut



Pridať inzerát



Audi
A1, A3, A4, A6, A8



BMW
Rad 3, Rad 5, X5

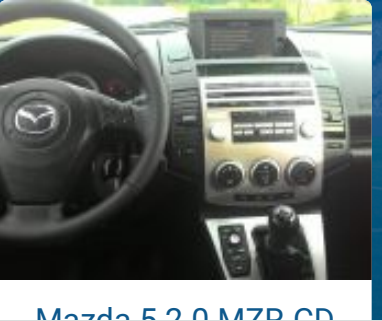
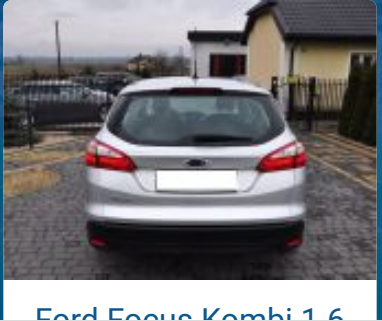
**Ford**
Fiesta, Focus

**Opel**
Astra, Corsa

**Škoda**
Fabia, Octavia

**Volkswagen**
Golf, Passat, Polo

Všetky značky a modely



Ford Focus Kombi 1.6Ford Focus Kombi 1.6Mazda 5 2.0 MZP CDNissan Almera Tino 2.2



Aktuality.sk

včera 19:00

Komentár Daga Daniša: Ako sa Fico zahrá na Dzurindu



dnes 00:00 | Aktuality.sk

Komentár Martina Dubéciho: Populisti bez riešení



dnes 09:15 | Nový Čas

Ďalšia skvelá správa z NHL! Toto poteší každého slovenského



12.10. 07:01 | Živé.sk

12 najväčších vylepšení moderných notebookov



dnes 08:30 | Nový Čas

Už sa zelenie! Nastúpi DAC doma už o mesiac proti Trenčínu?

Najnovšie z tenisu

ATP

WTA

Grand Slam

Davis Cup

Fed Cup

Ostatné



ATP

včera 19:20

ATP Challenger Brest: Norbert Gombos sa prebojoval až do finále



ATP

včera 19:20

ATP Antverpy: Gasquet vyzve vo finále Argentínčana Schwartzmana



ATP

včera 17:40

ATP Viedeň: Martina Kližana preverí v prvom kole svetová dvojka



včera 18:30 | ATP

ATP Štokholm: Argentínčan Del Potro bude bojovať o titul s



včera 16:55 | WTA

 Fyzioterapeut Jozef Ivanko: Cibulková je maximálna



včera 18:15 | ATP

ATP Moskva: Fogniniho súperom vo finále bude Carreno-Busta



včera 16:35 | WTA

WTA Luxemburg: Monica Niculescuová porazila vo finále Kvitovú