

Univerzita Karlova

Filozofická fakulta

KATEDRA SOCIOLOGIE

Bakalářská práce

Kateřina Beránková

Ženský bodybuilding

Women's bodybuilding

Praha 2024

Vedoucí práce: Mgr. Petra Poncarová

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracoval/a samostatně, že jsem řádně citoval/a všechny použité prameny a literaturu a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze, dne 2. května 2024

Kateřina Beránková

Klíčová slova (česky)

Fitness, bodybuilding, tělo, gender, sebepojetí

Klíčová slova (anglicky):

Fitness, bodybuilding, body, gender, self-identify

Abstrakt (česky)

Tato bakalářská práce se věnuje problematice ženského bodybuildingu ve vztahu k pojetí maskulinity a femininity, a osobní identitě. Ženský bodybuilding je specifickým sportem plným kontrastů, které se často opírají o normativní vnímání genderu. Kromě dimenze sportu jsou ženy nuceny obstát v dimenzi každodenního života, kde jsou posuzovány ze strany široké společnosti. Hlavní výzkumná otázka: „Jak ženy vnímají maskulinitu a femininitu v ženském bodybuildingu a jak to souvisí s jejich sebepojetím?“ je doplněna o tři dílčí otázky: „Jaké faktory na tyto ženy působí z hlediska vnímání vlastní identity?“; „Jaké mají ženy věnující se bodybuildingu zkušenosti s reakcemi okolí v každodenním životě?“; „Jakým způsobem ovlivnil ženský bodybuilding vnímání ženskosti u těchto sportovkyň?“ Teoretická část práce se zabývá sociologickým pojetím těla, genderu a identity, zejména ve vztahu k tématu práce. Pro empirickou část byl zvolen kvalitativní přístup za kombinace metod polostrukturovaných rozhovorů se ženami věnujícími se bodybuildingu na soutěžní úrovni a zúčastněného pozorování, které doplnilo zejména kapitoly zabývající se obecnou charakteristikou ženského bodybuildingu kvůli hlubšímu pochopení problému. Výsledky analýzy byly rozděleny podle témat Reakce okolí, Sebeпоjetí a gender, Ideály a posunutí hranic, a Přístup k estetickým úpravám a doping.

Abstract (in English):

This bachelor thesis focuses on the issue of women's bodybuilding in relation to concepts of masculinity and femininity, and personal identity. Women's bodybuilding is a specific sport full of contrasts that are often based on normative perceptions of gender. In addition to the dimension of sport, women are forced to withstand in the dimension of everyday life, where they are judged by society at large. Main research question: "How do women perceive masculinity and femininity in female bodybuilding and how does this relate to their self-concept?" is followed by subquestions: "What factors influence these women's perceptions of their own identity?"; "What are the experiences of women involved in bodybuilding with the reactions of the society in their everyday lives?"; "In what ways has female bodybuilding influenced these female athletes' perceptions of femininity?" The theoretical part of the thesis deals with the sociological concept of body, gender, and identity, especially in relation to the topic of the thesis. For the empirical part, a qualitative approach was adopted, using a combination of semi-structured interviews with women involved in bodybuilding at the competitive level and participant observation, which complemented the chapter dealing with the general characteristics of female bodybuilding in order to gain a deeper understanding of the issue. The results of the analysis were categorised according to the themes of Reactions of the Environment, Self-concept and Gender, Ideals and Pushing Boundaries, and Attitudes towards Aesthetic Modification and Doping.

OBSAH

1	ÚVOD	8
2	TEORETICKÁ ČÁST	9
2.1	SPOLEČNOST A ŽENSKÝ BODYBUILDING.....	9
2.2	TĚLO JAKO SOCIOLOGICKÉ TÉMA.....	10
2.3	GENDER.....	11
2.4	SEBEPOJETÍ	12
2.5	ESTETICKÉ ZÁKROKY A ŽENSKÝ BODYBUILDING	13
2.6	SHRNUTÍ	14
3	EMPIRICKÁ ČÁST.....	14
3.1	METODOLOGIE A DATA.....	14
3.2	OBECNÝ POPIS ŽENSKÉHO BODYBUILDINGU	17
3.3	SOUTĚŽE.....	19
3.3.1	<i>Soutěžní kategorie.....</i>	<i>19</i>
3.4	SOUTĚŽNÍ PŘÍPRAVA	21
3.4.1	<i>Periodizace soutěžní přípravy</i>	<i>21</i>
3.4.2	<i>Trénink, strava a suplementace</i>	<i>22</i>
3.4.3	<i>Doping</i>	<i>24</i>
3.4.4	<i>Pózování</i>	<i>25</i>
3.5	PRŮBĚH BODYBUILDINGOVÝCH SOUTĚŽÍ.....	25
3.6	ANALÝZA VÝSLEDKŮ.....	27
3.6.1	<i>Reakce okolí.....</i>	<i>27</i>
3.6.2	<i>Sebepojetí a gender.....</i>	<i>30</i>
3.6.3	<i>Ideály a posunutí hranic</i>	<i>33</i>
3.6.4	<i>Přístup k estetickým zákrokům a dopingů</i>	<i>35</i>
4	DISKUSE	38
5	ZÁVĚR	42
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY:	43
6	PŘÍLOHY	47
6.1	SEZNAM TABULEK.....	47

6.2	PŘÍLOHA 1 SCÉNÁŘ ROZHOVORŮ	48
6.3	PŘÍLOHA 2 VYBRANÝ PŘEPIS ROZHOVORU – ALENA.....	49

1 Úvod

Slepičková (2016) jmenuje čtyři hlavní oblasti, jimiž se sociologie sportu v České republice zabývá: sport jako sociální fenomén, sport jako součást životního stylu, sport jako nástroj sociální stratifikace a diváctví jakožto pasivní sledování sportu a sportovních utkání. Zde si můžeme povšimnout odlišnosti od tematického záběru sociologie sportu v západních zemích, kde je jedním z předních témat právě gender ve sportu (Young, 2016). Přestože existují sociologické publikace věnující se kulturistice a bodybuildingu, v našich končinách je to poměrně neprobádané téma. Na rozdíl od jiných sportovních disciplín je navíc bodybuilding unikátní ve vnímání a v postoji k vlastnímu tělu, které je jediným nástrojem k dosažení úspěchu. Pohlízet sociologickou perspektivou na tento sport tak vyžaduje souhru více disciplín, mimo sociologie sportu je to sociologie těla, a v případě zvoleného tématu zaměřujícím se na ženy také sociologii genderu.

Bodybuilding (nebo také fitness či kulturistika) je sportovní odvětví, v němž se sportovci snaží dosáhnout ideálního tělesného vzhledu jednotlivých kategorií podle předem daných specifik. Obecně jej však lze shrnout jako současnou snahu o svalový rozvoj s maximálním snížením podkožního tuku. Zde tak může potenciálně docházet ke konfliktu, neboť kultura většiny společnosti taková těla spojuje především s muži (Murnen et al., 2003; Cranswick et al. 2020). Nicméně, kategorie ženského bodybuildingu mají navíc jasně specifikované požadavky k prezentaci, které se s typicky maskulinním vizuálem rozcházejí – požadováno je výrazné líčení, zdobené soutěžní plavky, upravené vlasy, a pro řadu kategorií jsou rovněž předepsané boty na vysokém podpatku. U nižších kategorií, vyžadujících menší míru osvalení a vyrýsovanosti, jako jsou bikiny fitness a wellness fitness je i v pózování kladen důraz na projev feminity skrze chůzi a gesta (IFBB, 2023).

Mimo nároky rozhodčích a sportu jako takového, jsou na sportovkyně kladeny nároky ze strany společnosti, které jsou navzájem v rozporu. Často jsou vystavovány negativním komentářům týkající se jejich vzhledu, které se vymykají společenskému očekávání ve vztahu k jejich genderové identitě. Těmto problémům musí čelit nejen ženy věnující se přímo kulturistice, kde dochází k extrémním fyzickým změnám často za použití dopingu (McGrath & Chananie-Hill, 2009), ale dokonce i závodnice nejnižších kategorií.

Dalším nezanedbatelným faktorem, který může přímo ovlivňovat genderovou identitu sportovkyně, je, jak již bylo zmíněno výše, právě užívání dopingových látek, které

nepůsobí pouze na fyzický vzhled sportovkyně, ale také na hormonální zdraví a tím pádem i její psychiku (Andreasson & Johansson, 2021).

Cílem této práce je tedy přiblížit, s čím vším se ženy věnující se závodnímu bodybuildingu musí potýkat z perspektivy genderu a osobní identity, k jakým rozporům zde dochází a jaké nároky musí splňovat. Byla stanovena hlavní výzkumná otázka „Jak ženy vnímají maskulinitu a feminitu v ženském bodybuildingu a jak to souvisí s jejich sebepojetím?“ Na tuto otázku pak navazuje několik dílčích výzkumných otázek. Skrze analýzu kvalitativních rozhovorů je za cíl představit zkušenosti sportovkyň ze soutěží i z jejich každodenního života, dále jak tyto zkušenosti prožívají a jak je vnímají ve vztahu ke své genderové identitě.

2 Teoretická část

2.1 Společnost a ženský bodybuilding

Na přelomu 70. a 80. let, kdy ženský bodybuilding jako samostatná disciplína vznikla, se ženy setkávaly s daleko vyšší mírou kritiky než nyní, a to i uvnitř samotné subkultury (Sverkersson et al., 2020). V tradičním pojetí jsou svaly obecně spojovány s muži a snaha o pěstování svalové hmoty je považována za mužský kapitál (Cranswick et al., 2020). Svalnatá postava je vnímána jako symbol mužské síly, dominance a úspěchu, a je součástí mužské identity jako takové (Cranswick et al., 2020).

Laická veřejnost, jež má velké svaly spojené s muži, přisuzuje těmto ženám na základě obecné typizace spíše maskulinní charakterové vlastnosti (McGrath & Chananie-Hill, 2009) a spekulují nad jejich sexuální orientací. Příliš mnoho svalové masy indikuje překročení pomyslných hranic mezi gendery, které je napříč různými kulturami považované za nevhodné (McGrath & Chananie-Hill, 2009). Worthern a Baker (2016) hovoří o sociálním riziku, jemuž se svalnaté ženy vystavují, jsou stigmatizované, a považované za méně inteligentní, méně vzdělané, sociálně vyloučené a neatraktivní oproti běžné populaci.

V devadesátých letech však s rostoucí popularitou posilování a zdravého životního stylu bez ohledu na gender propuká „fitness revoluce“ a vzniká nový trend silného ženského těla, čímž dochází k vzepření se diskurzivního pojetí svalnatého těla jako maskulinního (Andreasson & Henning, 2022). S ustoupením klasické ženské kulturistiky do pozadí a vznikem nových populárních kategorií vyzdvihující ženskost s méně

osvalenými a vyrýsovanými těly se vyrovnává propast mezi ženským bodybuildingem a mainstreamovou společností (McGrath & Chananie-Hill, 2009). Přesto se ženské kategorie setkávají u veřejnosti s daleko nižší podporou, než je tomu u mužského bodybuildingu (Campbell et al., 2021).

Významnou dimenzí, v níž se odehrávají interakce každodenního života moderní společnosti, je prostředí sociálních médií. Zejména sociální média zaměřená na vizuální obsah jsou mezi ženami věnujícími se bodybuildingu velmi populární. Vedle komunikace a vzájemné podpory uvnitř komunity však vyvstává také příležitost střetů a negativních reakcí ze strany osob zvenčí (Marshall et al., 2019).

2.2 Tělo jako sociologické téma

Adelman a Ruggi (2016) uvádí, že ačkoli je sociologie těla jedním z témat současných teoretiků, počátky této disciplíny se objevují již u sociologických klasiků, jako jsou Karel Marx či Emile Durkheim, kteří se zabývali tělesností sociálních faktů. Durkheimův žák Marcel Mauss rozvíjí pojetí těla jako nástroje v utváření kultury a naopak, jak kultura formuje lidská těla. V první polovině 20. století přichází Norbert Elias s dílem *Civilizační proces*, ve kterém se zabývá rolí tělesnosti, zejména z hlediska postojů a gest, v sociálních a politických procesech. S tématy, jež přináší moderní společnost, se mění také úhel pohledu, jakým je tělo ve vztahu ke společnosti zkoumáno. Z hlediska environmentální sociologie to může být třeba problém množství lidských těl jako konzumentů omezených zdrojů. Samotný obor sociologie těla vzniká na konci 20. století a zastřešuje podobory jako sociologie medicíny a zdraví, pohlaví a genderu, sexuality nebo sportu (Adelman & Ruggi, 2016).

Ačkoli byly v historii snahy o oddělení fyzického těla a duše, současní teoretici a teoretičky namítají, že osobní identita je napojena na fyzické tělo (Adelman & Ruggi, 2016), čemuž se blíže věnuji v následujících podkapitolách. V moderní kultuře dochází v posuzování lidských těl k dichotomickému genderovému rozdělení (Adelman & Ruggi, 2016), což je hlavním argumentem feministických teoretiků a teoretiček, proč dosud nelze zcela oddělit pohlaví a gender (Butler, 2016) na stejném principu, jako právě fyzické tělo a identitu.

2.3 Gender

Gender je v naší společnosti základním rozlišovacím prvkem v posuzování druhých (Valouchová, 2015). Předpokládáme, že se utváření identity řídí binárním rozlišením, v případě genderu ženskou identitu určujeme na základě vyloučení charakteristik, které spojujeme s identitou muže – a naopak. Zároveň jsou tyto charakteristiky sociálně a kulturně podmíněny (Zábrodská, 2009) a mohou se tak lišit napříč společnostmi (Fafejta, 2004). Genderový esencialismus nahlíží na maskulinitu a feminitu jako neměnné a přirozené, naproti tomu novější přístupy odhalují, že gender má podobu spíše neustálého procesu stvrzování akty jedince dle norem dané společností (Zábrodská, 2009), přičemž vzepření se těmto normám je podle závažnosti prohřešku určitým způsobem sankcionováno (Valouchová, 2015). Je třeba chápat rozdíl mezi pohlavím, které je určeno pohlavními orgány a genderem, tedy produktem socializace (Valouchová, 2015). West a Zimmerman (2008) podotýkají, že ačkoli je performance určitého genderu svobodnou volbou, to, jak z hlediska genderu na jedince pohlíží společnost, již nikoli. Podle Shura (1984) jsou ženy při posuzování hodnoceny primárně na základě jejich genderu a až následně podle dalších charakteristik.

Jednou z genderových norem vztahující se k feminitě je obecné očekávání týkající se fyzického vzhledu (Shur, 1984), za normu v této oblasti je zde však považována prakticky nedosažitelná „ideální“ norma, kdy jako normální chování je vnímána snaha o její dosažení (Nielsen, 2004). V tomto ohledu se ženy věnující se bodybuildingu vymykají, neboť stále zaměřené na svůj fyzický vzhled usilují o dosažení zcela odlišného ideálu. McGrath & Chananie-Hill (2009) popisují hypermuskulturní ženy jako rebelující proti současným štíhlým ideálům. Tento postoj spolu se silnou kontrolou nad vlastním tělem dodává sportovkyním vyšší sebevědomí, cítí se nejen fyzicky, ale také psychicky silnější, zdravější a více „sexy“. Vstoupením do specifického prostředí bodybuildingu dochází ke změně ideálního subjektu, s nímž se identifikují; postupem času tak dochází k posunu vnímání, jak by ideální tělo mělo vypadat (McGrath & Chananie-Hill, 2009).

Bartky (1997) rozlišuje několik sfér ženského vzhledu na základě kterých jsou ženy hodnoceny; první je norma těla jistých rozměrů a proporcí. Ačkoli se zde autorka zabývá především otázkou tělesného tuku, ani ženy s větším množstvím svalové hmoty neodpovídají představě ženského jako štíhlého a drobného. Druhou oblastí jsou dle Bartky (1997) gesta, pohyby a postoje, a třetí je zdobení a kultivace. Obě tyto sféry (způsob projevu a úprava zevnějšku) naopak soutěže ženského bodybuildingu maximálně

vyčerpávají (viz popis ženského bodybuildingu). Pro ženu je zásadní vlastnit takové tělo, v němž se sama cítí „žensky“, ke ztotožnění se se svou feminitou (Bartky, 1997).

McGrath & Chananie-Hill (2009) si pokládají otázku, zda v případě ženského bodybuildingu dochází k překračování hranic mezi genderovými normami, či k jejich posilování. Odpověď zde není zcela jednoznačná. Kritické a postmoderní feministické teoretičky a teoretici se přiklání k tezi, že nejpravděpodobněji dochází k obojímu (Worthen & Baker, 2016). Na jednu stranu zde dochází k extrémní kontrole vlastního vzhledu a hyperfeminizaci během soutěží, na druhou stranu však změna tělesné konstituce, která je zde přítomná, mění chápání femininního jako konformního, ženského těla jako slabého, křehkého a limitovaného (Tajrobekhar, 2016). Podle Travis et al. (2000) je fyzický vzhled ženy přímo propojen se sexualitou, což napomáhá celkovému společenskému útlaku, zároveň v osobním sebepojetí je jejich identita napojena na fyzický vzhled.

2.4 Sebepojetí

Na ženy věnující se bodybuildingu působí vlivem prostředí, v němž se pohybují rozdílné faktory utvářející jejich sebepojetí. Jednotlivé směry nahlíží na teorii identity různě, v této kapitole vycházím především z poststrukturální teorie, která identitu nevnímá jako objektivní fakt, nýbrž jako sociálně utvářenou a závislou na podmínkách vnějšího světa (Zábrodská, 2009). Jedinec si tak sám sebe uvědomuje na základě zkušeností se společností, přičemž podléhá procesům identifikace, tedy zpodobnění s jinými jedinci a zároveň diferenciaci, odlišení se, které je do jisté míry otázkou svobodné volby (Zábrodská, 2009).

Idea svobodné volby v procesu utváření identity však není zcela jednoznačná, neboť domnělá autonomie je částečným produktem sociálního a kulturního světa (Zábrodská, 2009). Na jedince neustále působí sociální kontrola, tedy proces, během něhož jsou produkovány a uchovávány určité vzorce lidského chování, čímž je zajištěn sociální řád (Urbanová, 2006).

Sociální kontrola může být formální, kdy je dodržování norem ošetřeno legislativně, či neformální, založená na obecném vnímání hodnot a morálky (Valouchová, 2015). Chriss (2010) přikládá této formě sociální kontroly vyšší váhu, neboť je součástí každodenního života a připouští, že selhání v neformální rovině sociální kontroly může předcházet selhání v té formální. Předpokladem sociální kontroly je existence nějakých norem, které se liší mírou své závaznosti a sankcí při jejich porušení (Valouchová, 2015).

Ženy věnující se bodybuildingu však nejsou pouze pod tlakem široké společnosti, co se fyzického vzhledu týče, ale zároveň na ně působí vlivy ze strany samotného sportu. Kulturistika a fitness ve své podstatě splňuje předpoklady pojmu subkultury jako existence menší kultury vykazující odlišné znaky oproti dominantní kultuře (Smolík, 2010). Mimo osobní kontakt se členy komunity mohou být již výše zmiňovaná sociální média signifikantním nástrojem v definování vlastní identity, ať skrze aktivní sdílení vlastních textových a zejména audiovizuálních materiálů, jako jsou např. fotografie formy, jídelníček či záznamy tréninku, tak v pasivní konzumaci cizího obsahu (Marshall et al., 2019).

Princip bodybuildingu spočívá v extrémní kontrole nad utvářením vzhledu vlastního těla (Worthern & Baker, 2016), čímž se ženy dostávají do rizikového prostředí z hlediska rozvoje poruch příjmu potravy (Goldfield, 2009). Následný proces loučení se se soutěžní formou může být pro závodnici těžký, strach z jídla a přibírání zpět na zdravou váhu není ničím neobvyklým, naopak u některých žen se může v období po soutěži rozvinout záchvatovité přejídání jako následek extrémní předsoutěžní diety (Goldfield, 2009).

Sportovkyně se neustále snaží o dosažení ideálu, byť z hlediska soutěžních kritérií. Jejich součástí je však stále určitá „hyperfeminizace“, vyzdvižení sekundárních ženských pohlavních znaků a stereotypně femininního chování během pódiové prezentace (Tajrobekhar, 2016). Zároveň se snaží v rámci možností plnit standardy společnosti, a tak k „hyperfeminizaci“ dochází i mimo soutěžní prkna (Campbell et al., 2021).

2.5 Estetické zákroky a ženský bodybuilding

Podstatou bodybuildingu je úprava a tvarování svého vzhledu prostřednictvím silového cvičení a stravy, mezi hodnotícími kritérii kulturistických soutěží jsou však vedle svalového rozvoje a vyrýsovanosti zahrnuty i další aspekty fyzického vzhledu (Tajrobekhar, 2016; IFBB, 2023), z nichž ne vše lze řešit pouze tréninky či dietou. Současně na ženy působí jistá forma tlaku společnosti v tom, jak by měly v souladu se svým genderem vypadat (Valouchová, 2015). Jednou z možností, jak dosáhnout ideálního vzhledu, jsou tak v bodybuildingu poměrně rozšířené invazivní (plastické operace) i neinvazivní (např. zvětšení rtů) metody estetických úprav. Především vlivem nízkého množství tělesného tuku, ale také vyšším množstvím svalové hmoty, celkovým stresem, kterému je tělo v přípravě vystavováno, a v některých případech také následkem užíváním

nelegálních podpůrných prostředků, se mohou společností vnímané typicky ženské rysy, jako jsou oblé tvary, boky, prsa či plné tváře, vytrácet. Závodnice tyto změny často kompenzují podstupováním plastických operací, jako je augmentace prsou, zvětšování rtů či aplikace výplní (McGrath & Chananie-Hill, 2009).

2.6 Shrnutí

Ženský bodybuilding působí na sportovkyně dvojitým způsobem – jsou na ně kladeny náročné požadavky ze strany sportu a rozhodčích, zároveň je vyvíjen tlak ze strany blízkého okolí i širší společnosti. To se samozřejmě týká všech sportů, nicméně jedinečnost bodybuildingu tkví v jeho viditelnosti. Samotná podstata tohoto sportu spočívá v dlouhodobé proměně tělesného vzhledu, který si sportovkyně neustále s sebou nesou i mimo sportovní prostředí. Soutěžní příprava je náročná a vyžaduje absolutní striktnost, závodnice se snaží o dokonalost z hlediska kritérií hodnocení jejich soutěžní kategorie. Pro její dosažení se vedle tréninků a diet mohou uchýlovat ke společensky kontroverzním metodám, jako je podstoupení estetických zákroků a užívání dopingových látek (tzv. IPEDs). Ideál z pohledu kulturistiky a z pohledu společnosti se však liší, proto se tyto ženy mohou v běžném životě setkávat s negativními reakcemi, neboť se svým jednáním i fyzickým vzhledem vymykají normám přisuzovaným ženskému genderu. Ve své práci vycházím z předpokladu současných teoretiků a teoretiček zabývajících se sociologií těla kteří tvrdí, že osobní identita je přímo napojena na fyzické tělo a z poststrukturalní teorie sebepojetí, tedy že je identita utvářena procesy vnějšího světa.

3 Empirická část

3.1 Metodologie a data

Samotné realizaci práce předcházela zúčastněná pozorování v různých scénách ženského bodybuildingu, a to v posilovně, na hromadném nácviku pózování za přítomnosti trenérky a na mistrovských soutěžích pořádaných Svazem kulturistiky a fitness České republiky. Jak již bylo nastíněno v úvodu, cílem práce je přiblížit, s čím se ženy věnující se bodybuildingu musí potýkat, a to jak v každodenním životě, tak v rámci soutěží, a jak to souvisí s jejich sebepojetím.

Stanovila jsem hlavní výzkumnou otázku „Jak ženy vnímají maskulinitu a feminitu v ženském bodybuildingu a jak to souvisí s jejich identitou?“ a dále několik dílčích výzkumných otázek:

- 1) Jaké faktory na tyto ženy působí z hlediska vnímání vlastní identity?
- 2) Jaké mají ženy věnující se bodybuildingu zkušenosti s reakcemi okolí v každodenním životě?
- 3) Jakým způsobem ovlivnil ženský bodybuilding vnímání ženskosti u těchto sportovkyň?

Vzhledem k charakteru výzkumného problému a poměrně malé cílové populaci byl zvolen explorativní výzkum umožňující hlubší pochopení zvolené problematiky a zúžení některých témat, kterými by bylo vhodné se do budoucna hlouběji zabývat. Pro získání informací pramenících ze zkušenosti aktérů a zjištění jejich osobní interpretaci světa se nejvíce hodí právě kvalitativní přístup (Strauss & Corbin, 1999).

Z důvodu lepšího pochopení povahy ženského bodybuildingu a pokrytí všech aspektů, které mohou přímo či nepřímo ovlivnit identitu a pojetí maskulinity a feminity žen, které se tomuto sportu věnují, je empirická část doplněna o obecný popis ženského bodybuildingu. V této kapitole se snažím vycházet primárně z odborné literatury, vzhledem k nedostatku sociologických zdrojů týkajících se bodybuildingu a bodybuildingových soutěží v České republice, jsou tyto informace doplněné o osobní výpovědi účastnic, a dále o data získaná během zúčastněného pozorování.

Bohužel nebylo možné dohledat ověřený odborný zdroj, který by se podrobně zabýval přesným průběhem bodybuildingové soutěže v České republice, z toho důvodu čerpám z osobních zkušeností a zúčastněného pozorování s plnou mírou participace na mistrovských soutěžích ve fitness a kulturistice v letech 2022, 2023 a 2024, které mi umožnilo přímý vnik do komunity soutěžících a zákulisí kulturistických soutěží, kam mají přístup pouze soutěžící, trenéři a organizátoři samotné soutěže. Zúčastněné pozorování probíhalo 22.5. 2022 v Kutné Hoře, 8.4. 2023 v Mladé Boleslavi a 29.3. 2024 ve Frenštátu pod Radhoštěm souběžně s vlastní účastí na soutěžích, terénní poznámky tak byly zaznamenávány omezeně v reálném čase na mobilní telefon a dále pak bezprostředně po skončení pozorování na papír. Z těchto důvodů nelze vyloučit potenciální zkreslení způsobené subjektivním vnímáním některých situací, fyzickou a psychickou deprivací zaviněnou předsoutěžní přípravou a roztráštěnou pozorností soustředící se kromě sociologického pozorování také na vlastní soutěžní výkon. Ze zúčastněného pozorování bylo čerpáno zejména v podkapitole Průběh bodybuildingových soutěží.

Následovala hlavní část empirického výzkumu stavěná na polostrukturovaných rozhovorech a jejich následnou analýzou, přičemž první předběžná analýza probíhala souběžně se sběrem dat. Scénář rozhovorů (viz Příloha 1) byl rozdělen do několika tematických okruhů, kdy bylo ke každému okruhu stanoveno několik základních otázek. V první fázi rozhovoru jsem zjišťovala demografické informace o dané respondentce, v druhém okruhu jsem se zabývala vztahem respondentky k bodybuildingu, ve třetím okruhu jsem zjišťovala, s jakými reakcemi ze strany okolí se respondentka setkává, čtvrtý okruh se věnoval tématu ženství a tělesnému sebepojetí a poslední okruh se dotkl problematiky dopingů.

Výběr vzorku probíhal za pomoci účelového výběru. Účelový výběr byl zde zvolen z důvodu získání alespoň částečné variability daného vzorku a také z důvodu poměrně malé a uzavřené cílové skupiny. Ženy byly přímo osločovány prostřednictvím osobních zpráv v prostředí sociálních médií. Celkem bylo osloveno 10 žen různého věku a různých soutěžních kategorií, z toho souhlasilo s poskytnutím rozhovoru 5 žen, 2 z osobních důvodů odmítly a 3 na žádost nereagovaly.

Kvalitativní rozhovory probíhaly dle preference oslovených žen online, tři skrze meetingovou platformu Zoom, který mi umožnil snadný audio záznam rozhovorů, jeden za preference komunikační partnerky skrze videohovor přes aplikaci WhatsApp. Jeden rozhovor byl na žádost respondentky uskutečněn face-to-face v neutrálním prostředí. Celkem tedy bylo provedeno 5 rozhovorů, jejichž délka se pohybovala od 28 minut do 57 min. Během záznamu jednoho rozhovoru se vyskytly technické potíže, následkem čehož byla část dat v přesném znění ztracena, pro analýzu rozhovoru s jednou z informantek tedy využívám mimo záznamu také psané poznámky z průběhu sběru dat. Následně jsem rozhovory pro potřeby analýzy přepsala do elektronické podoby. Z důvodu lepší čitelnosti byly rozhovory upraveny a některá výplňková slova nejsou citována.

Všechny oslovené ženy trvale žijí na území České republiky a jsou aktivními závodnicemi v různých kategoriích ženského bodybuildingu. Věk tázaných závodnic se pohybuje od 21 do 41 let, všechny žijí v dlouhodobém heterosexuálním partnerství. Čtyři z pěti komunikačních partnerek pracují v oblasti fitness – tři jako osobní či online fitness trenérky, jedna jako recepční ve fitness centru.

Všechny komunikační partnerky byly seznámeny s účelem rozhovoru a souhlasily s audiozáznamem i použitím získaných informací pro potřeby předkládané bakalářské práce. Rozhovory byly anonymizovány, přičemž byl použit náhodný generátor českých jmen.

	věk	rodinný stav	povolání	kategorie	bodybuildingu se věnuje (v letech)
Marie	22	svobodná, v dlouhodobém heterosexuální partnerství	studentka, recepční ve fitness centru	bikiny fitness	3
Eva	32	svobodná, v dlouhodobém heterosexuálním partnerství	trenérka	bikiny fitness, wellness fitness	9
Dominika	29	svobodná, v dlouhodobém heterosexuálním partnerství, zasnoubená	online coach	bodyfitness	5
Jana	21	svobodná, v dlouhodobém heterosexuálním partnerství	studentka, trenérka	wellness fitness	3
Alena	41	svobodná, v dlouhodobém heterosexuálním partnerství, rozvedená, zasnoubená	osobní asistentka	bikiny fitness	6

Tabulka 1: Sociodemografické údaje o komunikačních partnerkách

3.2 Obecný popis ženského bodybuildingu

V první řadě je třeba přesněji charakterizovat pojem „bodybuilding“. Význam tohoto mezinárodně užívaného termínu se liší v závislosti na kontextu. Mnoho autorů překládá „bodybuilding“ čistě jako kulturistiku, což však může být poněkud matoucí – kulturistikou bývá nejčastěji míněna nejvyšší (ve smyslu nejvíce osvalená a zároveň nejvíce vyrýsovaná) kategorie tohoto sportu. Definice dle Merriam-Webster (2024) „bodybuilding“ definuje jako „rozvoj těla skrze tělesné cvičení a dietu“, kteréžto definice se budu držet i v předkládané práci.

Historii „bodybuildingu“ uceleně popisuje Schwarzenegger (1985), Kořeny moderní podoby tohoto sportu sahají k přelomu 19. a 20. století, kdy se lidé začaly

navracet k estetice řeckého atletického těla jakožto oslavě humanity. S industrializací společnosti a změnou životního stylu běžné populace vznikly zdravotní problémy způsobené nedostatkem pohybu a přejídáním se nevhodnou stravou. V reakci na to „zastánci tělesné kultury“ (odtud výraz „kulturistika“), bojovali za zušlechťování zdraví a vizuálu lidského těla, a objevovali se tzv. „profesionální siláci“, kteří předváděli nejen svou rozvinutou muskulaturu, ale především neuvěřitelné silové výkony. Ve 40. letech 20. století se silová složka tohoto sportu oddělila od estetické a v roce 1940 byla uspořádána první moderní kulturistická soutěž Mr. America. Osmdesátá léta 20. století jsou v bodybuildingové subkultuře známá jako „zlatá éra kulturistiky“, došlo k výrazné popularizaci tohoto sportu nejen v jeho soutěžní formě, ale došlo také mezi běžnou populací vzrostl zájem o „fitness“. Samotné ženské kulturistické soutěže se dostaly na scénu právě v roce 1980, kdy dnes největší Mezinárodní federace kulturistů IFBB začala pořádat první soutěže.

Od tehdejších trendů „sexy svalnatého ženského těla“ se však do ženská kulturistika různě proměňovala, v závislosti na mainstreamových trendech vznikly nové kategorie. To potvrzuje i zkušenost jedné z komunikačních partnerek:

„Ono je to všechno, bodybuilding a jeho kategorie, především ty ženský, ony strašně kopírujou jakoby ty všeobecný beauty trendy. Když se podíváš, dřív prostě frčely atletický hubený ženský, tak byly figure, ale tenkrát ty figure neměly takový nasvalení. Byla to prostě, když to tak blbě řeknu, prostě placka ze všech stran, nemělo to moc tvary a bylo to sportovní tělo, to byly takový ty vychrtlý supermodelky. Pak už jako jsme nabíraly ty jemný tvary, přišly bikiny, teď už se to vyhrotilo zase do extrému. Všichni chtějí mít obří prdele, máme wellnesky. Takže samozřejmě myslím si, že to všechno jenom kopíruje náladu a trendy v té společnosti, a bodybuilding se tomu teď kon už jenom přizpůsobuje téma svýma kategoriema.“ (Eva)

Zároveň s novými poznatky v oblasti výživy, tréninku a suplementace se neustále posouvá úroveň připravenosti závodnic (Roubík, 2018), kterou rozumíme vyšší množství svalové hmoty za současně nižšího množství tělesného tuku, což vyzdvihuje respondentka Dominika, podle níž jsou dnes závodnice *bikiny fitness* mnohem svalnatější než dříve, také

narůstající trend asymetrie v kategorii *wellness fitness* (viz níže popis soutěžních kategorií) jí oproti počátku přijde extrémní.

Vymezení „bodybuildingu“ jako sportu by zde do značné míry mohlo být problematické, s rostoucí popularitou fitness a silového tréninku je podle výše uvedené definice „bodybuilder“ každý, kdo pravidelně cvičí, aby tvaroval svou postavu. Tito lidé se však nedostanou do některých situací specifických pro soutěžní bodybuilding, extrémních svou povahou a mírou ovlivnění každodenního života.

3.3 Soutěže

Samotné bodybuildingové soutěže jsou pořádány v rámci různých mezinárodních federací, z nichž v Evropě je největší Mezinárodní federace fitness a bodybuildingu známá pod zkratkou IFBB. Tato federace umožňuje ženám soutěžit v různých kategoriích lišících se zejména mírou osvalení a vyrýsovanosti v průběžně aktualizovaných pravidlech a kritériích hodnocení. V České republice umožňuje závodit pod touto federací Svaz kulturistiky a fitness České republiky (SKFČR).

3.3.1 Soutěžní kategorie

Jednotlivé federace se mohou mezi sebou v hodnotících kritériích jednotlivých kategorií, předepsanými pózami, názvy kategorií nebo v některých případech dokonce samotnými kategoriemi mírně lišit. Protože se však v naprosté většině jedná o minimální rozdíly, budu při popisu jednotlivých kategorií ženského bodybuildingu vycházet z pravidel federace IFBB.

Kategorie *bikiny fitness* je jednou z novějších disciplín, oficiálně byla zavedena v roce 2010 (IFBB, 2023a). Jedná se o nejméně osvalenou kategorii. Oficiální znění pravidel IFBB pro tuto kategorii (2023a) zdůrazňuje hodnocení celkového dojmu závodnice. Líčení, úprava vlasů a pokožky, zdobené soutěžní bikiny a prezentace jsou stejně důležité, jako čistě fyzické atributy, čímž se staví na pomezí mezi modelingovou a sportovní disciplínou. Tato pravidla hodnocení mohou být vnímána jako irelevantní z hlediska sportu a rovněž objektivizující ženské tělo (Tajrobekhar, 2016). Z hlediska muskulatury je preferována především symetrie a zdravě vypadající sportovní postava se separací základních svalových skupin (silueta písmene X). Nadměrná osvalenost a vyrýsovanost je penalizována. Také předepsané pózy a kritéria pro volnou sestavu závodnice (I-walk) jsou reprodukcí hegemónických ideálů ženskosti (Tajrobekhar, 2016). V kontextu ženského

bodybuildingu se jedná o „nejdostupnější“ kategorii, neboť na závodnice nejsou kladeny tak extrémní požadavky, jako je tomu u vyšších kategorií. Díky tomu bývá o něco lépe přijímána i laickou veřejností – silným důrazem na feminitu a nižším důrazem na svalový tonus soutěžící (IFBB, 2023a) kopíruje mainstreamové trendy ideálního těla aktivní ženy. Dle veřejně dostupných startovních listin soutěží v kulturistice posledních let zpřístupněných online magazínem Ronnie.cz (Erasport, s. r. o., 2024) se zároveň jedná o kategorii s nejvyšší účastí, a to jak na regionální, tak na světové úrovni. Jedna z informantek, která se profesně zaměřuje na přípravu závodnic v této kategorii, dodává:

„Pro mě bikinky byly o kulatém zadku, úzkým pasu, kulatých ramenou a jinak bych to tak jako, já tomu říkám jako “nasvalení tyčka”, to znamená drobný ruce, drobný nohy, nic velkého, aby jako vynikly takový ty na první pohled ženský znaky, to znamená kulatej zadek, ramena, aby se udělal krásnej úzkej pas, prsa samozřejmě.“ (Eva)

Wellness fitness je vůbec nejnovější kategorií založenou v roce 2016 (IFBB, 2021). Stejně jako u *bikiny fitness* je i u *welness* kladen důraz na celkový dojem z hlediska vizáže a vhodně laděného pózování. Separace svalstva by zde měla být podobně jako u „bikin“ nižší, svalový tonus však větší, a to zejména v oblasti stehen, hýždí a boků. Určitá asymetrie a silueta obráceného písmene Y je zde dokonce žádoucí. Předepsané pózy jsou stejné, jako u *bikiny fitness*: prohnutí v bederní páteři, prsa a hýždě směřující vzhůru, váha na jedné noze, jedna ruka v bok a jen částečně zatnuté zádové svalstvo. V pravidlech IFBB (2023d; 2021) jsou u obou kategorií vyzdvihována hesla jako „sebevědomý projev“, „atraktivní prezentace“, „elegance“, „přirozený rytmus pohybu a gest“ a „celkový šarm“ (IFBB, 2023d; 2021).

Bodyfitness, (v některých federacích také *figure*), stojí úrovní svalového rozvoje vyrýsovaností postavy zhruba uprostřed mezi kategoriemi *bikiny fitness* a *physique* (viz níže). Na rozdíl od předchozích kategorií je povaha této kategorie o něco „sportovnějšího“ rázu, jak dokládají hodnotící kritéria IFBB (2023b). Tělesná stavba je atletická, symetrická, se zřetelnou vyrýsovaností a rozvinutým, nikoli však přehnaným svalovým tonusem. Šperky jsou zde povoleny jen decentnější, povinnost bot na podpatcích však stále přetrvává. Vlasy by měly být přiměřeně upravené, a ačkoli je zde opět celkový dojem jedním z hodnotících kritérií, v pravidlech jsou přímo vypsána adjektiva jako „zdravá, fit a atletická“, na rozdíl od „šarmantní, atraktivní a elegantní prezentace“ výše zmíněných

kategorií. Také předepsané pózy se zde dle IFBB (2023b) liší, jsou symetričtější, váha je na obou nohách, chybí povinné postavení ruky v bok, už je zde povolena plná flexe svalstva.

Kategorie *ženské physique* stojí ve federaci IFBB nejvýše, co se týče svalového rozvoje a současného vyrýsování postavy. Jako jediná z uvedených kategorií má pro svou prezentaci předepsané pózy typické pro klasickou kulturistiku, jako jsou např. *double biceps* (flexe obou paží z čelního i zadního postoje), *side triceps* (extenze paže při bočním postoji) či *side chest* (flexe hrudníku v bočním postoji) (IFBB, 2023c). Povoleny jsou zde šperky jen takového rozsahu, jako je tomu u *bodyfitness*, boty jsou zakázány (IFBB, 2023c). Ačkoli se jedná o nejméně feminizovanou kategorii, ať už tělesným vizuálem, absencí bot na podpatku či předepsanými pózami, stále je v mezinárodních pravidlech explicitně uvedeno, že z dané závodnice musí vyzařovat určitá ženskost, přičemž toto kritérium je hodnoceno výše, než celková míra svalového rozvoje a nízkého podkožního tuku (IFBB, 2023c). Pro porovnání kategorie *kulturistika* stojí z hlediska svalového rozvoje ještě výše, vzhledem k její extrémnosti a malému množství soutěžících však ne všechny federace umožňují v této kategorii závodit.

3.4 Soutěžní příprava

3.4.1 Periodizace soutěžní přípravy

V kulturistice je roční či půlroční tréninkový plán obvykle rozdělen na silovou část, objemovou, rýsovací, soutěžní a bezprostředně po soutěžním období přichází fáze rekonvalescence (Roubík, 2023). Těmto fázím je pak přizpůsobena nejen skladba tréninku, ale také strava, případně doplňky stravy. Pro sportovce, a zvláště pro ženy, může být zvláště náročné zejména období po soutěži, kdy je třeba opustit dlouhodobě neudržitelnou závodní formu a nabrat zpět zdravé množství tělesného tuku. Jiné závodnice naopak se ztrátou cíle v podobě blížících se soutěží ztrácí zábrany a podlehnou pudům svého dlouhodobě strádajícího těla. Více než kdy dříve je klíčová psychická i metodická podpora okolí. S tím má osobní zkušenost participantka Jany:

„Nechci říkat, že je to vina trenérky, ale mohla jsem si za to i sama, že mi řekla, ať si dám prostě volnější režim, po závodech, a ať jím, co chci. A to bylo, to byla taková tečka, že jsem si řekla “Hmm... Tak jako dám si úplně všechno.” A bylo to takové, že... Hoodně jsem se

přejídala, hodně hodně, a byla jsem z toho pak smutná, že jsem se vzdala tady skoro 4 měsíce velké dřiny a prostě mně přišlo, že jsem ztratila snad všechny svaly, že už nikdy nezhubnu a byl to takovej začarovaný kruh. Že jsem třeba přes den se snažila nějak držet ten jídelníček a počítat si to, ale bylo to tak striktní, že večer jsem prostě přišla a vyjedla fakt celou ledničku, a... Prostě to tak šlo dokola... Já nevím, jestli dva tři měsíce? Možná i dýl, bych řekla. A přišlo mi, že z toho, jak kdyby není úniku.“
(Jana)

Po překonání fáze rekonvalescence po závodech přichází pro většinu závodníků tzv. objemová fáze. Ačkoli je jejím cílem intenzivní budování zejména svalové hmoty, proces se obvykle neobejde bez nabrání také určitého množství tělesného tuku. Během této fáze mnoho závodnic vypadá a cítí se mohutněji, než je jim příjemné (Pleváková, 2018). S tím se shoduje zkušenost informantky Dominiky:

„Bejt hluboko v objemu, bejt v přípravě, je v podstatě stejně nepříjemný. Obojí má svoje negativa, když jseš v objemu, tak nesnášíš jídlo, jseš tlustá, jseš oteklá, furt žereš a už prostě se ti nechce, protože už ti to leze i ušima, už nechceš ani vidět jídlo. V přípravě je to úplně naopak, že jo, ale je to stejně nepříjemný.“ (Dominika)

Extrémní završením závodní přípravy je pak týden před soutěží, tzv. „peak week“, kdy se provádí tzv. sacharidová superkompenzace a odvodnění, postupy, které mají za cíl dostat glykogen do svalů a vodu z podkoží, aby závodník vypadal v den soutěže tvrdší a plnější (Escalante et al., 2021; Šádek & Bureš, 2018). V této fázi se již manipuluje i s množstvím vody a soli, vyřazují se potenciálně rizikové potraviny (Escalante, et al., 2021; Bureš, 2018; Pleváková, 2018). Ačkoli existují ověřené studie zabývající se metodami využívanými ve finálním týdnu závodní přípravy (Chappel & Simper, 2018; Escalante et al., 2021; Barakat et al., 2022...), přesné postupy se mohou výrazně lišit závodnice od závodnice (Escalante, et al., 2021).

3.4.2 Trénink, strava a suplementace

Podle Schwarzeneggera (1998) spočívá trénink kulturisty ve striktnosti, zaměřování se na slabiny a budování těla dle specifík dané soutěžní kategorie. Je třeba znalosti jednotlivých svalových skupin, vědět, jak zacílit konkrétní část a maximálně svůj progres

kontrolovat. Pozornost je věnována sebemenším detailům, jako postavení chodidel, míra napřímenosti trupu, centrace pánve atd. Podle individuálního cíle každé soutěžící, její úrovně a genetiky je využíváno různých metod k dosažení požadovaného ideálu. V praxi to znamená, že žena, která nemá genetické predispozice pro optimální růst či tvar hýžd'ových svalů, bude tuto partii cvičit častěji, intenzivněji a například odděleně od zbytku svalů dolních končetin. (Schwarzenegger, 1998).

Jak bylo zmíněno, během roku si závodnice prochází různými fázemi, čemuž je přizpůsoben nejen tréninkový, ale také stravovací plán. Roubík (2018) vyzdvihuje enormní důležitost výživy v odvětví kulturistiky. Oproti jiným sportům je zde dodržování jistých pravidel stravování nezbytné k dosažení takové formy, kterou závodníci a závodnice následně prezentují na soutěžích. Soutěžící manipulují s celkovým energetickým příjmem, s poměry bílkovin, sacharidů a tuků v závislosti na aktuálním cíli a období soutěžní přípravy, preferují konkrétní potraviny pro co nejlepší vstřebávání živin, dále pracují s rozvržením a skladbou porcí v průběhu dne, nejčastěji v závislosti na čase tréninků (Roubík, 2018).

Dochází k podřízení životního stylu a rutiny stravovacímu plánu, což nezděrně naruší sociální život. Informantka Jana však i tuto součást vnímá pozitivně:

„Tak už jsem se s tím smířila, že jsem prostě divná (smích). V té přípravě často odmítáš, a když jsem třeba měla brigádu v gastru, tak všichni šli někam na jídlo a já mám krabičky a je to takový... Jasně, že bych si taky ráda dala, ale máš to posunutý, že fakt máš jeden cíl, a tak 4 měsíce to takhle musíš dělat... [...] ... v tom závěru, když chce furt někdo plánovat nějaké výlety a sedánky v kavárně, v restauraci a takhle, a pořád to odmítáš, tak je to takový blbý, a pak poznáš, že, i ty lidi, jestli jsou s tím v pohodě...“ (Jana)

Dle Roubíka (2018) se vedle tréninku a stravy sportovci ve fitness a kulturistice zabývají také volbou suplementace, jedná se však pouze o doplňky k řádně ošetřené stravě a silovému tréninku. Můžeme je dělit na suplementy, pomocí kterých lze doplnit makroživiny ve stravě v podobě maximálně vstřebatelné formy (proteinové přípravky, gainery), mikroživiny (vitamíny a minerály); či suplementy zlepšující sportovní výkon, jako jsou kreatin (zvyšuje obsah vody ve svalových buňkách), stimulanty a NO produkty (zvyšují energii a zlepšují prokrvení svalů během tréninku) či spalovače ovlivňující

metabolismus tuků. Suplementy běžně prodávané v obchodech se sportovní výživou jsou testované a zdravotně nezávadné, nelze je nijak porovnávat s užíváním dopingu (Roubík, 2018).

3.4.3 *Doping*

Užívání dopingových látek je považováno za neodmyslitelnou součást subkultury kulturistiky a fitness (Andreasson & Johnsson, 2021). Podle veřejného seznamu pozitivních dopingových případů v České republice (Antidopingový výbor ČR, 2023) kulturistika jednoznačně převládá nad ostatními sporty, kdy z celkového množství provedených testů bylo 27 % pozitivních (statistika z let 1993–2020). V odborné literatuře je možné setkat se s označením dopingových látek pod zkratkou IPEDs, co vychází z anglického Image and Performance Enhancing Drugs (Andreasson & Henning, 2022), odkazující na jejich účinky – jedná se o přípravky zlepšující tělesný vzhled a/nebo výkonnost. IPEDs jsou vedené v oficiálním seznamu látek s označením pro doping, který je každý rok aktualizován Světovou antidopingovou agenturou (Antidopingový výbor ČR, 2023). Podle oficiálních informací Antidopingového výboru České republiky (2023) splňují dopingové látky alespoň dvě z následujících kritérií: 1) zvyšuje nebo má potenciál zvýšit sportovní výkon, 2) představuje zdravotní riziko pro sportovce a 3) poškozují ducha sportu. Na základě této definice je vhodné si připomenout rozdíl mezi legálně užívanými doplňky sportovní výživy charakterizované výše, jejichž užívání nepředstavuje zdravotní riziko, a dopingem.

Ačkoli jsou IPEDs ve vztahu k fitness a bodybuildingu obecně spojované častěji s mužskými kategoriemi, užívání zakázaných látek je na vzestupu také mezi ženami. Na rozdíl od mužů se však setkávají s daleko vyšší mírou kritiky, na což právě upozorňují Sverkersson et al. (2020), a dále poukazují na chápání dopingu ve vzorcích hegemonní maskulinity, které však lze v praxi aplikovat jen do určité míry. Narozdíl od mužů užívají ženy v závislosti na svých cílech většinou jiné látky než androgenní anabolické steroidy (Sverkersson et al., 2020), u kterých je vyšší riziko tzv. virilizace, tedy rozvoje druhotných mužských pohlavních znaků. U žen se pak dochází ke zhrubění hlasu, vypadávání vlasů, růst vousů, zvýšení tělesného ochlupení či zvětšení poštěvácku, dalšími prokázanými riziky užívání bez ohledu na pohlaví je negativní vliv na fyzické i psychické zdraví, dokonce i na samotné povahové rysy; poměrně častým je problémem je např. zvýšená agresivita (Antidopingový výbor ČR, 2023). I na základě těchto vedlejších účinků je

užívání anabolických steroidů u žen nejen širokou veřejností, ale mnohdy i samotnými členy bodybuildingové komunity považováno za přímé překročení hranic genderu a opuštění toho, co je pro lidské tělo přirozené (Andreasson & Henning, 2022; Andreasson & Johansson, 2021; Golfield, 2009; McGrath & Chananie-Hill, 2009).

3.4.4 Pózování

Jednou z dalších složek kulturistických soutěží, se kterou se běžná populace trénující na hobby úrovni pravděpodobně nesetká, a která neodmyslitelně k těmto soutěžím patří, je pózování (Schwarzenegger, 1985). Hodnocení na soutěžích neovlivňuje pouze tělesná stavba, ale z velké míry také to, jak ji závodnice umí ukázat, přičemž klíčová je nejen individuální sestava, ale celá doba, kdy je závodnice na pódiu, neboť je porovnávána v předepsaných pózách s ostatními závodnicemi (Schwarzenegger, 1985).

Pod pojmem pózování se skrývá jednak naučení se postojů předepsaných pro danou kategorii, jednak vytvoření si osobité individuální sestavy prezentované na soutěži (Schwarzenegger, 1985). Tyto sestavy se napříč kategoriemi liší především povolenou délkou a vhodnými pózami, výjimečně si může závodnice vybrat hudební podkres (např. soutěžící v *ženském physique* mají předepsanou délku sestavy 30 s a mohou pózovat na hudbu dle svého výběru) (IFBB, 2023).

Schwarzenegger (1985) nadneseně podotýká, že ve výsledku nezáleží na typu postavy, ale na tom, jak ji závodník prezentuje. S tím se ztotožňuje také participantka Jana:

„...pózing je opravdu úplně gró toho. Že když to takhle řeknu, tak já jsem v podstatě mohla i minulej rok jít do wellness, protože jsem nezatínala [svaly], nestoupala si do té boční pózy tak, aby tam šel vidět tolik zadek, třeba, nebo že jsem se snažila ubrat si na tom tak, abych měla poloviční nohu a vytáčeli jsme třeba špičku, aby tam prostě nešlo vidět moc, ale aby to jakoby bylo symetrické, ale prostě... Fakt jako, v podstatě i kdo je třeba ve figure, tak může jít třeba do bikin.“ (Jana)

3.5 Průběh bodybuildingových soutěží

Samotné soutěže byly celodenní záležitostí. V ranních hodinách proběhla prezentace závodníků, během které proběhlo měření výšky závodnic, zda odpovídá zvolené kategorii (u početnějších kategorií jsou závodnice dále rozděleny do výškových kategorií), kontrola soutěžních plavek a bot, zda splňují předepsaná pravidla: „Plavky musí

splňovat obecné normy vkusu a slušnosti (zepředu i zezadu), plavky typu tanga jsou striktně zakázány. Vnější okraj plavek musí zakrývat minimálně jednu třetinu hýžďových svalů...“ (s. 27, Svaz kulturistiky a fitness České republiky, 2019) a zda má závodnice ošetřené formální náležitosti. Následně měly závodnice prostor pro finální úpravy, jako je nástřík soutěžní barvy, líčení, úprava vlasů. Důležitost těchto dílčích komponent zmiňuje i jedna z komunikačních participantek:

„A co mě jako strašně mrzí, tak je, tam je vlastně strašně důležitá ta barva, ten nátěr. A mně se třeba stalo, bohužel, na těch závodech ted'ko na podzim, že se mi ta barva pokazila. [...] Já jsem si to nechávala vždycky od té firmy a ta firma, místo toho, aby mi to spravili, tak mi to zkazili ještě víc [...] Takže to mě strašně mrzelo, že jsem vlastně kvůli tomu jakoby v tej druhé skupině se špatně umístila. A prostě to zahodí celou tu dřinu, jenom na ten moment.“ (Alena)

Zákulisí soutěží bylo pro muže i ženy společné, nahota zde byla běžnou součástí, nejvýraznější absence soukromí byla patrná v prostorách nástříku soutěžní barvou, který bylo třeba aplikovat bez soutěžních plavek, a dále museli závodníci čekat na studeném vzduchu nahat do úplného zaschnutí barvy v kójích po 2-3 lidech v těsné blízkosti. Mimo závodníky měli do zákulisí přístup jen organizátoři soutěže a trenéři, popřípadě doprovod zastupující nepřítomného trenéra. Těsně před nástupem na pódium provedly závodnice lehké cvičení pro „napumpování“ (nahnání krve do svalů) a aplikaci oleje, aby lépe vynikla plnost a separace svalů. Podle harmonogramu nastupovaly jednotlivé kategorie na pódium, aby sportovci a sportovkyně v několika málo minutách zúročili několik měsíců až let přípravy – předváděli předepsané pózy, v nichž je lichý počet rozhodčí hodnotil, finalisté pak měli možnost předvést individuální sestavu. Na konci jednotlivých bloků probíhalo vyhlášení vítězů daných kategorií. Po vyhlášení mohl soutěžící dle své libosti opustit prostory soutěže. Zajímavou součástí subkultury soutěží v kulturistice a fitness je první jídlo po závodech. Závodníci vyčerpaní náročnou přípravou s oblibou sahají po vysoce kalorických pokrmech (např. sladká a smažená jídla atd.), a to i v případech, kdy jejich soutěžní sezóna ještě není u konce. Pro mnohé se jedná o rituál, jímž zakončují soutěžní den.

3.6 Analýza výsledků

Vzhledem k průběhu empirické části práce, charakteru výzkumných otázek a získaných dat budu používat tematickou analýzu, která umožňuje flexibilní interpretaci informací (Clarke & Braun, 2017). V textu přepsaných rozhovorů byly nejprve označeny jednotlivé kódy, z nosných kódů jsem pak vytvořila teoretičtější kategorie. Analytická část práce je tedy rozdělena do několika subtémat vycházejících z původně stanovených dílčích výzkumných otázek. V podkapitole 3.6.1 Reakce okolí rozebírám postoj k jejich sportovní identitě ze strany rodiny, přátel i širší společnosti, a to v každodenním životě i v prostředí sociálních médií. Téma 3.6.2 Sebepojetí a gender se zabývá subjektivním vnímáním vlastního těla a ženství samotných, na to pak navazuje 3.6.3 Ideály a posunutí hranic, kde zodpovím, zda u sportovkyň došlo ke změně postoje v hodnocení ženských těl, ideálů a rozdílu mezi maskulinním a femininním. Posledním tématem je 3.6.4 Přístup k estetickým úpravám a dopingů, které přibližuje, jak tyto zásahy do těla za účelem zlepšení vzhledu informantky vnímají.

3.6.1 Reakce okolí

U žen věnujících se soutěžnímu bodybuildingu dochází k nějakému vybočení ze sociálních norem. Pohybujeme se zde víceméně na dvou rovinách – tou první, s níž přichází do kontaktu zejména nejbližší okolí žen věnujícím se bodybuildingu, jako jsou jejich rodina, partner a přátelé, je specifický životní styl a rutina, která je uzpůsobená pro dosažení cíle tohoto sportu.

„... třeba rodičům není příjemný, že s nima netrávím tolik času, prostě očekávají, že si s nima častěji budu sedat k tomu filmu a dám si brambůrky a takhle, a teď zjišťují, že i v tom offseason to vlastně nedělám a je to takový, že mě mají trošku... Ne že za vetřelce, ale... Jsem prostě jiná, a i na těch oslavách, rodinných, to vidím, že když třeba najednou seš po přípravě, tak se diví, že si můžeš dovolit „něco“, a když jseš v přípravě, tak... Prostě to nechápou a oni to třeba ani nechtějí chápat.“ (Jana)

Také Marie zmiňuje, že je její rodina v tomto ohledu spíše rozpačitá, že tomu příliš nerozumí. Příležitostně se setkává s emočně zabarvenými poznámkami ze strany rodiny, kterým však nepřisuzuje příliš velkou váhu. Obdobné zkušenosti má Dominika, která

s úsměvem zmiňuje otcovu přezdívku „hranáta dcera“. Pouze u Aleny se rozhodnutí věnovat se této disciplíně setkal od první chvíle ze strany rodiny s plnou podporou.

Nejhorší zkušenost má Eva, která vyrůstala pouze s matkou:

„...tam se to setkalo s velkým nepochopením, protože ona měla strach. Ona měla strach, že si ještě něco víc udělám, že to bude ještě horší. [...] Tam to i vyeskalovalo. My jsme se skoro rok a půl nebavily. Vůbec, my jsme kvůli tomu byly rozhádaný, žádný přání k narozeninám, nic takovýho. Takže tam byla úplná izolace od rodiny kvůli tomu.“ (Eva)

Případ Evy může být do jisté míry ovlivněn jejími zdravotními problémy v oblasti pohybového aparátu a trávení, přesto jsou zkušenosti s reakcí rodiny i u zbytku žen spíše negativní, setkávají se především s neporozuměním, jedná se o téma, které může vytvářet pomyslnou bariéru.

Komunikační partnerka Jana vnímá určité vyloučení v návaznosti na kulturní zvyklosti v prostředí, v němž žije:

„Tady třeba já žiju na Moravě a očekává se, že budu chodit na každéj krojovej ples a najednou tam nejdu a jsem snad jediná z vesnice, kdo tam nejde, tak jsem jako divná. [...] ... to jsem si říkala tu první sezónu – tyjo a chci to vůbec dělat, když na mě takhle nahlíží?“ (Jana)

Zde se uplatňuje teorie identity jako sociálně utvářené (Zábrodská, 2009), kdy si Jana svou jinakost uvědomovala na základě sociálních interakcí. Stála tak před těžkou volbou, do jaké míry je pro ni názor okolí ve vztahu k vlastnímu já důležitý ve srovnání s životním stylem, který ji naplňuje.

S reakcemi ze strany přátel mají ženy rozdílné zkušenosti. Shodují se, že jejich rodina si víceméně zvykla a v současnosti jejich životní styl tolerují. Se zbytkem sociálních vztahů je to však o něco složitější. U velké části žen došlo k výměně sociálních vazeb, zmiňují, že jedním z následků tohoto sportu je zpřetrhání přátelství z období „před“ kvůli rozdílným zájmům a hodnotám. Zároveň pozitivně hodnotí bodybuilding jako nástroj k „pročištění“ svého okolí a zjištění, kdo jsou „praví přátelé“.

V současnosti si vybírají přátele, kteří je podporují, často ze stejného sportovního prostředí. Všechny komunikační partnerky jsou v dlouhodobém heterosexuálním vztahu s partnery, kteří se fitness věnují alespoň na hobby úrovni.

Druhou zkoumanou rovinou jsou zde reakce širšího okolí vyvolané atypickým fyzickým vzhledem těchto žen, který je nápadnější zejména v období kolem soutěží, a to jak v offline prostředí každodenního života, tak v dimenzi sociálních médií.

Většina dotazovaných žen jsou samy aktivními uživatelkami sociálních médií, ačkoli ty, které se věnují soutěžím déle, přiznávají, že jsou již opatrnější ohledně toho, kterou fotografii a s kým se rozhodnou sdílet oproti jejich začátkům. Nad vztahem mezi kulturistikou a sociálními médii se zamýšlela Dominika, podle níž je kulturistika s prezentací fotografií silně provázaná, vnímá je jako něco „na čem to celé jede“. Sama se však v posledních měsících jako tvůrkyně nějakého obsahu z prostředí sociálních médií „stáhla“. Alena navíc řeší zodpovědnost, kterou cítí vůči svým dětem, co se zveřejňování fotografií týče a ačkoli se svými dcerami vše konzultuje, v minulosti se již setkala s tím, že si její dcery ve škole dobírali kvůli veřejně sdílené fotodokumentaci závodní formy.

Všechny ženy alespoň jednou zažily negativní reakci v prostředí sociálních médiích mířenou proti jejich sportu, potažmo tělu, a to nejen ze strany nezainteresované veřejnosti. U úspěšných závodnic se objevují nepodložená nařčení z užívání zakázaných látek ze strany jiných sportovců či sportovkyň, přirovnání k „transvestitům“, nebo mírnějším projevům typu „to už je moc“. Zvláště špatně jsou vnímány takové reakce, které nezahrnují pouze je samotné, ale také jejich partnery, s čímž mají zkušenost informantky Jana a Eva:

„Pamatuju si na jeden komentář, kterej mě sestřelil, ten ti asi můžu klidně říct. A to bylo, protože můj přítel taky závodí, aktivně, ve physique, v NPC (kulturistická federace) a on si točil svůj vlog před závodama [...] a přistály tam pod jeho videem komentáře, že jim nikdy nedošlo, jak jsem ve skutečnosti ošklivá. A to musím říct, že to byla věc, kdy jsem to kousala asi úplně nejhůř, protože tady už nešlo o mě. Já jsem cejtila, že on se za mě musí stydět. Tak to jsou třeba pro mě nejhorší okamžiky.“ (Eva)

V každodenním životě se ženy nesetkávají s tolik negativními reakcemi, jako v prostředí sociálních médií. Informantky se shodují, že na sobě občas „cítí pohledy“ ostatních lidí, zvláště v období kolem soutěže, vnímají nonverbální reakce, k přímé konfrontaci však dochází spíše výjimečně. Přesto se většinou nejedná o vyloženě negativní reakci, spíše překvapenou, např. otázka „Vy cvičíte?“ či zvolání „Ježiš, vy máte ramena!“

Nejhůře vnímá reakce v běžném životě Eva, která na základě svých zkušeností volí raději volnější a méně odhalující oblečení, ve kterém její tělo není tolik vidět:

„Já právě proto jsem předsedala do nošení volný tričko, tepláky, aby nebylo nic vidět, včetně v létě. Já si nepamatuji, že bych si třeba minulé léto vzala někdy šortky nebo něco takového, to vůbec, prostě dlouhý tepláky, celou dobu. Maximálně dlouhou sukni.“ (Eva)

Potvrzuje se zde, že vzepření se normám je určitým způsobem sankcionováno (Valouchová, 2015), v těchto případech nejčastěji formou vnímaného částečného vyloučení z kolektivu.

3.6.2 Sebepojetí a gender

V bodybuildingu je člověk se svým tělem úzce propojen, informantky nezávisle na sobě oceňovaly, že se díky tomuto sportu toho o sobě a svém těle spoustu dozvěděly. Minimálně jedním z důvodů, proč většina informantek začala pravidelně navštěvovat posilovnu, byla nějaká počáteční nespokojenost se vzhledem vlastního těla. Žádná z oslovených žen však nezačala cvičit s cílem hubnutí, naopak, původně chtěly získat nějaké „tvary“.

Tělo je v sociologii vnímáno jako něco, co nelze zcela oddělit od duše, co je součástí naší identity. Marie odůvodňuje své rozhodnutí začít v bodybuildingu soutěžit jako formu distinkce:

„... že jsem tam (na Instagramu) viděla tady ty postavy, jako vyrýsovaný bez tuku a hrozně se mi to líbilo, [...] tak jsem chtěla taky svaly a stoupnout si na prkna. Že jsem chtěla být taková jiná, že jsem měla svaly a budu taková jiná než ostatní holky.“ (Marie)

Z hlediska utváření identity je důležitý proces zpodobnění s jinými jedinci a odlišení se (Zábrodská, 2009), který je zde na první pohled zřejmý – došlo k identifikaci se se závodnicemi v bikiny fitness a zároveň k diferenciaci od „ostatních holek“. Bodybuilding je tedy něco, co utváří Mariinu identitu skrze vnější i vnitřní charakteristiky.

Naproti tomu Dominika během soutěžní přípravy oddělila tělesnost od svého já a vnímala ji, dle svých slov, jen jako čistý produkt sportu:

„Pokud to bereš jako sport a pokud to bereš, že to tělo musíš nějakým způsobem tam dostat, tak tam si myslím, že to vnímání sebe sama jde trošku stranou. [...] [Já] jsem to oddělila na tu závodní formu, to je nějaký objekt, který nejsem já. To je výsledek mojí snahy, ale ne moje vnitřní identita. To není, jak se vidím já jako v sobě.“ (Dominika)

Na otázku, jaký mají vztah ke svému tělu, všechny ženy odpověděly kladně, nicméně připouští, že tomu tak nebylo vždy. U všech participantek došlo k nějakému vývoji, přičemž v současné chvíli uvádí, že jsou samy se sebou spokojené a mají ke svému tělu láskyplný vztah. Marie a Jana přiznávají, že nejsou vždy plně spokojené, ale jsou se svým tělem smířené a věří, že konzistentní prací se přiblíží ke svému cíli:

„Si říkám, prostě všechno chce svůj čas a nebudu mít ze dne na den postavu jak tamhle profičky z Olympie, že to chce prostě ten čas, a že se člověk k tomu postupem času dopravuje. Jako nebýt ke svému tělu nějak negativní, spíš prostě držet a ono to přijde.“ (Marie)

Stále tedy přetrvává „normální“ neustálá snaha o dosažení nedosažitelného ideálního subjektu (Nielsen, 2004), liší se však jeho podoba. Eva, která se od dětství potýká s nemocí pohybového aparátu, vnímá své tělo ještě z jiné perspektivy a cítí především vděčnost ke svému tělu, jelikož jí umožňuje věnovat se sportu na profesionální úrovni:

„Protože já tím, že jsem si zažila, jaký to je, když se člověk nemůže hejbat, tak si moc dobře uvědomuju, jaký mám privilegium, že se můžu hejbat a že můžu sportovat a že můžu dělat tenhle sport. Že jsem schopná se dostat do takových „extrémů“, do kterých se asi spousta lidí v životě nedostane, a přitom ty vstupní podmínky do toho byly takový, jaký byly, jo. [...] Já si uvědomuju, že už mi tolik dalo, i kdyby se na mě v tuhle chvíli vyprdlo, tak já ho budu milovat a budu mu vděčná za to všechno.“ (Eva)

Informantka Dominika hodnotí svůj vztah ke svému tělu pozitivně, zároveň však připouští, že v rámci soutěžní přípravy je důležité být ke svému tělu kritický pro dosažení jeho finální podoby, kterou je třeba odprezentovat na závodech:

„...i přestože, třeba já si myslím, že mám svoje tělo ráda a myslím si, že fakt nemám nějaký zásadní problém, tak ale samozřejmě hledáš na sobě chyby. A to už je zase podle mě z podstaty toho sportu, že ty potřebuješ pinpointnout, co je na tobě všechno špatně, co by rozhodčí mohli neocenit, nebo co by mohli jakoby říct, že je špatně a prostě to vyřešit, nějakým způsobem. [...] Myslím si, že když děláš tady ten sport, musíš k sobě bejt zdravě kritická.“ (Dominika)

Opět se zde projevuje její přístup k vnímání bodybuildingu především jako sportu a těla jako nástroje k dosažení nějakých výsledků spíše než k něčemu, od čeho se odvíjí její osobní identita. Díky tomuto odstupu se však domnívá, že je schopná k sobě přistupovat objektivně a chránit se tak před možnými psychopatologickými riziky spojenými se soutěžní přípravou, které jmenuje Goldfield (2009) nebo Worthern a Baker (2016).

Jak bylo zmiňováno v teoretické části práce, gender a sebepojetí spolu úzce souvisí a nelze je úplně oddělit (Shur, 1984), lze však na ně nahlížet z různých úhlů pohledu. Všechny komunikační partnerky se identifikují jako ženy, na otázku, co pro ně znamená být ženou, byla však různorodost odpovědí poměrně široká. Každá z žen začala své myšlenky rozvíjet na abstraktních vlastnostech ženského genderu, přičemž jednotlivé informantky vnímaly jako klíčový rys něco jiného. Z pohledu Radky má „feminní žena“ vysoce rozvinuté organizační schopnosti a péče, kdy péči míní jak péči o někoho, tak péči sama o sebe („To že má upřímný zájem a péči, protože... Ať už o sebe nebo o okolí, jo, tak to si myslím, že je taky obrovská známka ženství.“), Alena a Jana ve své výpovědi vyzdvihují také eleganci nebo třeba možnost malovat se.

„Tyjo, no... Mně se líbí třeba to, že se můžeme malovat. Jakože se namaluješ třeba na tu soutěž, že ze sebe uděláš takovou větší bohyni, než jsi (smích). Takový, že můžeš si víc hrát s tou vizáží, chlapi vypadají víceméně furt stejně...“ (Jana)

Tři komunikační partnerky zahrnují do svých odpovědí téma spojené s reprodukcí. Pro Alenu je důležité mateřství („Zrovna za tohle jsem ráda, že jsem žena, že nejsem chlap, protože ti chlapi nemají možnost tohle [mateřství] zažít.“), Marie vyzdvihuje menstruační cyklus spojený se schopností porodit dítě („...ženský tělo dokáže porodit živou osobu, vychovávat ji... Je to tak jako neuvěřitelný, to tělo je neuvěřitelný, že kvůli

tomu máme i nějaký menstruační cyklus...“) a Jana vnímá jako důležité ve vztahu ke svému ženství hormonální změny, které se s menstruačním cyklem pojí:

„... když se bavíme o tom cyklu, o ženském, výkyvy nálad a je to takový zajímavý, jak dokážeš poslouchat svoje tělo v rámci toho tréninku a že chlapi jsou takoví “my musíme jet furt na doraz”, ženský některý chtějí taky, ale pak je to (menstruace) zastaví a musí právě se naučit třeba ještě víc vnímat to svoje tělo, [...] Jako vadilo mi to v pubertě, ale teď mě to možná i baví, že si uvědomíš, jak je to důležitý, to svoje tělo poslouchat, a možná u té ženy ti to dává ještě víc těch signálů než u chlapů.“ (Jana)

Zde je přítomný zajímavý kontrast z hlediska porovnání a odlišení se od mužů. Podle Zábrodské (2009) spočívá utváření genderové identity na základě vyloučení charakteristik opačného genderu. Informantky se necítí být méně ženami kvůli zvýšené muskulatuře, v některých případech vnímají ženství ve velmi tradičním pojetí. Jedním z vedlejších efektů extrémní fyzické zátěže související se soutěžní přípravou může být rozhození hormonálního cyklu a dočasná ztráta menstruace (Vignera et al., 2018), pro většinu dotazovaných žen je však schopnost reprodukce důležitá.

Dominika byla naopak otázkou zaskočená, první reakcí bylo „že jsem se narodila s tím, co mám mezi nohama“, během rozhovoru vyprávěla, jak ženství vnímají její klientky v rámci osobního koučinku. Pro ni samotnou však samotná ženská identita není tolik důležitá ve vztahu k sebepojetí:

„A jakoby, co to znamená pro mě... Já asi... Nejsem si jistá. Já si myslím, že to úzce souvisí s tím, co ty chceš být za člověka, ne vyloženě s tím, jestli jsi ženská nebo chlap.“ (Dominika)

Jisté známky ambivalentního vztahu k genderu vykazují i ostatní komunikační partnerky. Eva podotýká, že „vždycky [jsem] měla trochu problém s genderovým rozdělením rolí.“ Také Marie má bližší vztah k mužskému genderu: „... vnitřně jsem spíš jako kluk než holka, tak asi nějak tak.“

3.6.3 Ideály a posunutí hranic

Bodybuilding nepůsobí na ženy pouze ve vztahu k vlastnímu já, může ovlivňovat také vnímání zbytku společnosti a posuzování druhých v podobě odchýlených standardů

vlivem prostředí, v němž tráví čas, jelikož ženy věnující se posilování a kulturistice se stávají členkami stejné subkultury.

Všechny informantky připouští, že se jejich ideál ženského vzhledu pravděpodobně liší od společensky vnímaného ideálu. Panují zde hodnoty nějaké „jedinečnosti“ a osobní spokojenosti konkrétní ženy, Alena a Jana odmítají existenci nějakého ideálu, ačkoli připouští, že se jim líbí, když má žena svaly. Pro Dominiku je z hlediska ideálního vzhledu nejdůležitější zdraví:

“...tak, jak by chtěla vypadat, tak je její ideální vzhled, denegen musí to být zdravý. [...] Dokud tím neubližuješ někomu jinému, nebo vyloženě nepropaguješ anorexii nebo obezitu nebo whatever, tak asi je to na každým, ale nemyslím si, že cokoliv, co by mělo být ideální nebo akceptovaný širokou veřejností, by prostě mělo být nezdravý.“
(Dominika)

S podobným nastavením se shoduje také názor Evy, pro kterou je vedle tělesného zdraví důležitá také psychická pohoda. Zároveň však podotýká, že je třeba odlišit ideál pro reálný život a ideál z hlediska bodybuildingu.

„udržet dream body by neměla být noční můra, mělo by to být něco, čeho jseš schopná dosáhnout relativně lehce a zapadá to do tvého životního stylu a jseš s tím spokojená...“ (Eva)

Naopak Marie přiznává, že pro ni jsou vzhledově ideální ženská těla s nízkým procentem tělesného tuku a velkým množstvím svalové hmoty „co vlastně vypadají jako chlapský“.

S tímto tématem se pojila otázka, co vnímají z hlediska ženského bodybuildingu jako „už příliš“ z hlediska tělesné proměny. Zde panovala většinová shoda ohledně transformace ženského těla skrze IPEDs, kde se objevuje konsensus v podobě odsouzení změny obličejových rysů. Eva jako další kritické body uvádí změnu hlasu a chování, z hlediska svalového rozvoje však odmítá nějaký limit. Pro Dominiku je kritickým bodem celkově virilizace, kterou přirovnává ke změně pohlaví, proti které se důrazně vymezuje:

„...to je v podstatě změna pohlaví, když bereš tolik steroidů, že máš malý péro, nemáš žádný kozy, o menstruaci si můžeš nechat zdát...“

Už se potom těm holkám i mění rysy, mají strniště... [...] Jakmile máš fousy, nemáš menstruaci a mezi nohama ti vyrostou něco jinýho, tak už asi moc ženská nejses.“ (Dominika)

Ačkoli nedokázala přímo odpovědět, co pro ni znamená být ženou, na základě této výpovědi se zřejmě přiklání k esenciálnímu pojetí genderu, které feminitu a maskulinitu vnímá právě na základě primárních a sekundárních biologických znaků (Zábrodská, 2009). Ve vztahu k jejímu přístupu ohledně sebepojetí ve smyslu oddělení tělesnosti od osobní identity v rámci soutěžní přípravy v podkapitole 3.6.2 Sebepojetí a gender je zajímavé její přiznání ohledně užívání dopingu:

„Já jsem říkala, že jakmile na sobě uvidím, jestli budu mít jeden chlup na bradě, nebo na bradavce, nebo někde, uvidím jednu takovou věc – a končím. No, tak dostala jsem to maličko dál, než jsem chtěla, malinko mi zhrubnul hlas, ale nemyslím si, že bych zněla úplně jako chlap, ale... To už je třeba něco, co jsem nechtěla udělat.“ (Dominika)

Přesto když to hodnotí zpětně, připouští, že za *formu*, kterou se jí díky tomu povedlo dosáhnout, to stálo.

Dominika za hraniční považuje svou kategorii *bodyfitness/figure*, proti vyšším kategoriím ženského bodybuildingu se vymezuje, přijdou jí „protibiologické“, a to z hlediska způsobu, jakým se k této úrovni ženy dopravují. Připouští však, že se v průběhu času, kdy se posilování věnuje, její vnímání toho, co je z hlediska svalové hmoty příliš, posunulo („já jsem původně šla do bikin“). K této postupné proměně ideálů a tolerance úrovně svalového rozvoje došlo víceméně u všech informantek, Alena u sebe dokonce vnímá, že vnitřně kritičtěji posuzuje nesportovní ženská těla.

3.6.4 Přístup k estetickým zákrokům a dopingu

Ve snaze o dokonalý vzhled pojící se s charakterem estetické soutěže sahají závodnice v ženském bodybuildingu i po invazivnějších metodách, jak svého cíle dosáhnout. Nejprve jsem zjišťovala postoj komunikačních partnerek vůči estetickým zákrokům. Nejvíce pozitivně vnímá tento druh úpravy fyzického vzhledu Marie:

„Tak jestli se tam počítá i pusa, tak mám zvětšený rty. Mně se to líbí, ty biki jsou vlastně svým způsobem takový umělý. Mně se to jako

líbí, nic proti tomu nemám. Nosím nehty, dlouhý. A vlastně i do budoucna, v blízké době, tak zvažuji augmentaci prsou.“ (Marie)

Kromě Marie je jedinou z informantek, která v minulosti podstoupila zákrok estetické medicíny, Eva, a to Marií zmiňovanou augmentaci prsou. Ostatní respondentky zaujímají k estetickým zákrokům převážně neutrální postoj, kdy je do jisté míry u ostatních žen neodsuzují, zároveň však kritizují vytracení originálních rysů a samy nad žádným zákrokem neuvažují. Informantka Alena také nahlíží na toto téma dvojím pohledem – jednak z hlediska bodybuildingu, jednak z hlediska každodenního života:

„Nemám s tím problém. Když jakoby chtějí. Jako já vím, že třeba ty prsa si nechávají strašně často holky dělat, ale zase chápu, že když jsou na úrovni už těch profesionálů, tak tam to jako i potřebují, prostě tam ty prsa mít musí. Něco jinýho je, když má člověk takový ty úpravy, co si teď všichni nechávají dělat, jak je takovej ten boom s těma rtama a já nevím, co všechno, to bych nedělala, to se mi nelíbí. A to se vrátím zase k tomu, že si myslím, že se vytrácí takový to mít rád sám sebe, protože tyhle ty zákroky... Pak vypadají všichni, já říkám, jako krteček z tý továrny, všichni stejně.“ (Alena)

Další poněkud kontroverzní metodou používanou k dosažení dokonalého vzhledu, tentokrát čistě z hlediska sportovních kritérií daného sportu, myšleno dosažení svalového objemu a kvality formy, je doping. Všechny komunikační partnerky jsou smířené s postojem, že doping k bodybuildingu patří, liší se však osobní zkušenosti a názory ve smyslu vlastního užívání IPEDs jednotlivých žen. Ačkoli si jsou vědomé rizik s tím spjatých, informantky Marie a Jana uvažují nad tím, že by v budoucnu začaly doping užívat:

„Mně se to líbí. Stejně tak jako ty plastický operace, i doping. Úplně to nějakým způsobem neodsuzuju, že prostě je to každého věc, ať si každé dělá se svým zdravím, co chce a nějakým způsobem to do té kulturistiky patří, kór třeba u těch profiček. Jakoby, zkusit se má všechno.“ (Marie)

Zatímco Marie připouští možnost užívání dopingu spíše v daleké budoucnosti, např. v případě, kdy by se dostala na vyšší sportovní úroveň, a v současné době ji drží zpátky hlavně strach z vedlejších účinků, pro Janu je to jedno z aktuálně řešených témat:

„Úplně osobně, neberu ho, ale přemýšlím nad ním. S takovým jako otazníkem. Protože co si budem, pokud chceš třeba do profi, tak tam asi málokdo zůstane naturální, ale zase myslím, že to jde dělat rozumněji. Nejde to dělat zdravě, nejde to dělat rozumně, ale jde to dělat zdravěji a rozumněji. Ale pořád vím, že v tom mám obrovský mezery, co se týče vzdělávání.“ (Jana)

Zkušenější závodnice Eva má již s užíváním zakázaných látek přímou osobní zkušenost:

„Jak říkám, používám ty látky, já už mám na to taky jiný pohled, není to zas takový zlo, jak si všichni myslej... Dokud ti tyhle ty látky pomáhaj podpořit tvůj přirozenej potenciál, je to pro mě v pořádku a vypadej, co nejlíp dokážeš. V okamžiku, kdy už se očividně destruuješ, tam je ta hranice pro mě.“ (Eva)

Zde může být poněkud problematické objektivně posoudit zmiňovaný „přirozený potenciál“. Mimo výše diskutovanému přirovnání užívání IPEDs jako překročení hranice mezi přirozeností a nepřirozeností tak vyvstává otázka, jak se kromě pojetí feminity mění u závodnic pojetí „přirozenosti“, a zda by bylo možné definovat další hraniční body mimo užívání dopingu.

Také Dominika přiznává, že během poslední soutěžní přípravy doping užívala a připouští, že na něj má z pohledu většiny společnosti poměrně kontroverzní pohled. Jako hlavní problém vnímá nedostatečnou vzdělanost v tomto oboru lidí, kteří s dopingem manipulují.

(palce nahoru, smích) *„Myslím si, že jsou lidi, kteří by měli sypat a myslím si, že jsou lidi, kteří jsou nespasitelní prostě a neměli by to nikdy v životě dělat, nezachrání je to, nebudou vypadat líp. [...] mysleli, že to nasypou a bude to v pohodě a prostě se stane třeba to, co se stalo mně, já jsem to nasypala a najednou mi narostly svaly na svalech. Ne úplně u každého to tak funguje. [...] To je prostě blbý, že se pohybujem*

už v jakoby nelegální zóně a v nějaký hodně gray area. [...] ...pak jseš v podstatě odkázaná na tyhle ty lidi (nedostatečně vzdělané v oblasti) a na to, co se šušká po šatnách a co ti řekne dealer, kterej ti toho chce prodat úplně co nejvíc...“ (Dominika)

Nedostatečnou informovanost nejen sportovců, ale také lékařů a vědců v oblasti dopingu vnímají jako hlavní problém Keck a Wagner ve svém článku již z roku 1990. Pro zachování atraktivity sportu navrhuji transparentnost v užívání zakázaných látek, která by umožnila vzdělání expertů v dané oblasti. Tím by bylo možné snížit zdravotní rizika, a rozvinout lepší metody testování na přítomnost zakázaných látek. Jako jeden z důvodů rozšíření dopingu mezi sportovci uvádí projev tzv. věžňova dilema, kdy vzhledem k tabuizaci tématu sportovci s jistotou neví, kdo doping užívá, a tak je raději užívají „také“ (Keck & Wagner, 1990).

V České republice se však situace z hlediska dopingu příliš nezměnila, jak dokládají výpovědi informantek, které mají s jeho užíváním osobní zkušenost. Jana, Eva i Dominika se shodují, že je v tomto ohledu nutné čerpat informace ze zahraničních zdrojů. Jedním z cílů WADA, pod níž spadá i Antidopingový výbor ČR je zlepšit celkovou vzdělanost. V České republice je pak jedním z dílčích cílů pro rok 2023 mít v 10 vybraných svazech alespoň 1 lékaře proškoleného danou problematikou.

V analýze výsledků jsem se věnovala čtyřem tematickým okruhům: s jakými reakcemi se závodnice v bodybuildingu setkávají ve svém každodenním životě ze stran blízkých i širokého okolí, co pro ně znamená být ženou, jak vnímají genderové rozdíly ve vztahu k fyzickému tělu i duševním atributům. Další okruh se zabýval tím, jak se změnily jejich ideály z hlediska vnímání vlastního těla i těl jiných žen, na což navazoval jejich postoj ke kontroverznějším metodám tělesné transformace souvisejících s tímto sportem – estetickým zákrokům a dopingu.

4 Diskuse

Na ženy věnující se bodybuildingu působí požadavky ze dvou rozdílných perspektiv; jednak ze strany daného sportu, jednak ze strany společnosti. Jako sportovkyně usilující o maximální výkon podřizují svůj životní styl tomu, aby splnily hodnotící kritéria své kategorie. To zahrnuje cyklování soutěžní přípravy v průběhu celého roku a s tím spojenou úpravu stravy, tréninků a suplementace. Ideální vzhled těla v ženském bodybuildingu se liší v závislosti na jednotlivých kategoriích, obecně však inklinuje

k nízkému procentu tělesného tuku a vyššímu množství svalové hmoty v porovnání s běžnou populací. Zároveň je požadováno zachování femininního vzhledu, gest a pózující rutiny (Tajrobekhar, 2020; IFBB, 2023). Společnost má naopak svalnatá a „vyrýsovaná“ těla spojená s maskulinitou (Murnen et al., 2003, Cranswick et al., 2020) a ženy věnující se bodybuildingu vnímá jako odlišné až nežádoucí (Valouchová, 2015; Worthern & Baker, 2016).

Všechny oslovené ženy se setkaly s negativní reakcí mířenou proti vzhledu jejich těla ve vztahu ke sportu, kterému se věnují, a to alespoň v prostředí sociálních médií v podobě veřejných komentářů či soukromých zpráv. Objevují se výrazy jako „nechutný“, „chlapský“, připodobňují tyto ženy k transvestitům. To odpovídá také výsledkům studie autorek McGrath a Chananie-Hill (2009). Mimo sociální média se s přímou konfrontací setkávají jen výjimečně, některé ženy si však všimají verbálních i nonverbálních reakcí. Ze strany rodiny, přátel a známých je konfliktním bodem spíše jejich specifický životní styl podřízený požadavkům bodybuildingu než sport jako takový či jejich neobvyklý vzhled, což potvrzují i výsledky studie Campbell et al. (2021), která zmiňuje, že právě extrémní každodenní rutina způsobuje propast mezi sportovkyněmi a zbytkem společnosti.

Adelman a Ruggi (2016) chápou identitu jako něco, co je přímo napojeno na fyzické tělo. To odpovídá postoji většiny komunikačních partnerek, pro jednu informantku je vzhled jejího těla formou distinkce od zbytku společnosti. Naproti tomu jiná žena přiznala, že v období soutěžní přípravy zcela oddělila tělesnou složku od svého já a vnímala ji jen jako produkt své práce.

U žen věnujících se bodybuildingu dochází k posunutí vnímání norem a ideálů tělesného vzhledu, především v přípustné míře množství svalové hmoty a vyrýsovanosti, tedy ve shodě s McGrath a Channanie-Hill (2009). Komunikační partnerky dospěli k jakémusi smíření se svým tělem, shodují se, že jsou se sebou obecně spokojené a mají se rády, zároveň je přítomné odhodlání svůj vzhled neustále zlepšovat. Došlo tak k transformaci „normálního“ chování ženy, tedy o neustálé usilování o nedosažitelný ideál, což popisuje i Nielsen (2004), avšak adaptovaný na posunuté vnímání ideálu těchto žen, který není v souladu s obecně přijatými sociálními normami.

Feminita je vnímána především na základě abstraktních charakteristik, pro dvě informantky je ve vztahu k ženství důležitá schopnost porodit děti. Fyzický vzhled primárně nevnímají jako hlavní ukazatel ženskosti, ačkoli připouští výjimky v podobě

extrémních případů způsobených nadměrným užíváním zakázaných látek a následnou virilizací, rozvojem druhotných mužských pohlavních znaků. Tím se i zde potvrzuje teze Bartky (1997), kdy pro ztotožnění se se svou feminitou je pro ženu důležité vlastnit takové tělo, které sama vnímá jako „ženské“.

Z výpovědi jedné ženy vyplývá vnímání genderu skrze typicky esenciální pojetí. Ostře kritizuje vedlejší dopady dopingů u ženské *physique* a *kulturistiky*, které přirovnává ke změně pohlaví. Objevuje se zde paradox, kdy ačkoli tato informantka soutěží v nejvyšší kategorii z tázaných žen (*bodyfitness*), zároveň se nejsilněji vyhraňuje proti vyšším kategoriím ženského bodybuildingu. Nepochází zde k rozvolnění či rozšíření subjektivně vnímaných hranic mezi maskulinitou a feminitou, nýbrž k posunutí poměrně konzervativního rámce. Adelman a Ruggi (2016) zmiňují současné studie zkoumající procesy, podle kterých jsou určitá těla hodnocena jako zvláštní a patologická. Zde by tento postoj mohl být vedle čistě osobních hodnot a přesvědčení způsoben osobní zkušeností, kdy jako soutěžící svalnatější kategorie *bodyfitness* přijde častěji do osobního kontaktu s takovými ženami, například v prostředí bodybuildingových soutěží, neboť dle zúčastněného pozorování průběhu soutěží se ženy v zákulisí sdružovali v rámci svých soutěžních kategorií. Vystává tedy otázka, zda v sobě mají i další informantky zakořeněnou představu heteronormativních těl, která se však dosud v praxi neprojevila.

Pro některé participantky je důležitá role možnosti mateřství, které vnímají jako jeden z hlavních charakteristik, jimiž se ženství odlišuje od mužství. Ve vztahu k vrcholovému sportu, k němuž soutěžní bodybuilding svým charakterem spadá, je jedním z témat jeho vliv na ženský menstruační cyklus (Vignera et al., 2018). Zpětně lituji, že jsem se v rámci kvalitativních rozhovorů neptala na osobní zkušenost žen se ztrátou menstruace, které vlivem přísných diet a vysoké fyzické zátěže může dojít, eventuálně jak to vnímali ve vztahu ke svému ženství. McGrath a Chananie-Hill (2009) tvrdí, že u žen věnujících se bodybuildingu často dochází k hyperfeminizaci ostatních aspektů pojmících se s jejich vzhledem jako forma kompenzace. Ačkoli se tázané ženy věnují budování svalové hmoty a prohlašují, že mají blízko k mužskému genderu, pro většinu z nich je důležitá jistá forma upravenosti a péče o sebe.

Ve vztahu k hlubším zásahům z hlediska úpravy tělesného vzhledu, ať už se jedná o invazivní či neinvazivní estetické zákroky, jsou přítomny dvě roviny, podle kterých k nim ženy přistupují – jednak z hlediska bodybuildingu, jednak pohledem každodenního života. Podle výkladu kritérií hodnocení uvedených v pravidlech sportu, v nichž je kladně

hodnocena symetrie a ženskost (IFBB, 2023), mají některé ženy pocit, že k umístění potřebují podstoupit např. augmentaci prsou, aby vyrovnaly svalnatou dolní polovinu těla a zachovaly typicky ženskou siluetu. Toto přesvědčení se shoduje s výstupy studie Campbell et al. (2021), podle níž ženy považují prsní implantáty za nutné pro zachování jejich ženskosti.

Navzdory obecně pevně ukotvenému pojetí feminity, které participantky vykazují, přistupují k doping, který může způsobit virilizaci, spíše kladně, některé mají dokonce pozitivní osobní zkušenost. Ačkoli si jsou vědomi zdravotních rizik, které s sebou užívání zakázaných látek přináší, domnívají se, že největší rizika v současné době pramení především z nedostatku validních informací a důvěryhodných odborníků v této oblasti. Zároveň je právě virilizace předmětem obav v případě jeho užívání. Ilegalitu užívání, nakupování či přechovávání zakázaných látek v rozhovorech nepřipouští, pravděpodobně vlivem rozšíření představy o doping jako přirozené součásti bodybuildingu.

Na začátku roku 2024 jsem se sama coby závodnice Svazu kulturistiky a fitness České republiky zúčastnila Antidopingového semináře, jenž byl povinný pro všechny soutěžící a členy svazu. Navzdory tomu, že se semináře účastnili zástupci Antidopingového výboru ČR, zazněly od přednášejících věty jako „Já neříkám nesypat, ale rozumně!“ nebo „Tam je hlavní problém to, že vy nevíte, co kupujete, důležitá je čistota toho produktu.“ Na dotaz z publika, zda jsou sportovci hodnoceni na základě viditelných známek užívání těchto látek, bylo zodpovězeno, že „je známkováno dolů akné na zádech a abscesy po vpichách.“ Celá akce jen potvrdila dojem, že doping je v tomto sportu neskrývanou samozřejmostí, a důležité je pouze zajistit, aby v den závodů nebyl v organismu zjištělný pro případ velmi nepravděpodobné antidopingové kontroly.

Hlavním limitem výzkumu je zde zejména nedostatek odborných sociologických zdrojů týkajících se bodybuildingu v České republice, nutnost využití dat získaných z nedokonalého zúčastněného pozorování a tím pádem potenciální zkreslení výsledků. Dalším limitem je poměrně malý vzorek, který je nereprezentativní, tudíž výsledky není možné zobecnit na všechny ženy věnující se bodybuildingu. Dále je třeba připustit dílčí okolnosti, které mohly mít vliv na výpovědi komunikačních partnerek. Ačkoli byly zjišťovány fáze soutěžní přípravy (objem, dieta, pauza), v jakých se ženy momentálně nachází, v konečné interpretaci nakonec vzhledem k malému vzorku nebyly zohledněny. Také nebyly provedeny rozhovory s kontrolní skupinou žen, které se bodybuildingu

nevěnují, kvůli zjištění, zda a popřípadě nakolik se výpovědi liší z hlediska jejich pojetí feminity a přístupu k jejich tělům.

5 Závěr

Cíle předkládané práce bylo zodpovědět, jak ženy vnímají maskulinitu a feminitu v ženském bodybuildingu a jak to souvisí s jejich sebepojetím. Úvodní teoretická část práce lehce nastínila téma ženského bodybuildingu, definovala klíčové pojmy a aspekty, které se promítají do každodenního života žen, které se tomuto sportu věnují. Navazovala sociologická teoretická část, která se zabývala konkrétními oblastmi ve vztahu ženský bodybuilding, gender a sebepojetí. Dále byl podrobněji popsán ženský bodybuilding, definovány faktory, které mohou na sportovkyně ve vztahu k jejich vnímání genderu a osobní identity působit, a na základě zúčastněného pozorování byl přiblížen průběh samotné bodybuildingové soutěže. Následovala analýza kvalitativních rozhovorů pomocí metody tematické analýzy, která umožnila zodpovědět na dílčí výzkumné otázky. Výsledky analýzy přinesly hlubší vhled do oblasti ženského bodybuildingu, jaké mají ženy zkušenosti s reakcí společnosti v off-line i online prostředí, dále byl analyzován jejich postoj k ženskosti, vlastnímu tělu a identitě. Další část analýzy se zabývala změnou vnímání lidských těl v souvislosti s bodybuildingem a poslední část se věnovala přístupu k estetickým zákrokům a dopingů. Práce tak plní především explorativní funkci a nabízí zúžení témat pro možné budoucí šetření.

Dalším krokem by tak mohlo být hlubší prozkoumání vztahu mezi bodybuildingem, fyzickým tělem a identitou nebo skloubení bodybuildingu a mateřství. Přínosný by byl jistě obdobný výzkum zaměřen na vyšší kategorie ženského bodybuildingu, jako je *physique* a *kulturistika*, neboť právě v nich ženy nejvýrazněji překračují rozdíly mezi gendery, a to nejen důsledkem nabírání svalové hmoty, ale zejména masivnějším užíváním dopingů a s ním spojenou virilizací.

Seznam použité literatury:

- Adelman, M. & Ruggi, L. (2016). The sociology of the body. *Current Sociology Review*, 64(6), 907–930.
- Andreasson, J. & Henning, A. (2022). Challenging Hegemony Through Narrative: Centering Women's Experiences and Establishing a Sis-Science Culture Through a Women-Only Doping Forum. *Communication & Sport*, 10(4), 708–729.
- Andreasson, J. & Johansson, T. (2021). Negotiating female fitness doping: gender, identity and transgressions. *Sport in Society*, 24(3), 323–339.
- Antidopingový výbor ČR. (2021). Statistika dopingových kontrol. <https://www.antidoping.cz/cs/statistiky>
- Antidopingový výbor ČR. (2023). Seznam zakázaných látek a metod dopingů. <https://www.antidoping.cz/cs/seznam-zakazanych-latek-a-metod-dopingu>
- Barakat, C., Escalante, G., Stevenson, S. W., Bradshaw, J. T., Barsuhn, A., Tinsley, G. M., & Walters, J. (2022). Can Bodybuilding Peak Week Manipulations Favorably Affect Muscle Size, Subcutaneous Thickness, and Related Body Composition Variables? A Case Study. *Sports (Basel, Switzerland)*, 10(7), 106.
- Bartky, S. L. (1997). Foucault, Femininity, and the Modernization of Patriarchal Power. In Meyers, D. T. *Feminist social thought: a reader*. Routledge. 93–111.
- Butler, J. (2016). *Závažná těla: o materialitě a diskursivních mezích „pohlaví“*. Karolinum.
- Campbell, F.; Haverda, T. & Bartkowski, J. P. (2021). Rival Bodies: Negotiating Gender and Figure Competitions. *Social Sciences*, 10(64).
- Clarke, V. & Braun, V. (2017). Thematic analysis. *The Journal of Positive Psychology*, 12(3), 297–298.
- Cranswick, I., Richardson, D., Littlewood, M. & Tod, D. (2020). “Oh take some man-up pills”: A life-history study of muscles, masculinity, and the threat of injury. *Performance Enhancement & Health*, 8(2–3).
- Escalante, G., Stevenson, S.W., Barakat, C., Aragon, A. A. & Schoenfeld, B. J. (2021). Peak week recommendations for bodybuilders: an evidence based approach. *BMC Sports Sci Med Rehabil*, 13(68).
- Fafejta, M. (2004). *Úvod do sociologie pohlaví a sexuality*. Nakladatelství Jan Piskiewicz.
- Garrat, D. (2015). Queer and Uncanny: An Ethnographic Critique of Female Natural Bodybuilding. *Qualitative Inquiry*, 21(9), 776–786.
- Goldfield, G. S. (2009). Body Image, Disordered Eating and Anabolic Steroid Use in Female Bodybuilders. *Eating Disorders*, 17, 200–210.

- Chappell, A. J., & Simper, T. N. (2018). Nutritional Peak Week and Competition Day Strategies of Competitive Natural Bodybuilders. *Sports (Basel, Switzerland)*, 6(4), 126.
- Chriss, J. (2010). *Control: Informal, Legal and Medical*. Emerald Group Publishing Limited.
- International Fitness and Bodybuilding Federation. (2023a). *Women Bikini Fitness Rules*. <https://ifbb.com/wp-content/uploads/2023/02/Women-Bikini-Rules-2023-1.pdf>
- International Fitness and Bodybuilding Federation. (2023b). *Women Bodyfitness Rules*. <https://ifbb.com/wp-content/uploads/2023/02/Women-Bodyfitness-Rules-2023-1-1.pdf>
- International Fitness and Bodybuilding Federation. (2023c). *Women's Physique Rules*. <https://ifbb.com/wp-content/uploads/2023/02/Womens-Physique-Rules-2023-1.pdf>
- International Fitness and Bodybuilding Federation. (2023d). *Women's Wellness Fitness Rules*. <https://ifbb.com/wp-content/uploads/2023/02/Women-Wellnes-2023-1.pdf>
- Keck, O. & Wagner, G. (1990). Asymmetrische Information als Ursache von Doping im Hochleistungssport: Eine Analyse auf Basis der Spieltheorie. *Zeitschrift für Soziologie*, 19(2), 108–116.
- McGrath, S. A. & Chananie-Hill, R. A. (2009). “Big Freaky-Looking Women”: Normalizing Gender Transgression Through Bodybuilding. *Sociology of Sport Journal*, 26, 235–254.
- Merriam-Webster. (n.d.). Bodybuilding. In Merriam-Webster.com dictionary. Retrieved April 6, 2024, <https://www.merriam-webster.com/dictionary/bodybuilding>
- Murnen, S. K., Smolak, L., Mills, J. A. & Good, L. (2003). Thin, Sexy Women and Strong, Muscular Men: Grade-School Children's Responses to Objectified Images of Women and Men. *Sex Roles*, 49(9/10), 427–437.
- Nielsen, H. B. (2004). Noisy Girls: New Subjectives and Old Gender Discourses. *Young*, 12(1), 9–30.
- Roubík, L. (2023). Periodizace silového tréninku. Příspěvek přednesený na kurzu *Dosáhní naturálního maxima*, Institut moderní výživy, Praha.
- Roubík, L., Šindelář, M., Vašík, R., Šádek, M., Bureš, T., Pleváková, S., Lamka, A., Tkadlčík, J., Orság, J., Trojovský, F. & Špingl, M. (2018). *Moderní výživa ve fitness a silových sportech*. Erasport.
- Erasport, s. r. o., (2024, 23. dubna). *Ronnie.cz*. <https://kulturistika.ronnie.cz/souteze>

- Schur, M. E. (1984). *Labeling Women Deviant: Gender, Stigma and Social Control*. Random House.
- Schwarzenegger, A. & Dobbins, W. (1998). *Encyklopedie moderní kulturistiky*. Beta-Dobrovský & Ševčík Praha-Plzeň.
- Slepičková, I. (2016). Chapter 7. Sociology of Sport: Czech Republic. *Sociology of Sport: A Global Subdiscipline in Review*. Emerald Group Publishing Limited.
- Smolík, J. (2010). *Subkultury mládeže: Uvedení do problematiky*. Grada publishing, a.s.
- Strauss, A. & Corbin, J. (1999). *Základy kvalitativního výzkumu*. Albert.
- Svaz kulturistiky a fitness České republiky. (2019). *Soutěžní řád a pravidla soutěží SKFČR*. <https://www.skfcr.cz/img/dokumenty/2019-04-24-soutezni-rad-a-pravidla.pdf>
- Svaz kulturistiky a fitness České republiky. (2024, 24. února). *Antidopingový seminář 2024*. Praha
- Sverkersson, E.; Andreasson, J. & Johansson, T. (2020). ‘Sis Science’ and Fitness Doping: Ethnopharmacology, Gender and Risk. *Social sciences*, 9(44), 55.
- Tajrobehkar, B. (2016). Flirting With the Judges: Bikini Fitness Competitors’ Negotiations of Femininity in Bodybuilding Competitions. *Sociology of Sport Journal*, 33, 294–304.
- Travis, C. B., Meginnis, L. K. & Bardari, K. M. (2000). Beauty, Sexuality, and Identity: The Social Control of Women. *Sexuality, Society and Feminism*. American Psychological Association. 237–272.
- Urbanová, M. (2006). *Systémy sociální kontroly a právo*. Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk.
- Vallet, G. (2017). The gendered economics of bodybuilding. *International Review of Sociology*, 27(3), 525–545.
- Valouchová, P. (2015). *Krásný holky: Neformální sociální kontrola žen prostřednictvím vzhledu*. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Vignera, L. S., Condorelli, R. A., Cannarella, R., Duca, Y. & Calogero, A. E. (2018). Sport, doping and female fertility. *Reproductive Biology and Endocrinology*, 16(108).
- West, C. & Zimmerman, D. H. (2008). *Dělat gender*. Sociální studia 1.
- Worthen, G. F. M. & Baker, S. A. (2016). Pushing Up on the Glass Ceiling of Female Muscularity: Women’s Bodybuilding as Edgework. *Deviant Behavior*, 37(5), 471–495.

Young, K. A. (2016). *Sociology of Sport: A Global Subdiscipline in Review*. Emerald Group Publishing Limited.

Zábrodská, K. (2009). *Variace na gender: Postrukturalismus, diskurzivní analýza a genderová identita*. Academia.

6 Přílohy

6.1 Seznam tabulek

Tabulka 1: Sociodemografické údaje o komunikačních partnerkách	17
--	----

6.2 Příloha 1 Scénář rozhovorů

A. obecně

- 1) Obecné informace – věk, povolání, rodinný stav, soutěžní kategorie, jak dlouho se tomu věnuje, aktuální fáze přípravy

B. Vztah k bodybuildingu

- 1) Jak jsi se k bodybuildingu dostala?
- 2) Čím se podle tebe vyznačuje tvoje kategorie ... třeba oproti jiným kategoriím?
- 3) Co bys řekla, že ti soutěže v (kategorie) přináší?

C. zkušenosti ze strany společnosti

- 1) Jak na to reagovalo tvoje okolí? (rodina, přátelé, širší okolí)
- 2) Co prostředí sociálních médií?
- 3) Setkáváš se s nějakou reakcí lidí v každodenním životě?
- 4) Máš zkušenosti s tím, že by tě někdo nazval „maskulinní“ (že vypadáš/budeš vypadat jako chlap atd.)?

D. bodybuilding a sebepojetí

- 1) Jaký máš vztah ke svému tělu? Řekla bys, že se mění v závislosti na fázi soutěžní přípravy?
- 2) Co pro tebe znamená být ženou?
- 3) Jaký je podle tebe ideální vzhled ženy? Řekla bys, že se liší od mainstreamového ideálu? /Když bys jej porovнала s ideálem jiných žen v tvém věku, domníváš se, že se bude lišit?
- 4) Přemýšlela jsi někdy o zákroku estetické medicíny?
- 5) Kde podle tebe leží hranice mezi maskulinitou a feminitou, co se množství svalů, fyzického vzhledu týče? Co ti přijde už „moc“?

E. estetické zákroky a doping

- 1) Přemýšlela jsi někdy o zákroku estetické medicíny?
- 2) Jaký máš postoj k dopingmu?
- 3) Setkala ses s ním v praxi? (osobně/znáš někoho, kdo jej prokazatelně užívá)

6.3 Příloha 2 Vybraný přepis rozhovoru – Alena

Rozhovor – Alena

věk: 41

rodinný stav: přítel – zasnoubená

povolání: osobní asistentka

soutěžní kategorie: bikiny fitness a bikiny fitness masters

jak dlouho se věnuje bodybuildingu: 6,5 roku

V: V první řadě bych potřebovala získat nějaké sociodemografické informace o tobě, takže bych se tě chtěla zeptat, kolik je ti let?

A: Čtyřicet jedna.

V: Ehm. Jaký je tvůj rodinný stav?

A: Jako jestli jsem svobodná nebo vdaná? Zasnoubená, rozvedená (smích).

V: Ehm, super. Jaké je tvoje povolání?

A: Eh, já jsem asistentka.

V: Jaká je tvoje soutěžní kategorie?

A: Bikiny fitness.

V: A jak dlouho se tomu věnuješ?

A: Tedko 6,5 roku.

V: 6,5 roku... A momentálně jsi v jaké fázi přípravy?

A: To nevím, jak mám odpovědět... V přípravě, v jaké fázi přípravy?

V: Jestli jako offseason, nebo v dietě, nebo v objemu, nebo...

A: V objemu.

V: Děkuju. Jak jsi se k bodybuildingu dostala?

A: Eh... Hele, já jsem chodila nejdřív cvičit, nebo, začala jsem chodit cvičit do fitka kvůli tomu, že jsem chtěla nabrat, protože já jsem ektomorfa a jsem strašně hubená, odjakživa, a chtěla jsem prostě nabrat svaly. Obalit se. Takže jsem začala chodit cvičit, no a když jsem cvičila nějakou dobu, tak jsem si řekla, proč prostě nezkusit ty závody.

V: Hezky. Přišel ten podnět od někoho, nebo jsi na to přišla sama, zjistila, že ta možnost existuje, a tak sis řekla, jdu do toho?

A: Ne, tak setkávala jsem se s těma holkama, který to třeba už zkusily, na instáči to člověk sledoval, prostě fakt se mi to líbilo a tak jsem si říkala, proč ne.

V: Ehm, chápu. Čím se podle tebe vyznačuje tvoje kategorie?

A: Čím se vyznačuje?

V: Ehm. Já jakoby znám ta kritéria, která jsou v pravidlech, ale co bys ty řekla, co je klíčový, čím se třeba liší od ostatních kategorií?

A: Co je klíčový... Hele, mě překvapilo, že tak, jak jsem si myslela, že stačí nabrat jakoby určitý množství té svalové hmoty, ne teda tolik, jako je třeba u těch wellnesek, jako u vás, tak jsem si myslela, že to je to nejdůležitější a že to bude stačit a strašně mě překvapilo, že ten pózing je víc jak půlka, nebo minimálně půlka a ty vlastně na tom dřez třeba celý rok a pak máš na to chvilku, prostě těch pět minut, a když to poděláš, tak to poděláš (smích).

V: Jo, to znám z vlastní zkušenosti.

A: A co mě jako strašně mrzí, tak je, tam je vlastně strašně důležitá ta barva, ten nátěr. A mně se třeba stalo, bohužel, na těch závodech tedko na podzim, na těch prvních i na těch druhých, že se mi ta barva pokazila. A já vlastně jak jsem byla na těch mezinárodních, kde jsem tam vlastně byla za ženy i za masters, a za ty ženy, tam se mi vlastně podělalo břicho. Já jsem si to nechávala vždycky od té firmy a ta firma, místo toho, aby mi to spravili, tak mi to zkazili ještě víc, protože měli nezkušený, měli tam nějaký studenty, kteří to snad ještě nikdy nedělali, takže to mě strašně

mrzelo, že jsem vlastně kvůli tomu jakoby v tej druhé skupině se špatně umístila. A prostě to zahodí celou tu dřinu, jenom na ten moment.

V: To mě hrozně mrzí. Já, když jsem teď poslouchala různé podcasty na tohle téma, tak je to jakoby šílený, kolik času tím člověk stráví, na čem všem to může ztroskotat, co ale vlastně vůbec nesouvisí s tou dřinou, která tomu předchází.

A: Jo! Jo, já jsem z toho byla strašně zklamaná, našťvaná, protože jak už byl člověk hrozně unavený, já jsem tam měla ten měsíc, vlastně, mezi těma závodama, tak jsem neměla daleko k pláči.

V: Jo, to úplně chápu, no. Co bys řekla, že ti soutěže v bikiny fitness přináší?

A: Co mi přináší? Dobřej pocit (smích). No, mám z toho radost, baví mi, kam člověk dokáže to tělo dostat, baví mě ten výsledek, líbí se mi i na tom pódiu bejt... A líbí se mi to, i co se týče mejch dětí, jak už mám velký děti, tak já jsem říkala, že chci do toho jít i třeba z toho důvodu, to je vlastně spíš k zasmání na jednu stranu, jo, ale já jsem to myslela vážně, že chci, alespoň jednou jakoby tu soutěž zkusit, mít ty fotky z toho a aby moje děti jednou mohly říct mým vnoučatům "hele, to je vaše babička" (smích). Jo, a tohleto jsem si splnila.

V: Jak k tomu přistupuje a vnímá to tvoje rodina?

A: Moje rodina? Dobře. Podporujou mě. Partner, ten jako hodně a děti jsou taky supr, ale já kvůli dětem se snažím, nebo ne snažím, já chodím cvičit v šest ráno, abych odpoledne tady pro ně byla.

V: Teď nevím, jestli je tahle otázka na místě, zpovídala jsem před tebou holky, které začaly závodit, když ještě žily s rodičema, tak tam to bylo hodně divoký, jak na to třeba reagovali tvoji rodiče?

A: Moje rodiče, to... Já nemám rodiče, takže (smích). Ti na to nereagovali nijak.

V: Aha, promiň!

A: V pohodě (smích). Ale spíš ti můžu říct místo rodičů třeba známý. Jako kamarádi třeba.

V: Určitě!

A: Byli překvapení, že člověk do něčeho takovýho jde a většinou jsou to otázky furt ty samý, jakoby jak to může člověk zvládat, to asi zažíváš taky, jak můžeš zvládat dodržovat tu dietu, jestli ti to za to stojí, no, a že mi drží palce.

V: Skvělý! Setkala ses i s nějakýma negativníma reakcema?

A: Setkala, setkala, protože samozřejmě často jsou tam takový ty řeči "no, hlavně abys nevypadala jako chlap", to nevím, jestli už ti taky někdo řekl. No, většinou je to od ženských teda.

V: Setkala ses takhle s nějakýma reakcema, když jsi byla třeba v přípravě, když člověk vypadá...

A: Nesetkala, protože jsem vždycky byla na podzim a byla jsem nabalená, tak to nikdo neviděl (smích).

V: Chápu, chápu. Co v prostředí sociálních sítí?

A: Hele, já tam mám soukromej účet a moc lidí tam nemám, takže v pohodě (smích), tam nemám žádný problém. Ani na facebooku. Naopak jakoby tam mám vlastně spolužačky a známý, a tam jsou hodně kladný reakce, jsou hrozně milý.

V: Hezky. Jak obecně k těm sociálním sítím ty přistupuješ?

A: Já jsem taková jako... Nechci říct opatrná vyloženě, ale prostě nemám veřejnej profil. Ani ten facebook, tam zaprvý jsem nikdy tolik nechodila, tam chodím víc až teďko, že si tam občas dám nějakou fotku, protože mám od toho Ivana Mladého, z těch mám radost, tak dávám si to i tam, ale jako veřejně se mi to nechce dávat, to jsem taková opatrnější v tom. I kvůli reakcím nepříjemným, třeba jsem se setkala s tím, že moje starší dcera, ještě když byla na základce, teď už je na gymplu, tak vlastně když byla v tej pátej, šestej třídě a měla jsem ten účet veřejnej, tak si jí dobírali i kvůli tomu, takže to jí bylo nepříjemný. Já jsem s nima vždycky konzultovala "hele, nebude ti vadit, když tam dám tuhle fotku", protože jsem si tohle uvědomovala, víš, a vlastně i z tohohle důvodu, to byl jeden z vícero faktorů, proč jsem udělala, že to mám jenom soukromej.

V: Vidíš, to mě ani nenapadlo se na to zeptat, jestli to takhle ovlivňuje i tvoji rodinu nějak.

A: No děti jo. A to tam nedávám, já jako nejsem typ, kterej by se fotil vyloženě jako akty, to jako vůbec, ale i přesto to zasahuje jakoby i ty děti, protože jseš tam prostě... Ono je to zvláštní, když

bys tam byla v bikinách v plavkách, tak to tolik člověk neřeší, v klasicejch plavkách myslím, k vodě, ale když tam dáváš nějaký takhle už jako lepší fotky, z ateliéru a máš tam nějakou pózu, tak oni to prostě řešej.

V: Takže to bylo vyloženě kvůli té fotce z ateliéru, ne z pózie ze závodů?

A: Ale to já už si nepamatuju přesně, která fotka byla, já už jsem to hodně i promazala, a je pravda, že vlastně ještě jsem měla... Stalo se mi, že u bejvalýho, ono je to jakoby vzdálenější sestřenice holek, mojí dceři tedka je patnáct a ona je o tři roky starší, osmnáct. No a v tej době ona byla kolem těch patnácti let, čtrnácti, a ona mi napsala, jestli mi to není blbý vůči holkám, že si tam dávám takovýdte fotky. Víš, tak jsem jí napsala, že jí rozumím, že prostě to s dětma konzultuju a že všechny fotky, co tam dávám, tak s nima souhlasí. No a jakoby než se rok sešel, rok a půl, a už zase byla někde jinde. Už měla na to jinej názor. No je tohlencto takový ošemetný, těžký, že prostě v tej pubertě je člověk hrozně citlivej a je jakoby těžký z pohledu rodiče nebo toho dospělého vlastně vybalancovat... Vlastně nemůžeš v tomhle koukat jenom na sebe. Musíš prostě to přizpůsobovat nějak pro ty děti, aby jim to neublížilo, aby byly v pohodě... No...

V: Jaký vztah k tomu mají tvoje děti, k tomu sportu?

A: Kladej. Dělalj teda něco jinýho. Ta starší, ta by chtěla moc chodit do fitka, akorát to finančně nějak jako (smích) nedáváme tedko, ale říkala mi to asi už rok, já jsem to konzultovala i s tatínkem, ale nějak jsme se furt nedomluvili. Ale ta dělá zase pole dance a dělá ho už taky nějakým čtvrtým rokem určitě a je z něj nadšená. To jsem ráda, že jsme našly něco. A mladší, ta dělá šály a tancuje latinu. A uvidíme, jestli budou chtít někdy dělat tohlencto. Myslím si, že ta starší možná jo. Bude chtít určitě fitko, jako cvičit, zatím říká, že se necítí na to, aby šla na ty závody, ale není to kvůli tomu, že by to nechtěla vydržet, ale nechce držet tu dietu (smích). To odmítá jako primárně.

V: (smích) Já mám kamarádku, která mě malovala na závody, ta říkala, že se jí hrozně líbí ty soutěže a ty plavky, že by pomalu do toho šla jenom kvůli tomu, aby měla důvod si ty plavky koupit.

A: Tak to je jako se svatbou (smích), taky spousta holek říká, že se chce vdávat jenom kvůli těm šatům. Pro mě taky byla motivace samozřejmě ty plavky, protože jsou krásný.

V: Ted' tady mám další skupinu otázek zase trošku z jinýho soudku. Jaký máš vztah ke svému tělu?

A: Já jsem člověk, co si moc nevěří.

V: Mohla bys to prosím nějak rozvést? Jaký to má vliv v cvičení, jak se s tím vyrovnáváš v různých fázích přípravy...

A: Eh, nejsem jako že bych byla kritická vyloženě vůči sobě, jako to někdo má, že nemá to svoje tělo rád, to ne. Mě spíš jenom štve ta hubenost, víš. Štve mě, jak mám rychlej metabolismus, štve mě, že mi nejdou nabrat prostě ty stehna, to vám wellnesskám prostě strašně závidím (smích), ale celkově prostě jsem člověk, kterej si nějak nevěří. To tak mám odjakživa.

V: Má vliv, na to, jak sama na sebe nahlížíš podle toho, v jaký fázi přípravy jsi? Jestli třeba když máš kratší dobu před závody nebo jsi těsně po nich... Jako že se třeba blíží to, že se budeš muset někde ukázat...

A: To mi nevadí. Takhle, nevadí. Já třeba nedokážu mluvit před velkou spoustou lidí. Kdyby jsem musela někde prezentovat něco, tak to je to nejhorší, co jsem kdy zažila, to prostě fakt nezvládám. Ale když třeba mám tancovat, já miluju tanec, tak naopak tam jsem úplně někdo jinej a tam mi vůbec nevadí začít jako první tancovat sama na parketu a já to mám to samý i na tom pódiu. Mně stačí, když nemusím mluvit. Tam je to pro mě podobný jako ten tanec a jsem v pohodě a fakt mi to baví. Zvláštní, vid' (smích)

V: Ne, já to určitým způsobem chápu. Já měla často problémy se nějak vyjadřovat sama za sebe, ale milovala jsem dramata, strašně jsem milovala vystupování.

A: No, protože jseš tam za někoho jiného.

V: Ano, přesně tak.

A: No a já to mám taky tak.

V: Takže to chápu. Co pro tebe znamená být ženou?

A: Být ženou? Jsem s tím spokojená (smích). Ne, já jsem fakt ráda. Mně se to líbí, já mám ráda jakoby tu eleganci, dbát o sebe, líbí se mi prostě tvarovat to tělo... Já jsem spokojená.

V: A když bys měla nějak vyhranit tu feminitu, ženskost, od maskulinity, kde bys řekla, že je ten rozdíl, to gró?

A: To nedáváš moc lehký otázky (smích). Kde je to gró? Hele, já to vezmu zase trošku jinak. Když tady řešíš tu maskulinitu a prostě ženy-muže, já jsem si, už je to nějaká chvílka, tak jsem si dělala třeba test, na kolik procent máš mužskej a ženskej mozek, protože mě to strašně zaujalo a já vůbec celkově psychologii mám ráda, čtu i knížky různý a tak, a bylo hrozně zajímavý, že vlastně většina lidí, ať už mužů nebo žen, tak nemá čistě jenom ženskej nebo jenom mužskej mozek a je jenom otázka, na kolik se to míchá. Třeba já, tak mám nějak kolem 60 % ženskej mozek a ten zbytek, na těch 40, tak mám mužskej, což mě strašně překvapilo, to je jako opravdu velký procento a pociťuju to třeba v tom, že já nemám potřebu není mi vůbec blízky takový to krafání, co ty holky mají, takový to sdružování se a říkat si prostě kam jdeš, jdu na záchod, takový... Víš? Tyhle věci já vůbec jako nemusím. Nebo strašně miluju jezdit na služebky s chlapama, protože oni v tom autě, nejdřív se pobavíme, je sranda, a pak mlčej. A spí. A mně to strašně vyhovuje. Třeba můj partner zase naopak, tak ten tam má podobnej přesah, ale opačně. A my se krásně doplňujeme. Já jsem zjistila, že vlastně můj první manžel, ten měl přesah, ten byl hodně jenom chlap, ale zase se to odvozovalo v tom, že nebyl empatickej, byl takovej strohej, byl takovej... Prostě asi na mě moc chlap, no. Nedalo se s ním jako mluvit o spoustě věcí, měl prostě takovej pohled čistě jenom svůj na určitou věc a nebyl schopnej pochopit tě ve spoustě věcech, aby ti šel, víš v tom vztahu, jakoby... Já jsem odbočila úplně někam jinam, vid'?

V: Ne, v pořádku (smích). Jak moc je pro tebe důležitý, z hlediska tý ženskosti, takový ty primární biologický znaky, třeba menstruace nebo možnost porodit dítě?

A: No, menstruace, to, to ne (smích). Ne, pro mě moc, já jako těhotenství a mateřství jsem si strašně užívala, že jsem se na to těšila, když teda pomínu nějaký starosti, co tam byly, zdravotní, u holek, ale já jsem za to strašně šťastná a těhotenství jsem si užívala moc. Zrovna za tohle jsem ráda, že jsem žena, že nejsem chlap, protože ti chlapi nemají možnost tohle to zažít. A pro mě to bylo strašně silný, i ten první pohyb v tom břiše a tak.

V: Super. Já se na tohle ptala i z toho hlediska, že pro poměrně hodně žen a dívek je důležitý, aby se cítily jako ženy právě třeba mít tu menstruaci. Ve chvíli, kdy se holka připravuje na soutěž, podstupuje drastickou dietu, zhubne, může přijít o tu menstruaci a může to snášet z hlediska ženský identity hodně špatně.

A: Aha. Já jakoby, mně se tohle nikdy nestalo. Je pravda, že jsem se bála, měla jsem období jakoby po porodu, s tou první dcerou, jak říkám, mám ten problém přibírat, tak já jsem strašně zhubla. Tam už jsem jakoby obavy měla, aby jí člověk neztratil, ale jakoby z hlediska, že bych se necítila jako žena, to mě třeba vůbec nenapadlo, ale čistě z hlediska, abych mohla mít do budoucna ještě nějaký děti. Ale čoveče takhle já to vůbec nevnímám.

V: Ehm, super.

A: Doufám, že to tak nebudu mít naopak v přechodu, aby mě to pak nepřekvapilo, tyhle pocity (smích).

V: Děkuju. Jaký je podle tebe ideální vzhled ženy?

A: Já si myslím, že ideální vzhled ženy není. V tomhle tom já jsem radikální, že důležitý je, aby ta osoba se cítila dobře a může ti bejt jedno, co si ti ostatní myslí. Protože jsem si užila spoustu zase jako... Většina lidí si myslí, že problém mají jenom tlustý lidi, že jsou na ně lidi jako oškliví, ale já ti můžu říct, že jsem si zažila svoje taky, kvůli tomu, že byl člověk hubenej. Takže jako... Sice si jako nevěřím do určitý míry, ale v tomhle tom nějak asi jakoby sebe mám ráda a hájím si to. A nenechám si od lidí do toho mluvit. Ted'ko se mi taky stalo v práci, že mi jeden kolega řekl, že nemá rád ženy takhle hubený, jak jsem byla před těma závodama, tak ať si to říká. To víš že to nebylo, že by se mi to vůbec nedotklo, ale jako kdyby se mi to stalo třeba před těma deseti lety, patnácti, tak bych si z toho tu hlavu dělala.

V: Ehm, jasný, chápu. Říkala jsi, že jsi začala chodit do fitka kvůli tomu, že jsi chtěla nabrat. Řekla bys, že čistě pro tebe je nějaký cíl, kterého bys chtěla dosáhnout, co se ti líbí na ženách, z hlediska nějaký svalový hmoty, že se to liší od laický populace, co necvičí, že máš posunutej ten práh, co ti ještě přijde ženský a hezký?

A: Mám. Jo. Zjistila jsem, že už mám. Že není to takový, že by to dělal člověk s nějakým záměrem, to vůbec, vlastně jsem si to uvědomila asi tak před rokem, tohleto, že vlastně tím, že se člověk pohybuje mezi těma lidma, co cvičí, tak se ti posunou i přesně, jak říkáš, tyhleto kritéria a najednou strašně si člověk všímá a nelíbí se ti, když třeba ta žena nemá zpevněnej zadek, nemá zpevněný stehna... Přitom třeba si říkáš, vždyť by stačilo tak málo, kdyby prostě dvakrát, třikrát týdně chodila do fitka, trošku upravila stravu... A hrozně nemám ráda takový ty řeči "To je genetika, ty máš genetiku, já nemám..." Takže posunutý to má člověk.

V: Co ti přijde už moc, co se týče nějakýho svalovýho rozvoje u žen?

A: Co mi přijde moc? Kulturistika. Nebo takhle... Já to vnímám čoveče tak, že dokud má ta žena v tom obličejí takový ty jemný rysy, tak mi nevadí i když je víc nasvalená. Říkám si super, prostě dře, šla do toho, obdivuju to. Ale ve chvíli, kdy se začíná měnit v toho muže, tak si říkám jako jestli to měla zapotřebí, jestli to fakt chce. Asi já si myslím, že to souvisí s tím, jako co jsme říkaly teď, že se ti posouvají prostě ty hodnoty, ty hranice, to vnímání.

V: Takže bys řekla, že tam je zásadní to, když jí to mění rysy v tom obličejí, to už je moc?

A: Jo, pro mě jo.

V: Chápu, super. Další taková otázka na tělo. Přemýšlela jsi někdy o zákroku estetické medicíny?

A: Ne. Já se mám ráda (smích). Nevěřím si, ale mám se ráda.

V: A jaký k tomu máš postoj u ostatních?

A: Nemám s tím problém. Když jakoby chtějí. Jako já vím, že třeba ty prsa si nechávají strašně často holky dělat, ale zase chápu, že když jsou na úrovni už těch profesionálů, tak tam to jako i potřebujou, prostě tam ty prsa mít musí. Něco jinýho je, když má člověk takový ty úpravy, co si teď všichni nechávají dělat, jak je takovej ten boom s těma rtama a já nevím, co všechno, to bych nedělala, to se mi nelíbí. A to se vrátím zase k tomu, že si myslím, že se vytrácí takový to mít rád sám sebe, protože tyhleto zákroky... Pak vypadají všichni, já říkám jako krteček z tý továrny, všichni stejně.

V: Já mám tady vlastně poslední otázku, téma, který bych ještě ráda otevřela, a to je jaký máš postoj k dopingů?

A: Hele... Já se v tom moc nevyznám. Já jakoby za sebe doping určitě ne. Ale samozřejmě jak se člověk pohybuje v tom fitku, tak hlavně spíš ti chlapi prostě po tom dopingů sahají dost často, s tím, že v určitej nějaký míře, co se pohybuju já, mají to zatím jako korigovaný. Není to, že by se to někam přehouplo. Chápu, že doping pomáhá prostě k růstu tý svalový hmoty a myslím si, že pokud je to hlídaný a jakoby braný do určitý míry... Jako nemělo by to bejt, co si budem, ale...

V: Setkala ses ty s tím osobně, že by ti to někdo nabízel?

A: Ne. To vůbec. A rozhodně bych do toho nešla.

V: Super, moc děkuji. To jsme zvládli docela rychle. Za mě jsem prošla všechny okruhy, které jsem s tebou chtěla projít. Jenom jsem se tě chtěla zeptat, jestli bys měla něco, co bys ty osobně k tomu ráda řekla, co tě napadá z hlediska sebepojetí, maskulinity a feminity v ženském bodybuildingu?

A: Co mě napadá? Aby do toho šel každej. (smích) Aby se toho ty lidi nebáli. Mně přijde, že dneska se lidi brání strašně tej disciplíně. Že chtějí mít všechno zadarmo a přijde mi, že je strašně častý, že tě vidí, když máš za sebou nějaký výsledek, jseš třeba vyrýsovaná na závody, že si řeknou – to chci a chci jít na závody a chtějí jít třeba prostě během tří měsíců... Trpělivost, prostě aby měli všichni trpělivost, aby byli cílevědomí, nebáli se tý disciplíny, no, se kterou to musí jít ruku v ruce.

V: Super, mockrát ti děkuju!