

Zlatá krása

Petra Nováková

Bakalářská práce
2022

 Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta multimediálních komunikací

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta multimediálních komunikací
Ateliér Design oděvu

Akademický rok: 2021/2022

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Petra Nováková**
Osobní číslo: **K19503**
Studijní program: **B8206 Výtvarná umění**
Studijní obor: **Multimédia a design – Design oděvu**
Forma studia: **Prezenční**
Téma práce: **Zlatá krása**

Zásady pro vypracování

1. Teoretická část:

Prostudování a analýza dostupných materiálů a informací, obrazová příloha, vlastní závěry v minimálním textovém rozsahu 20-25 normostran. Řešení je doplněno kresebnými návrhy. Práce pojednává o současných oděvech pro kulturistiku a sport. Zkoumá ideály tělesné i duševní krásy v minulosti a s nimi souvisejícími oděvy pro pohyb.

2. Praktická část:

Výtvarné zpracování a realizace finálních návrhů v počtu 5 – 7 modelů. Praktická část vychází z nabytých poznatků z teoretické části, které se uplatňují při tvorbě oděvní kolekce. Práce je doplněna o dokumentační fotografie z procesu tvorby, módní fotografie, popřípadě krátké promo video. Rozsah práce: minimálně 40 normostran. Formát A4. Práce bude odevzdána ve dvou stejnopisech v pevné vazbě (1 může být v kroužkové vazbě). Součástí odevzdané písemné práce bude i dodání elektronické verze bakalářské práce na Flash disku. Flash disk bude obsahovat taktéž samostatné fotografie v tiskové kvalitě z praktické části bakalářské práce. Formát pro bitmapové podklady: JPEG, barevný prostor RGB, rozlišení 300 DPI, 250 mm delší strana. Formáty pro vektory: AI, EPS, PDF. Loga a texty v křivkách.

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam doporučené literatury:

- ECO, Umberto, ed. *Dějiny krásy*. Přeložil Gabriela CHALUPSKÁ. Praha: Argo, 2005. ISBN 80-7203-677-7.
- JAROŠOVÁ, Helena. *Filozofie těla – klíč k hlubšímu chápání těla a šatu*. V Praze: Vysoká škola uměleckoprůmyslová, 2013. ISBN 978-80-86863-63-4.
- SLEPIČKA, Pavel, Václav HOŠEK a Běla HÁTLOVÁ. *Psychologie sportu*. Vyd. 2. Praha: Karolinum, 2009. ISBN 978-80-246-1602-5.
- SCHWARZENEGGER, Arnold a Bill DOBBINS. *Encyklopedie moderní kulturistiky*. Druhé, upravené a doplněné vydání. Přeložil Jiří EMMER, přeložil Dina PODZIMKOVÁ. Praha: Beta-Dobrovský, 2018. ISBN 978-80-7291-251-3.
- VOLEK, Jaroslav. *Kapitoly z dějin estetiky: od antiky k počátku 20. století*. Praha: Panton, 1969. Ukončit editaci

Vedoucí bakalářské práce: **MgA. Alice Klouzková, PhD.**
Ateliér Design oděvu

Datum zadání bakalářské práce: **1. listopadu 2021**
Termín odevzdání bakalářské práce: **20. května 2022**

L.S.

Mgr. Josef Kocourek, PhD.
děkan

doc. MgA. Kristýna Petříčková, Ph.D.
vedoucí ateliéru

Ve Zlíně dne 1. prosince 2021

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ / DIPLOMOVÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- bakalářská/diplomová práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému a bude dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou/diplomovou práci se plně vztahují zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3;
- podle § 60 odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 61 odst. 2 a 5 mohu užit své dílo - bakalářskou/diplomovou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské/diplomové práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jiným subjektem pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské/diplomové práce využít ke komerčním účelům;
- pokud je výstupem bakalářské/diplomové práce jakýkoliv softwarový produkt, považuji se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt sdílá. Nandovzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

Prohlašuji, že:

- jsem na bakalářské/diplomové práci pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně dne 11.11.2023

Jméno a příjmení studenta Michal Křivánek

podpis studenta

ABSTRAKT

Práce se zabývá ideálem krásy ve společnosti a zaměřuje se na toto téma hlavně ve spojení s kulturistikou a oděvy pro ni určenými. Konkrétně analyzuje zlatou éru bodybuildingu, její filozofii a odívání. Cílem praktické části je vytvoření produktové řady sportovního oblečení, která se inspiroje v kráse těla a filozofii zlaté éry bodybuildingu a přenáší tyto principy do současného fitness oděvu. Práce řeší estetickou i funkční stránku oděvu, využívá osobní zkušenosti v oblasti sportovní módy a je pojatá i jako možný koncept budoucí sportovní značky.

Klíčová slova: krása těla, ideál, sport, kulturistika, zlatá éra

ABSTRACT

The work deals with the ideal of beauty in society and focuses on this topic mainly in connection with bodybuilding and clothing designed for it. Specifically, it analyzes the golden era of bodybuilding, its philosophy and clothing. The aim of the practical part is to create a product line of sportswear that is inspired by the beauty of the body and the philosophy of the golden era of bodybuilding and transfers these principles to contemporary fitness clothing. The work addresses the aesthetic and functional side of clothing, uses personal experience in the field of sports fashion and is conceived as a possible concept of the future sports brand.

Keywords: beauty of the body, ideal, sport, bodybuilding, golden era

Děkuji Mgr. art. Alici Klouzkové, Ph.D. za vedení bakalářské práce, za její cenné rady, za její profesionální přístup a trpělivost. Děkuji své rodině, za jejich podporu, za pomocnou ruku a lásku.

Děkuji svému příteli za trpělivost, pochopení a lásku.

Děkuji Anně.

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské/diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

ÚVOD.....	8
I. TEORETICKÁ ČÁST	9
1 KRÁSA	10
1.1 Ideály krásy v průběhu historie.....	12
1.1.1 Pravěk	12
1.1.2 Starověk	13
1.1.3 Středověk	16
1.1.4 Novověk.....	16
1.1.5 20. století.....	18
1.2 Současný ideál krásy.....	18
2 SPORT	21
2.1 Kulturstika	22
2.2 Ženy v kulturstice	24
3 ZLATÁ ÉRA BODYBUILDINGU.....	25
3.1 Gold's gym.....	26
3.2 Mr. Olympia.....	28
4 SPORTOVNÍ MÓDA	30
4.1 Sportovní oděv v minulosti.....	30
4.2 Sportovní oblečení ve Zlaté éře.....	31
4.3 Fitness móda.....	32
4.4 Analýza trhu s fitness a sportovní módou	32
4.5 Sportovní móda v oděvním designu	35
II. PRAKTICKÁ ČÁST	41
5 PROJEKT.....	42
5.1 Moodboard	42
5.2 Silueta.....	43
5.3 Hledání barevnosti.....	45
5.3.1 Finální barevnost.....	46
5.4 Materiály.....	47
III. PROJEKTOVÁ ČÁST	54
6 FOTODOKUMENTACE.....	55
ZÁVĚR	76
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	77
SEZNAM POUŽITÝCH INTERNETOVÝCH ZDROJŮ	79
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK	81
SEZNAM OBRÁZKŮ	82
SEZNAM VLASTNÍCH OBRÁZKŮ	82

ÚVOD

První myšlenkou nad tvorbou bakalářské práce bylo vytvoření kolekce určené pro sport a volnočasové aktivity. V souvislosti s touto myšlenkou následovalo hledání zdroje inspirace. Zájem o tělo a jeho krásu úzce souvisí s budováním subjektivního ideálu krásy pomocí sportu. A proto se zdrojem inspirace stala právě tělesná краса, fitness a sportovní móda.

Teoretická část práce se zabývá samotnou krásou. A tím, že není jednoduché tento pojem definovat. Analyzuje ideály krásy v konkrétních obdobích minulosti. Ideál krásy v současné době je rozebrán podrobněji v souvislosti s vlivem medií a vlivem, právě ideálů dob minulých. Na což navazuje prozření z tohoto kolotoče v podobě sebepřijetí. To může být podpořeno fyzickou činností, která má nejen benefit nám lepšího vzhledu, ale i celkového zdraví těla a hlavně psychiky. Fyzická činnost, neboli sport, vyžaduje oděv jemu uzpůsobený. A právě této problematice se věnuje navazující část práce. Ta se věnuje historii sportu a oděvu pro něj. Vybraným sportem pro další konkrétní analýzu je kulturistika a fitness. V práci je obsažena historie kulturistiky. Která postupně vede k pomyslnému vrcholu tohoto sportu, čímž je Zlatá éra. Ta se odehrává v 50. až 80. letech minulého století. Respekt k tělu a tvrdá dřina je filozofií této Zlaté éry.

Praktická část práce se zabývá tvorbou samotné sportovní produktové řady. Ta je inspirovaná filozofií právě zlaté éry kulturistiky, která se do řady prolíná spíše myšlenkou než inspirací vizuální. Oděvy jsou designované s respektem k tvarům těla. Zvýrazňují křivky těla, které svojí podstatou vyzdvihují přednosti či potlačují nedostatky. K realizaci využívá osobní zkušenosti se sportovními oděvy, které jsou na trhu. Řeší funkční stránku oděvu ale i tu estetickou. Tato produktové řada slouží také jako rozvoj znalostí zpracování a technologie šití sportovního oblečení z důvodu osobního zájmu pro možnou budoucí značku.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 KRÁSA

V běžném životě se nejvíce řídíme citem. Ať už si to přiznáme nebo ne. Jestliže pocítíme zájem, potřebu něco vlastnit nebo milovat. Je to z pravidla kvůli tomu, že se nám daná věc líbí. Máme pocit, že nám dodá potěšení. Tím, že je to pro nás krásné, to chceme a věříme, že je to pro nás nejlepší. Pocit krásna v nás vyvolává to, co je pro nás dobré a důležité. Jako pro matku bude vždy nejkrásnější právě její dítě.¹

„Slovem krásný a dalšími, obdobnými výrazy – půvabný, hezký, ušlechtilý, nádherný či skvělý – většinou označujeme něco, co se nám líbí. Zdá se, že v tomto smyslu pro nás krásný znamená totéž, co dobrý. A skutečně, v různých historických epochách byly pojmy krása a dobro těsně spjaty.“²

Krásna je abstraktní pojem. Všichni máme své vlastní představy o tom, co je a co není krásné – konkrétní píseň nebo obraz, muž nebo žena. Přesně popsat, co přesně „to“ dělá píseň, obraz nebo osobu krásnou, je však skličující úkol. Princip najdeme třeba při tvorbě obrazu nebo jiném směru umění. Kdy dáme jeden motiv zpracovat více autorům. Nikdy nebude výsledek stejný. Pro každého jsou totiž důležité při tvorbě jiné aspekty. Jeden se může zaměřovat na pro něj dokonalé ztvárnění pomocí barev, jiný na proporce či způsob samotného ztvárnění. Jak autor, tak i divák má svoje preference. Důvodem k tomu, že každý cítí krásu jinak, je cit. Není tudíž jednoduché najít přesnou a uspokojivou odpověď na to co je krásné. A proto se názory na krásno utvářely a stále utváří. *„Problém krásy spočívá v tom, že se vkus a představy o tom, co je krásné, velice liší.“³*

Autoři různých historických epoch oslavovali krásu každý svým způsobem. Ať už byla díla zaměřena na lidské tělo, přírodu či myšlenku. Pohledy na to, co je krásné se napříč staletími vracely a navzájem se ovlivňovaly. Cílem autorů v každé epoše, bylo dosažení určitého citového souladu, mezi jejíž preferencemi a výsledkem. Nemůžeme zde ovšem určit nějaká pravidla, protože pokud autora neznáme dokonale, nevíme, jakého cíle chtěl dosáhnout.

Protikladem krásy je ošklivost. Jdou tak tedy spolu ruku v ruce. Jak může být, ale něco ošklivé, když se bavíme o faktu, že pro každého je krásné něco jiné? *„A proto umění,*

¹ KANT, Immanuel, KOBLÍŽEK, Tomáš, ed., 2015. Kritika soudnosti. Druhé, upravené vydání. Přeložil Vladimír ŠPALEK, přeložil Walter HANSEL. Praha: OIKOYMENH. Knihovna novověké tradice a současnosti. ISBN 978-80-7298-500-5.

² ECO, Umberto, ed., 2005. Dějiny krásy. Přeložil Gabriela CHALUPSKÁ. Praha: Argo. ISBN 80-7203-677-7.

³ GOMBRICH, Ernst Hans. Příběh umění. Vydání v češtině 2. (rev.), v Argu 1. Praha: Argo, 1997, 683 s. ISBN 80-7203-143-0

převádí-li toto neforemné, strašné, ohyzdné pravdivě do své sféry, dělá je krásným, obdivuhodným, vznešeným, aniž by je zbavovalo obludnosti (monstrózy).“⁴ Není jej tedy lehké specifikovat. Záleží především na vkusu a představách každého jedince zvláště.⁵

Při podrobném pohledu na lidskou anatomii můžeme říct, že tělo je nádherné, složité mistrovské dílo. K dokonalosti má však daleko. Naše tělo je produktem milionů let evoluce, ale tento proces nesměruje k „dokonalosti“. Tělo je naším nejbližším spojencem ale zároveň největším nepřítelem. Obýváme ho a nemůžeme mu uniknout. Probouzíme se s ním a umíráme s ním. Je zdrojem našeho studu a zároveň výrazem naší hrdosti. Naše tělo je naší prvotní identitou. Ale přesto se ptáme: kdo jsme, co jsme?

⁴ VOLEK, Jaroslav, 1969. Kapitoly z dějin estetiky: od antiky k počátku 20. století. Praha: Panton.

⁵ KOLÁŘ, Martin, ed., 2013. Krása významu: [kolektivní monografie]. Ústí nad Labem: Fakulta umění a designu Univerzity J.E. Purkyně ve spolupráci s občanským sdružením PROTEBE live. ISBN 9788074146381.

1.1 Ideály krásy v průběhu historie

Ideál krásy je vlastně taková naše představa, která určuje, co je krásné a co není. Je to relativní, proměnná věc a pro každého jedince může znamenat úplně něco jiného. Tyto představy o ideálu krásy se v každém období více či méně lišily. Byly ovlivňovány děním ve společnosti, prostředím nebo náboženstvím. Fungovalo to jako dnes, trendy přicházely a zase odcházely.

O ideálech se dozvídáme díky dochovaným fragmentům. Nálezy jako sošky, malby nebo i šperky a ozdoby nám můžou pomoci objasnit tehdejší ideály oné krásy. V pozdějších etapách se můžeme pomocí obrazů a fotografií seznámit i s událostmi a prostředím.⁶

1.1.1 Pravěk

Prvním obdobím, kdy se setkáváme s uměleckým projevem v podobě zobrazení těla, je paleolit. Společnost doby kamenné je matriarchální. A i do čela svého umění řadí právě ženu. Nehledí na krásu těla jako takovou, ale hledá zdraví a jeho funkčnost. Protože lidé tehdejší doby potřebovali být silní, aby se mohli množit, obstarat si potravu a hlavně přežít.⁷

Zobrazovaným ženským ideálem jsou Venuše. Jsou to podobizny stylizovaného ženského těla. Tyto sošky jsou často vyrobené z kamene, keramiky nebo kostí či paroží. Hlavními znaky jsou naddimenzované typicky ženské tvary, jako jsou ňadra, hýždě a pohlavní trojúhelník. Hlava a končetiny jsou naopak potlačené. Krása totiž tehdy nezáležela na vzhledu tváře nebo krásy jak takové. Ale na zdraví a funkčnosti těla z důvodu přežití a pokračování rodu. Symbolizovala tedy především plodnost a schopnost rodit děti nebo přímo bohyni plodnosti. Mužské podobizny se objevují spíše v nástěnném malířství, a to při zobrazení lovu.⁸ Avšak nejstarší dochovanou soškou je Lví muž z Hohlenstein Stadel.⁹

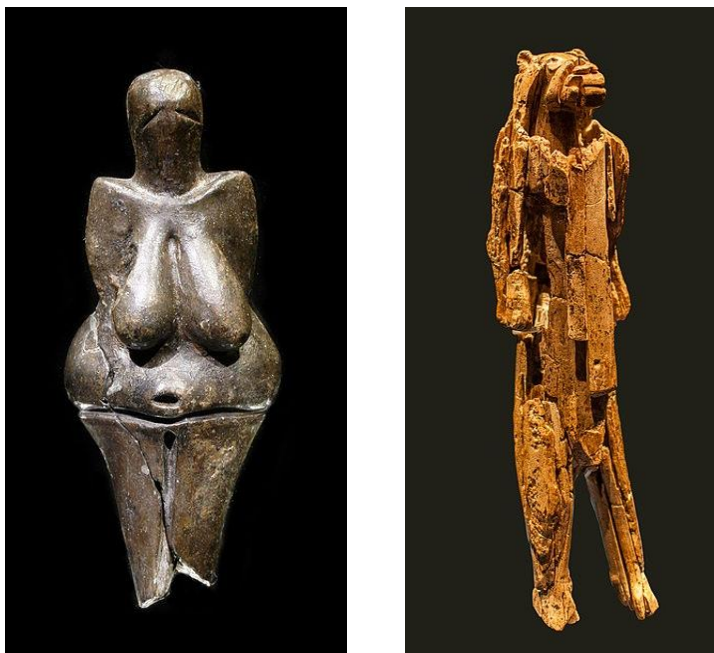
⁶ BLAŽKOVÁ, Jarmila, 1946. Žena: věčná inspirace umění : žena ve výtvarném umění od doby kamenné až po Picassa. 2. vyd. Praha: Symposion.

⁷ SVOBODA, Jiří A., 1999. Čas lovců: dějiny paleolitu, zvláště na Moravě. Ilustroval Pavel DVORSKÝ. Brno: Archeologický ústav AV ČR. ISBN 80-86023-19-2.

⁸ SVOBODA, Jiří A., 1999. Čas lovců: dějiny paleolitu, zvláště na Moravě. Ilustroval Pavel DVORSKÝ. Brno: Archeologický ústav AV ČR. ISBN 80-86023-19-2.

⁹ Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Umění pravěku [online]. c2021 [citováno 24. 01. 2022]. Dostupný z WWW:

<https://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Um%C4%9Bn%C3%AD_prav%C4%9Bku&oldid=20371599>

Obr. č. 1 Věstonická Venuše¹⁰Obr. č. 2 Lví muž z Hohlenstein Stadel¹¹

1.1.2 Starověk

Egypt je z historického hlediska nejstarším státem na světě. Centrem byla oblast severovýchodní Afriky na území dnešního Egypta, kde se soustředila podél dolního toku řeky Nilu. Z důvodu vysokých teplot, zde byla nahota vnímána jako něco naprosto normálního. Egypťané nosili pouze lehké a průsvitné oblečení, které mnohdy zakrývalo pouze jen to nejdůležitější.¹²

Oči jak žen i mužů byli zvýrazňovány linkou okolo celého oka, nejlépe zelenou barvou. Egypťané se snažili zajistit, aby měli hladkou kůži, a proto si strhávali ochlupení pomocí vosku. Kůži poté natírali oleji a bělidlem k dosažení módní světle žluté barvy. Setkáváme se zde tak s trendem, že čím světlejší kůže tím vyšší postavení. Protože to znamenalo, že nemusí pracovat venku na slunci. Hodně se také využívalo paruk, často z ovčí vlny. Které nosili jak

¹⁰ Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Věstonická venuše [online]. c2021 [citováno 24. 01. 2022]. Dostupný z WWW:
<https://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=V%C4%9Bstonick%C3%A1_venu%C5%A1e&oldid=20714250>

¹¹ Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Umění pravěku [online]. c2021 [citováno 24. 01. 2022]. Dostupný z WWW:

<https://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Um%C4%9Bn%C3%AD_prav%C4%9Bku&oldid=20371599>

¹² Starověký Egypt: Starověký Egypt – historie starověkého Egypta [online], 2005. [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: <https://www.starovekyegypt.net/>

lidé z bohatých vrstev, tak z chudých. Žena ve Starověkém Egyptě byla podporována ve své kráse a nezávislosti. Měla větší práva než v jiných kulturách tehdejší doby. A i když byl Egypt ovládán většinou muži, ženy mohly vlastnit majetek a před soudem byly rovné mužům.¹³

Ideálem ženské krásy byla štíhlá, vysoká bruneta se širokými rameny a plochými ňadry. Chlapecky úzké boky a dlouhé nohy. Rysy tváře byly jemné a ideální tvar očí byl mandlový. Jedním ze symbolů ideálu krásy starověkého Egypta je Nefertiti. Jejíž jméno je dokonce synonymem pro krásu. Je proslulá díky své kráse a jemným rysům v obličeji. Byla nejenom krásná, ale také vzdělaná a moudrá. Byla to žena vybraného chování a příjemného vystupování.



Obr. č. 3 Nefertiti¹⁴

Antikou označujeme starověké Řecko a Řím. Jejich kultura ovlivnila i přilehlé státy Evropy a Afriky. V antice se dostává do popředí hlavně mužská krása. Byla preferována atletická až spíše kulturistická postava. Setkáváme se s ní u soch, kdy je velmi dobře patrné rozdělení svalů. Antický muž nebyl ale jen krásný a vypracovaný. Ideálem bylo spojení fyzické krásy s dobrými duševními vlastnostmi. Zde se dostáváme k výrazu Kalokagathia, kterým označujeme nebývalou fyzickou krásu a dobrotu člověka v jednom. Antická žena měla sice štíhlou postavu ale hruškovitý tvar těla a plné boky. Měla symetrickou tvář s dlouhými, vlnitými vlasy. Ženská krása ale nebyla vnímána tak pozitivně jako ta mužská. Příliš krásné

¹³ Móda starověkého Egypta, 2005. In: Starověký Egypt [online]. [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: <https://www.starovekyegypt.net/egyptska-moda/moda-starovekeho-egypta.php>

¹⁴ Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Nefertiti [online]. c2022 [citováno 24. 01. 2022]. Dostupný z WWW: <<https://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Nefertiti&oldid=20818526>>

ženy byli označovány za d'ábelské. Protože pomocí své krásy dokázaly muže přimět či motivovat, aby její kráse zcela propadli.¹⁵



Obr. č. 4 Venuše Mélská¹⁶

¹⁵ ECO, Umberto, ed., 2005. Dějiny krásy. Přeložil Gabriela CHALUPSKÁ. Praha: Argo. ISBN 80-7203-677-7.

¹⁶ Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Venuše Mélská [online]. c2022 [citováno 20. 05. 2022]. Dostupný z WWW:
<https://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Venu%C5%A1e_M%C3%A9lsk%C3%A1&oldid=21054420>

1.1.3 Středověk

Klíčovým kontinentem pro vznik středověké civilizace je Evropa. Která se stává těžištěm veškerého politického, ekonomického a kulturního dění. Základem společnosti ve středověku je rodina. Důležité postavení měl především muž, který byl ochráncem a živitelem rodiny. Roste ale také postavení ženy, která mohla uplatňovat dědická práva. Lidská krása ve středověku se hodně odvíjela od architektury. Je zde kladen důraz hlavně na boha a církvev. Podstata člověka jde do pozadí.

Ideálem ženské krásy se stala velmi útlá, štíhlá žena s dlouhým krkem, úzkými rameny a plochým hrudníkem. Bledá pleť zde opět určovala urozenost a vysoké postavení.¹⁷



Obr. č. 5 Panna a dítě (Carlo Crivelli)¹⁸

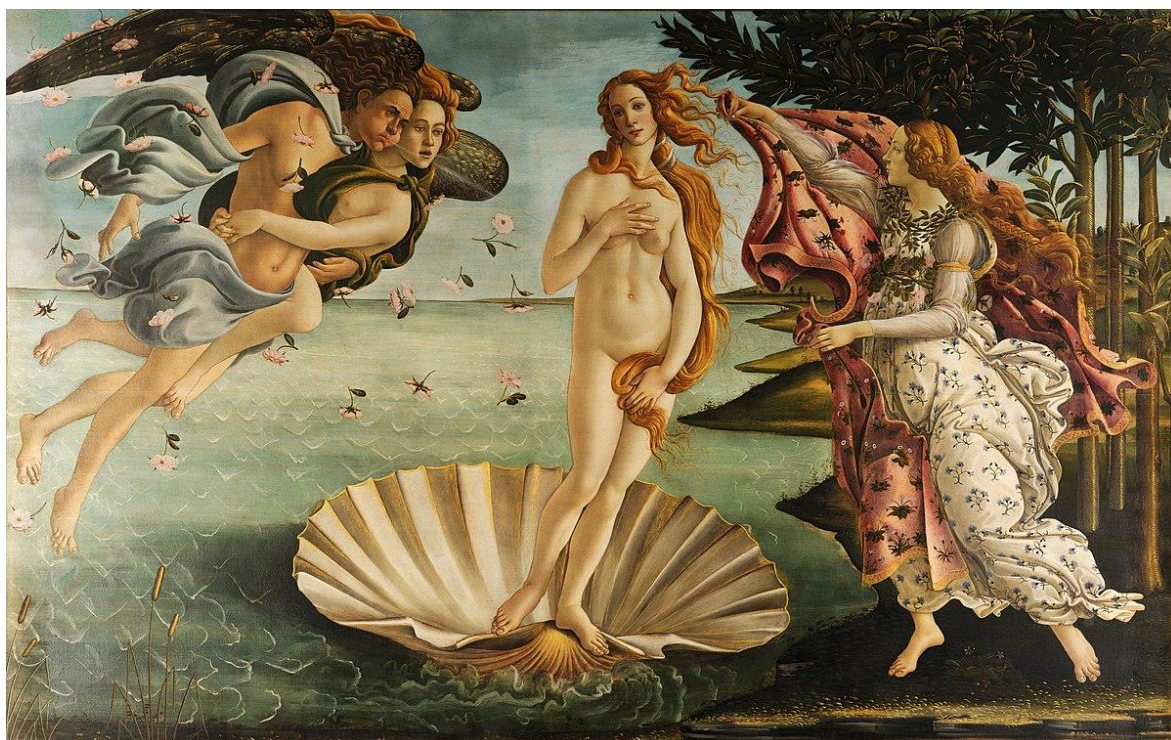
1.1.4 Novověk

V **renesanci** se dostáváme k celkovému návratu k přirozenosti. Na rozdíl od středověku, renesance hodně čerpá z antiky, která se projevuje ve všech směrech umění ale i v ideálu krásy. Setkáváme se zde s novým směrem: humanismem. Který předkládá fakt, že život není jen o přípravě na věčnost, ale má vlastní cenu, kterou zvyšuje krása. Tu můžeme najít i v jazyce, poezii a dílech antických umělců. Ideální renesanční žena měla plné tvary, bujné poprsí a břicho. Preferována byla opět světlá pleť i vlasy. Tyto ženy byly považovány za

¹⁷ VOLEK, Jaroslav, 1969. Kapitoly z dějin estetiky: od antiky k počátku 20. století. Praha: Panton.

¹⁸ Medieval. In: Victoria and Albert Museum [online]. London [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://www.vam.ac.uk/collections/medieval>

krásné a u mužů velmi žádané. Vrací se zde i myšlenka vnímání ženy ve spojení s mateřstvím a plodností.¹⁹



Obr. č. 6 Zrození Venuše (Botticelli)²⁰

„Renesance považovala za dokonalost nejvyšší míru zdravé a účelné krásy, tedy vyhraněnost všech fyzických znaků, jimiž se liší žena od muže a naopak, nejzřetelnější vyjádření pohlavní ženské i mužské povahy.“²¹

Baroko je velmi dynamické, kontrastní a touží po přehnané kráse a honosnosti. Všechno je v tomto období přehnané. Ideálem ženské krásy v baroku jsou bujné křivky žádoucí stejně jako v renesanci, ale ještě kypřejší. Krása se tehdy rovnala zdraví. A zdravá žena je boubelatá, protože nemocná žena pochopitelně hubla. Světlá pleť je opět znakem urozenosti. Jak v ženském i mužském oděvu se objevuje přehnaná zdobnost. Touha po dokonalosti. Obě pohlaví hojně využívali paruk ale i podpatků. V 19. století se objevují dva odlišné ideály na

¹⁹ BLAŽKOVÁ, Jarmila, 1946. Žena: věčná inspirace umění : žena ve výtvarném umění od doby kamenné až po Picassa. 2. vyd. Praha: Symposion.

²⁰ Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Zrození Venuše (Botticelli) [online]. c2021 [citováno 17. 05. 2022]. Dostupný z WWW: <[https://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Zrozen%C3%AD_Venu%C5%A1e_\(Botticelli\)&oldid=20750407](https://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Zrozen%C3%AD_Venu%C5%A1e_(Botticelli)&oldid=20750407)>

²¹ NEUMANN, S. K., 1999. Dějiny ženy: populárně sociologické, etnologické a kulturně historické kapitoly. Praha: Knižní klub. ISBN 80-242-0249-2.

ženskou krásu. Společným bodem pro ně ale byl útlý pas stažený korzetem. Jehož použití je pro tuto dobu charakteristickým.²²

„Na konci století ženy začaly mít obavy z přílišné hubenosti. Do pohledu na krásu totiž začal zasahovat i pohled lékařů, kteří tvrdili, že plnější postava je znakem tělesného zdraví. Přílišná hubenost tedy byla spojována s nemocí.“²³

1.1.5 20. století

Ve 20. letech se ideály krásy začínají měnit výrazně rychleji. Se získáním větší svobody a práv začínají ženy nosit pohodlné oblečení. Trendem se stala chlapecká postava bez tvarů s opálenou pletí. I přesto, že v jazzu vládou černošské zpěvačky, je stále preferován evropský vzhled. Do této doby bylo pro ženy s nižších vrstev těžké napodobovat vysokou módu. To se ale ve 20. letech změnilo – moderní šaty bylo totiž najednou snadné spíchnout doma vlastními silami, a tak se mohly trendově oblékat i ženy z chudších poměrů.²⁴

Od 30. let se opět vrací do popředí výrazné ženské křivky. Žena měla mít velká ňadra a úzký pas. Ideálem je Marilyn Monroe s postavou přesýpacích hodin. S příchodem 60. let se zase vše obrací k chlapecké postavě a nepřirozené štíhlosti. Ideálem se stává modelka Twiggy, kvůli své štíhlosti a krátkým vlasům. V této době se také ženy vrací do práce a škol. Opouštějí tak pozici ženy v domácnosti. Móda tomu byla přizpůsobena. Nosily se výrazné oční linky a nalepovací řasy. V 80. letech se setkáváme s různorodostí v oblasti etniky. Doposud byla preferována žena s modrýma očima, blond vlasy a světlou pletí. Výrazným prvkem této doby byla tzv. trvalá a výrazný make-up. Přichází i éra cvičebních videí, která nabádala ženy, aby si udržovaly spíše atletickou postavu s nízkým procentem tuku. To a éra supermodelek zapříčinilo nárůst anorexie. V 90. letech se opět objevuje nevýrazná a štíhlá postava. Pod tímto ideálem si můžeme představit topmodelku Kate Moss.²⁵

1.2 Současný ideál krásy

V 90. letech přišlo očerňování žen s nadváhou. V televizi byly například ženy s nadváhou stereotypně zobrazovány jako neinteligentní, chamtivé a neschopné vytvořit si romantické

²² KOUDELKA, Jan, 2012. Marketingový význam body image. Zlín: Verbum. ISBN 978-80-87500-23-1.

²³ Proměny ideálu ženské krásy v průběhu historie, 2010. In: PŘÍZNAKY TRANSFORMACE [online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://www.priznakytransformace.cz/index.php/transformace/3356-promeny-idealu-zenske-krazy-v-prubehu-historie>

²⁴ ECO, Umberto, ed., 2005. Dějiny krásy. Přeložil Gabriela CHALUPSKÁ. Praha: Argo. ISBN 80-7203-677-7.

²⁵ GROGAN, Sarah, 2000. Body image: psychologie nespokojenosti s vlastním tělem. Přeložil Jana KRCHOVÁ. Praha: Grada Publishing. Psyché. ISBN 80-7169-907-1.

vazby. Média se začala stále více zaměřovat na zdravotní rizika spojená s nadváhou. Výsledkem kombinace idealizace hubenosti a dehonestace nadváhy je ideál krásy, který je pro většinu žen nedosažitelný.

Současné ženy jsou vystaveny tomuto tenkému ideálu téměř ve všech formách médií – od časopisů po televizní pořady a filmy. Není tedy překvapením, že tolik žen na světě je nespokojených se svým tělem. V jednom velkém on-line průzkumu (YouBeauty Body Image Survey) mezi téměř 10 000 ženami ve Spojených státech se zjistilo, že téměř 85 % respondentek není spokojeno se svou současnou tělesnou velikostí a chtějí být hubenější. Ideál hubené postavy je ale globálním fenoménem, přičemž ženy ve většině městských, rozvinutých prostředí – včetně míst jako Indie a Čína – hlásí idealizaci hubenosti a touhu být hubenější. Nespokojenost s tělem je rizikovým faktorem pro poruchy stravování, zvažování kosmetických operací a obecně horší psychickou pohodu. Toto vše naznačuje, že dnešní tělesné normy jsou skutečně stále nedosažitelné.²⁶

Tlak ze strany zejména sociálních médií způsobil až přímo kritický problém žen a jejich sebevědomí. Nesouhlas s hubeným ideálem krásy, ale ukazuje na větší povědomí o zhoubných účincích kultu hubenosti a ukazuje na budoucnost, ve které ženy již nebudou posuzovány pouze podle vzhledu, ale podle svých skutečných kompetencí. V 21. století se však začaly objevovat povzbudivé náznaky, že ideál hubeného člověka je zpochybnován.²⁷

Jedním z výsledků nesouhlasu s kultem hubenosti je hnutí **bodypositivity**. Které se poslední roky šíří internetem a médii. Toto hnutí je založené na tom, že všechna těla jsou krásná. A to, jak tělo vypadá navenek, neurčuje hodnotu člověka. Zastánci bodypositivity se napříč internetem snaží zviditelnit různé typy těl. Částečně jako připomínku, abychom přehodnotili naše kulturní představy o tom, co to znamená být krásný.²⁸

Rozpor mezi tím, jak vypadáme a jak bychom měli ideálně vypadat, může vést k nižší sebeúctě a negativnímu sebepojetí. Ve svém těle žijeme a také se jím prezentujeme v interakci se světem. Naše fyzická identita je určena způsobem, jakým vnímáme tělo a pohyb, a také tím, jakou pro nás mají důležitost. *„Je tady cosi jako možnost tělo si přisvojit, ztotožnit se s ním, osobně jej zformovat, ustavit vlastním záměrem – personalizovat jej. Takový záměr*

²⁶ Swami, V., Tran, U.S., Stieger, S. et al. Associations Between Women's Body Image and Happiness: Results of the YouBeauty.com Body Image Survey (YBIS). In: SpringerLink [online]. [cit. 2022-05-20]. Dostupné z: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-014-9530-7>

²⁷ KOUDELKA, Jan, 2012. Marketingový význam body image. Zlín: Verbum. ISBN 978-80-87500-23-1.

²⁸ WOLF, Naomi, 2000. Mýtus krásy: ako sú obrazy krásy zneužívané proti ženám. Přeložil Adriana SÝKORČINOVÁ, přeložil Silvia ČERVENČÍKOVÁ, přeložil Jarmila CIHOVÁ. Bratislava: Aspekt. Knižná edícia feministického kultúrneho časopisu ASPEKT. ISBN 80-85549-15-8.

se dotkne formy těla, jeho povrchu, kůže, pleti, účesu i oděvu.“ ²⁹Své tělo vnímá každý určitým způsobem. Sebepojetí se skládá ze základních složek, kterými je vzhled, zdatnost a zdraví (psychické i fyzické). Poznávání a uvědomování vlastního těla vychází z vnitřních i vnějších zdrojů. Představa o vlastním těle je tedy směsicí objektivních i subjektivních ukazatelů a vychází z naší minulosti, přítomnosti i budoucnosti. Vzhled má beze sporu vliv na celkové sebepojetí. To, jaké představy o svém těle máme, predikuje to, jak se přijímáme. O vzhledu se mluví především ve spojitosti s krásou. *„Image, sebe-vnímání člověka má k sobě velice blízkou vazbu. Cítíme-li se ve svém těle dobře, atraktivně, usilujeme o příjemný vzhled a pravděpodobně působíme sebejistěji a přitažlivěji pro okolí a zase naopak.“* ³⁰

Náš vzhled můžeme v první řadě ovlivnit my sami. A to pomocí pohybu. *„Pohyb živé bytosti je základním projevem jejího života. Motorika se promítá do schopnosti vnímat, hodnotit a užívat prostorové vztahy. Tělo je hlavním prostředkem sebevnímání, sebepochopení a interakce s okolím. Prostřednictvím pohybu těla je umožněno vnímání změn. To, jak se vnímáme a hodnotíme, ovlivňuje zásadním způsobem naše chování a prožívání.“* ³¹ Pohyb a sport ovlivňuje fyzické i duševní zdraví, zlepšuje sebepojetí, zvyšuje pocit vlastní hodnoty, nahrazuje nedostatek pohybu v každodenním životě a působí preventivně proti civilizačním nemocem. Tělesná kondice má navíc dobrý vliv na psychickou vyrovnanost, harmonii těla a ducha. ³²

Člověk by měl v životě na první místo stavět výhradně sebe. Pro někoho může být cesta k „sebelásce“ běh na dlouhou trať. A ani ti zkušeni se nevyhnou špatným myšlenkám. Je důležité být hrdí na to, kdo jsme. Určitě je součástí být nespokojený v některých ohledech. To je ale nemožné, a kdyby byl člověk stoprocentně spokojený, co by mu v životě dávalo směr a cíl?

²⁹ JAROŠOVÁ, Helena, 2013. Filozofie těla - klíč k hlubšímu chápání těla a šatu. V Praze: Vysoká škola uměleckoprůmyslová. ISBN 978-80-86863-63-4.

³⁰ FIALOVÁ, Ludmila. Moderní body image. Jak se vyrovnat s kultem štíhlého těla. Praha: Grada Publishing, 2006, s. 7.-11. ISBN 80-247-1350-0

³¹ SLEPIČKA, Pavel, Václav HOŠEK a Běla HÁTLOVÁ, 2009. Psychologie sportu. Vyd. 2. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1602-5.

³² SLEPIČKA, Pavel, Václav HOŠEK a Běla HÁTLOVÁ, 2009. Psychologie sportu. Vyd. 2. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1602-5.

2 SPORT

Sport je součástí každé kultury minulosti i současnosti, ale každá kultura má svou vlastní definici sportu. „Úroveň života byla úplně závislá na úrovni jeho pohybových schopností a individuální nedokonalost ho nutila sdružovat se do kolektivu.“³³ Nejužitečnější definice jsou ty, které objasňují vztah sportu ke hře, hrám a soutěžím. „Hra,“ napsal německý teoretik Carl Diem, „je bezúčelná činnost sama o sobě, opak práce.“ Lidé pracují, protože musí; hrají, protože chtějí. Je to dobrovolné a nevy nucené. Většina dnešních sportů se ve své současné podobě vyvinula až v 19. a 20. století, i když mnohé mají svůj původ v primitivnějších sportech a zábavách starověku. Na začátku sporty často zahrnovaly přípravu na válku nebo výcvik lovce, což vysvětluje, proč tolik raných her zahrnovalo házení oštěpů, kůlů a kamenů a zápas jeden na jednoho s protivníky. Mnoho sportů se také rozvinulo z prostředků využívající jednoduchý způsob lidské dopravy, jako je jízda na koni a kanoistika, a z vojenských aktivit, jako je střelba z pušky a lukostřelba.³⁴

S prvními olympijskými hrami v roce 776 př. n. l., které zahrnovaly akce jako závody vozů, zápas, skoky a hod diskem a oštěpem, staří Řekové představili světu formální sporty. Legendy a báje však hovoří o sportovních kláních v Olympii, které se konaly mnohem dříve. Nejpopulárnějším sportem v atletice je běh, a je také jedním z nejstarších sportů na světě. Záznamy právě z roku 776 na vůbec první olympiádě ukazují, že hlavním sportem, který se měl hrát, byl běh nebo sprint.³⁵

Za nejstarší sport na světě je považován wrestling. Slavné jeskynní malby ve francouzském Lascaux, pocházející z doby před 15 300 lety, zobrazují zápasníky. Můžeme tedy s jistotou říci, že wrestling byl jeden z nejpopulárnějších sportů té doby. V jiných zemích, jako je Japonsko, byl nalezen fragment papýru s pokyny pro zápas, datovaný někde mezi 100 a 200 n. l. Zápasy se často pořádaly, aby se určil nejsilnější muž ve společnosti.³⁶

³³ GREXA, Ján a Milena STRACHOVÁ, 2011. Dějiny sportu: přehled světových a českých dějin tělesné výchovy a sportu. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-5458-5.

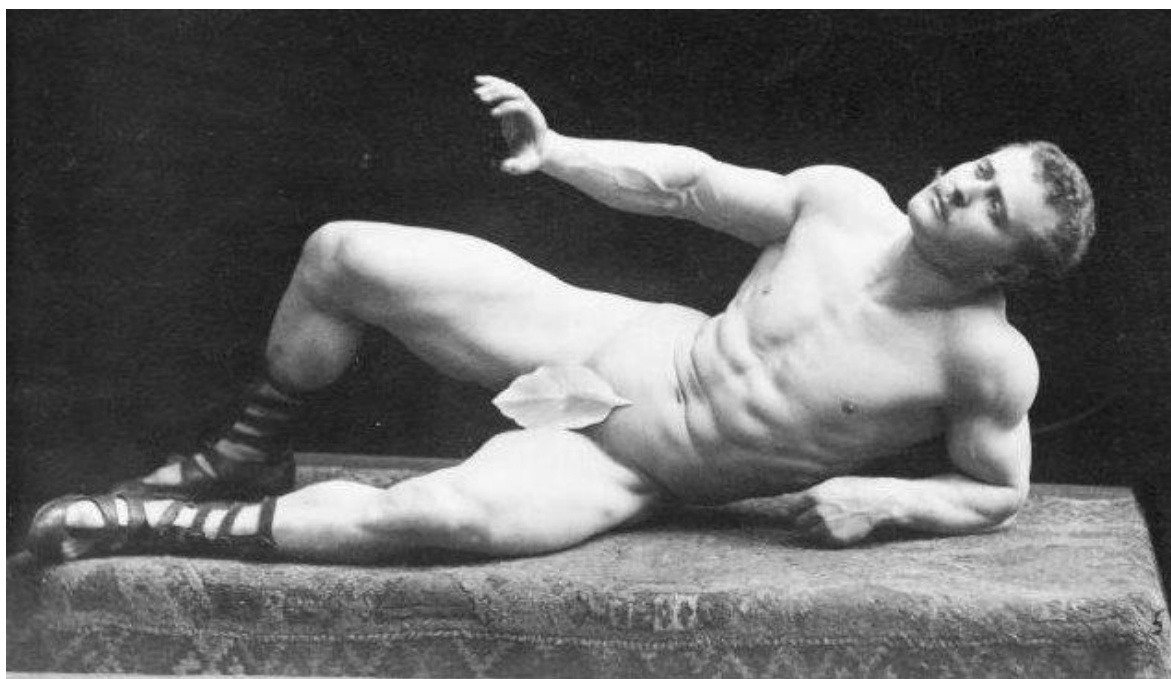
³⁴ tamtéž

³⁵ tamtéž

³⁶ 5 Nejstarších Sportů na Světě. In: Yakaranda Magazine [online]. [cit. 2022-05-20]. Dostupné z: <https://yakarandamag.com/cs/5-nejstarsich-sportu-na-svete/>

2.1 Kulturistika

O kulturistice mluvíme jako o individuálním sportu. Jehož cílem je dosažení požadovaného vzhledu postavy pomocí svalů. Vznikla jako návrat k antickému ideálu na konci 19. století. Svaly se nebudují k přežití nebo obraně nýbrž k oslavě humanity. Tehdy starobylé vzpírání kamenů se přeměnilo k modernímu vzpírání. Sport se rozvíjel současně v Evropě i Americe. U Evropanů ale síla vítězila nad estetikou, a tak jejich těla byla většinou zavalitá. Na rozdíl od Evropy se právě v Americe dostává do popředí ideál starořeckých atletů. Jako prvním se tímto ideálem stal **Eugen Sandow** (1867–1925), který je považován za zakladatele kulturistiky. Byl exhibicionista a pozornost lidí, když se ukazoval nahý pouze s fíkovým listem, mu dělala dobře. „*Obecenstvo ho velmi obdivovalo a ženy jen vzdychaly nad krásou a symetrií jeho propracovaných svalů.*“³⁷ V roce 1903 byla v Londýně vydána jeho kniha „*Body-Building*“, která se stala první učebnicí kulturistiky.³⁸



Obr. č. 7 Eugen Sandow³⁹

³⁷ SCHWARZENEGGER, Arnold a Bill DOBBINS, 2018. Encyklopedie moderní kulturistiky. Druhé, upravené a doplněné vydání. Přeložil Jiří EMMER, přeložil Dina PODZIMKOVÁ. Praha: Beta-Dobrovský. ISBN 978-80-7291-251-3.

³⁸ Tamtéž

³⁹ EUGEN SANDOW 2. In: Funzine [online]. [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: <https://funzine.hu/2020/11/11/eletmod/kondikultusz-az-okori-meztelen-birkozastol-az-online-edzestervekig/attachment/eugen-sandow-2/?amp>

Ve 20. a 30. letech už bylo jisté, že tělesný rozvoj úzce souvisí se zdravím jako takovým. A silový trénink v posilovně, je nejefektivnějším způsobem k dosažení velkého svalového rozvoje v co nejmenším krátkém čase. Síla, která vzešla z posilovny, ale byla brána jako něco podezřelého. Byla považována skoro až za podvádění, protože svaly nepocházely ze sportovních disciplín. A tak se stávalo, že se atleti styděli dokonce přiznat, že jejich svaly pocházejí z posilovny.⁴⁰

„Američtí sociologové nacházejí ve sportu velkou podobnost s náboženstvím, především svojí touhou po svobodě, respektu, nadšením pro symboliku i touhou po dokonalosti. Oba jevy mají společné obětování se při dosahování cílů, uctívání mystéria vlastního těla a ducha, víru v sebe i přírodu, úctu k soutěžní události, smysl pro osudovost a přátelství. Zdůrazňují pojmání sportovních událostí, jako náboženských slavností a také počínání sportovců, kteří věří, že jim víra pomůže překonat strach, slabost, propad výkonnosti a ostatní problémy.“⁴¹

Kulturistiku rozdělujeme do jednotlivých soutěžních kategorií. Kde se hodnotí aspekty jako mohutnost a vyrýsovanost svalstva, množství podkožního tuku, objem svalové hmoty, hloubka a tvrdost svalů, jejich žilnatost, symetrie, estetičnost postavy apod. Zásadním kritériem je postava do tvaru Y. Široká záda a ramena, úzký pas. Mezi jednotlivými kategoriemi se pak liší objem svalů nebo estetičnost v podobě doplnění horní části těla o vypracované svalstvo nohou. Příprava kulturisty probíhá v posilovně nebo fitness centru. Sedmdesát procent úspěchu ale tvoří hlavně správná strava. Ta se sestává z dostatečného množství bílkovin, kvalitních sacharidů a zdravých tuků. K růstu svalů jedinec využívá svalovou hypertrofii (svalový růst). Kdy je sval dostatečně zatěžován tak, aby se svalové vlákna narušila. Ty se pak s podporou dostatku živin ze stravy a doplňků stravy zacelí a tím rostou a zvětšují se. Nárůst svalové hmoty jde urychlit pomocí zakázaných látek = dopingu. Ať už chceme nebo ne, doping je součástí všech vrcholových sportů. Bohužel pro kulturistiku je vizuálně vidět.⁴²

⁴⁰ SCHWARZENEGGER, Arnold a Bill DOBBINS, 2018. Encyklopedie moderní kulturistiky. Druhé, upravené a doplněné vydání. Přeložil Jiří EMMER, přeložil Dina PODZIMKOVÁ. Praha: Beta-Dobrovský. ISBN 978-80-7291-251-3.

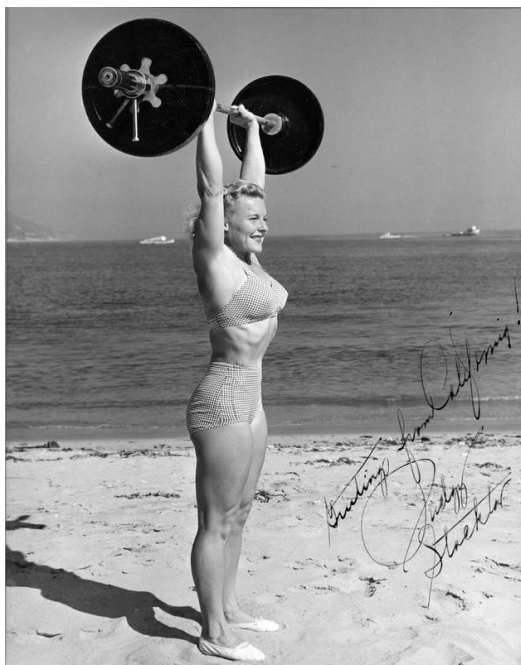
⁴¹ SEKOT, Aleš, ed., 2004. Sociální dimenze sportu. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 80-210-3581-1.

⁴² SCHWARZENEGGER, Arnold a Bill DOBBINS, 2018. Encyklopedie moderní kulturistiky. Druhé, upravené a doplněné vydání. Přeložil Jiří EMMER, přeložil Dina PODZIMKOVÁ. Praha: Beta-Dobrovský. ISBN 978-80-7291-251-3.

„Kulturistice se nedá naučit z knih. Ale z New Yorku do Chicaga také nemůžete dojet pouhým studováním silniční mapy.“⁴³

2.2 Ženy v kulturistice

Ženy v kulturistice mají ovšem také své místo. Začátky není možné přesně určit ale už ve 40. letech byli ženy odborníky na fitness povzbuzovány ke zvedání lehkých vah. Většina žen se ale bála zvedat těžší váhy, aby nedosáhly mužského vzhledu. Počátky ženského cvičení měly pomalejší průběh. Největší rozkvět přišel až v 90. letech kdy se objevily až příliš velké objemy svalů. Dnes máme několik ženských kategorií, včetně těch svalově nadlidsky rozvinutých.⁴⁴



Obr. č. 8 Abbye “Pudgy” Stockton přibližně ve 40. letech⁴⁵

⁴³ SCHWARZENEGGER, Arnold a Bill DOBBINS, 2018. Encyklopedie moderní kulturistiky. Druhé, upravené a doplněné vydání. Přeložil Jiří EMMER, přeložil Dina PODZIMKOVÁ. Praha: Beta-Dobrovský. ISBN 978-80-7291-251-3.

⁴⁴ Kulturistika žen: je načase se s ní začít loučit?, 2001. In: Ronnie.cz [online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://kulturistika.ronnie.cz/c-17509-kulturistika-zen-je-nacase-se-s-ni-zacit-loucit.html>

⁴⁵ Tamtéž

3 ZLATÁ ÉRA BODYBUILDINGU

Zlatá éra kulturistiky probíhala v 50. až 80. letech minulého století a představovala „vrchol“ kulturistiky. Během těchto let se dostali do paměti významná jména tohoto oboru. Jako je například známý Arnold Schwarzenegger. Jednoduchost této doby spočívala v tom, že důležitá byla hlavně **láska a respekt** ke sportu. Sportovci nebyli ovlivněni různými studiemi nebo internetem, který by na ně ze všech stran křičel, co je a není špatně. Měli **vztah** k tomu, co dělají a nehledali zbytečné složitosti okolo.⁴⁶

Největší rozmach kulturistiky se odehrál v 70. letech. Kdy se objevila na trhu kniha Pumping Iron a později i stejnojmenný film. Autory knihy jsou Charles Gaines a Georg Butler. Zobrazuje kulturistickou přípravu na Mr.Olympia a konkrétně se soustředí na Arnolda Schwarzeneggera a jeho kolegy: Loua Ferrigna a Franca Columbu. Byla to možnost jak kulturistiku dostat to povědomí veřejnosti. Kniha i film mimo jiné způsobily velký vzestup Arnoldovi popularity. Dokument byl natočen Robertem Fiorem a Georgem Butlerem.⁴⁷



Obr. č. 9 Franco Columbu a Arnold Schwarzenegger⁴⁸

Ke svému cíli jim stačili dva hlavní aspekty. A těmi jsou tvrdý trénink a strava složená hlavně z dostatečného množství bílkovin. A okolo toho se vlastně jejich celý život točil. Součástí bylo ale předvedení svého úsilí divákům. Tehdejší soutěže kulturistiky nebyly nijak moc finančně podporované. Šlo hlavně o vytvoření zábavy a show pro diváky. Mimo soutěže

⁴⁶ *Inside Bodybuilding: The Golden Era Of Bodybuilding: Why Did They Look Better?* [online], 2021. Melksham, England [cit. 2022-01-24]. Dostupné z: <https://insidebodybuilding.com/golden-era-bodybuilding/>

⁴⁷ SCHWARZENEGGER, Arnold a Bill DOBBINS, 2018. Encyklopedie moderní kulturistiky. Druhé, upravené a doplněné vydání. Přeložil Jiří EMMER, přeložil Dina PODZIMKOVÁ. Praha: Beta-Dobrovský. ISBN 978-80-7291-251-3.

⁴⁸ *Inside Bodybuilding: The Golden Era Of Bodybuilding: Why Did They Look Better?* [online], 2021. Melksham, England [cit. 2022-01-24]. Dostupné z: <https://insidebodybuilding.com/golden-era-bodybuilding/>

se ale rádi předváděli i přímo při cvičení na známé **Muscle Beach Venice**. Kde je mohli sledovat kolemjdoucí. A jelikož cvičili na pláži pod přímým sluncem, jejich odění nebylo nijak zvlášť zahalující. Pot a opálení dodávali tělům kulturistů ještě větší výraznost svalů. Proto i při dnešních kulturistických soutěžích se závodníci natírají speciální barvou, která dodá svalům větší hloubku a vzhled opálení.⁴⁹

Ideální postava, která byla preferována ve zlaté éře, měla velký objem svalů, útlý pas a dokonalou symetrii. Svaly vypadají měkce a přirozeněji oproti dnešním vrcholovým kulturistům. Kterí mají mnohdy nepřirozeně velké svaly, vyboulená břicha a disproporce. „Zlatá éra kulturistiky byla především o umění a o kráse vašeho těla. Moderní éra kulturistiky je především o velikosti a mohutnosti.“⁵⁰ Je nutné zmínit, že oba tyto ideály jsou vytvořeny pomocí anabolik. Rozdíly jsou v dávkování a druzích těchto látek. V dnešní době dávkování přesahuje tehdejší dávky minimálně až 10krát větší. A kvůli tomu rostou jejich těla až do nevídaných rozměrů. Zatímco těla zlaté éry byla anaboliky spíše povzbuzena. Moderní kulturistika se tedy více zaměřuje na posouvání hranic než na estetiku. Užívání většího množství jakéhokoli steroidu nevyhnutelně vede k dalším zdravotním komplikacím, a proto jsou kulturisté jako Arnold stále naživu i ve věku 74 let a v relativně dobrém zdraví. Naproti tomu je běžné, že moderní kulturisté IFBB umírají předčasněji.⁵¹

Naturálně dosažitelná osmdesátková postava nebo postava řeckých atletů se mezi mladými lidmi v poslední době dostává velké oblibě. Jelikož je možné ji dosáhnout i bez anabolik. Mladí lidé jsou už také unaveni z „dokonalosti“ obřích dnešních kulturistů. A proto se vrací zpět k estetice a funkčnímu tělu.

3.1 Gold's gym

"**The Mecca**" jak byl původní Gold's gym označován, je místem, kde to všechno začalo. Více než před padesáti lety Joe Gold otevřel moderní fitness centrum na okraji městské části Los Angeles (na podzim roku 1965), téměř u pláže ve Venice.⁵² Je také místem, kde začínaly právě největší hvězdy kulturistiky. Jako byl **Arnold Schwarzenegger**, Franco Columbu

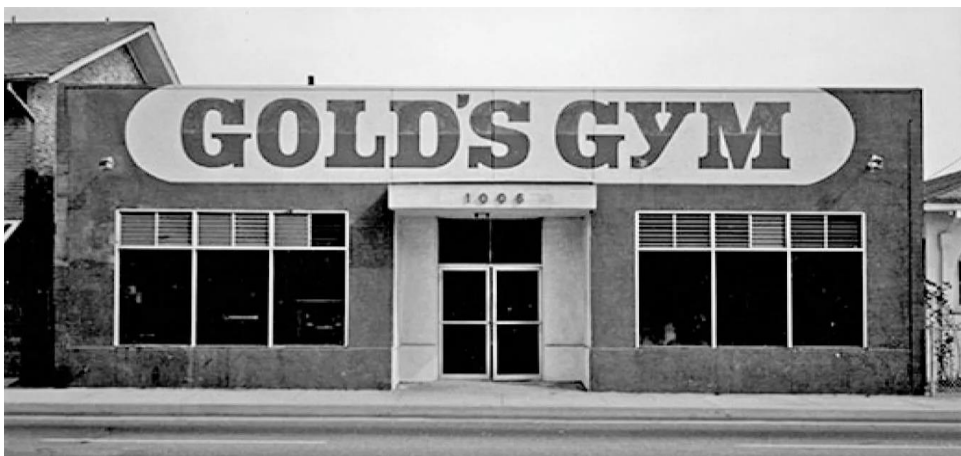
⁴⁹ How Muscle Beach Started in Santa Monica — But Ended Up in Venice. In: KCET [online]. [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: <https://www.kcet.org/shows/lost-la/how-muscle-beach-started-in-santa-monica-but-ended-up-in-venice>

⁵⁰ Inside Bodybuilding: The Golden Era Of Bodybuilding: Why Did They Look Better? [online], 2021. Melksham, England [cit. 2022-01-24]. Dostupné z: <https://insidebodybuilding.com/golden-era-bodybuilding/>

⁵¹ Tamtéž

⁵² Inside Bodybuilding: The History Of Gold's Gym [online], 2021. Melksham, England [cit. 2022-01-24]. Dostupné z: <https://insidebodybuilding.com/the-history-of-golds-gym/>

nebo Dave Draper. Ti také trénovali přímo na známé **Muscle Beach Venice**. Kde se i dnes konají soutěže v kulturistice a má také kompletně zrekonstruované veřejné fitness centrum.⁵³



Obr. č. 10 Gold's Gym⁵⁴

Obr. č. 11 Gold's Gym⁵⁵

Tréninkový styl zlaté éry se výrazně lišil od dnešního. Dnes se všude dočítáme, co vše nemáme dělat, abychom dosáhli co nejefektivněji našich cílů. Tehdy ale vládla jednoduchá filozofie. Která spočívala v těžkém tréninku. Ten mnohdy trval několik hodin. Systém tréninku byl hlavně o cvicích s volnou váhou. Jelikož posilovací stroje ještě nebyly ve vývoji tak daleko. Šlo tedy hlavně o základní, ale efektivní cviky. Počet opakování a sérií u cviků pro ně nehrál roli. Důležité bylo odtrénovat tolik, co nejvíc mohli.

⁵³ How Muscle Beach Started in Santa Monica — But Ended Up in Venice. In: KCET [online]. [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: <https://www.kcet.org/shows/lost-la/how-muscle-beach-started-in-santa-monica-but-ended-up-in-venice>

⁵⁴ *Sports History Weekly: A New Chapter for Gold's Gym* [online], 2020. [cit. 2022-01-24]. Dostupné z: <https://www.sportshistoryweekly.com/stories/golds-gym-bankruptcy-arnold-schwarzenegger-pumping-iron-weightlifting-bodybuilding,872>

⁵⁵ *Inside Bodybuilding: The History Of Gold's Gym* [online], 2021. Melksham, England [cit. 2022-01-24]. Dostupné z: <https://insidebodybuilding.com/the-history-of-golds-gym/>

Dnes bychom mohli o takové systematické tréninku říct, že jde o přetrénování. Nicméně výsledky na jejich tělech jsou víc než znatelné.⁵⁶

3.2 Mr. Olympia

Mr. Olympia je titul udělený vítězi profesionální soutěže v kulturistice mužů na Olympia Fitness & Performance Weekend **Joe Weidera** – mezinárodní kulturistické soutěži, kterou každoročně pořádá Mezinárodní federace bodybuilding & Fitness (IFBB). Joe Weider vytvořil soutěž, aby umožnil vítězům Mr. Universe pokračovat v soutěži a vydělávat peníze. První Mr. Olympia se konala 18. září 1965 (Brooklyn Academy of Music, New York) přičemž Larry Scott vyhrál svůj první ze dvou titulů v řadě. Rekordní počet výher je po osmi, získali je Lee Haney (1984–1991) a Ronnie Coleman (1998–2005). Big Ramy je aktuální držitel titulu.⁵⁷



Obr. č. 12 Logo Mr. Olympia⁵⁸

V poslední době se na kulturistické soutěže vrátila kategorie **classic physique**. Která má přiblížit ideální postavu tehdejší kulturistického světa. Pro tuto kategorii je typická stejně svalově rozvinutá postava ale s menším objemem. „*Ta by měla být založena na stejných ideálech, z kterých vycházely antičtí sochaři, tedy vybudovat postavu, která bude symetrická a vyvážená, bez přehnaných svalových objemů, tedy taková, která vyvolává pocity krásy při pohledu na ni, podobně estetické pocity jako při pohledu na krásnou sochu.*“⁵⁹

⁵⁶ *Inside Bodybuilding: The Golden Era Of Bodybuilding: Why Did They Look Better?* [online], 2021. Melksham, England [cit. 2022-01-24]. Dostupné z: <https://insidebodybuilding.com/golden-era-bodybuilding/>

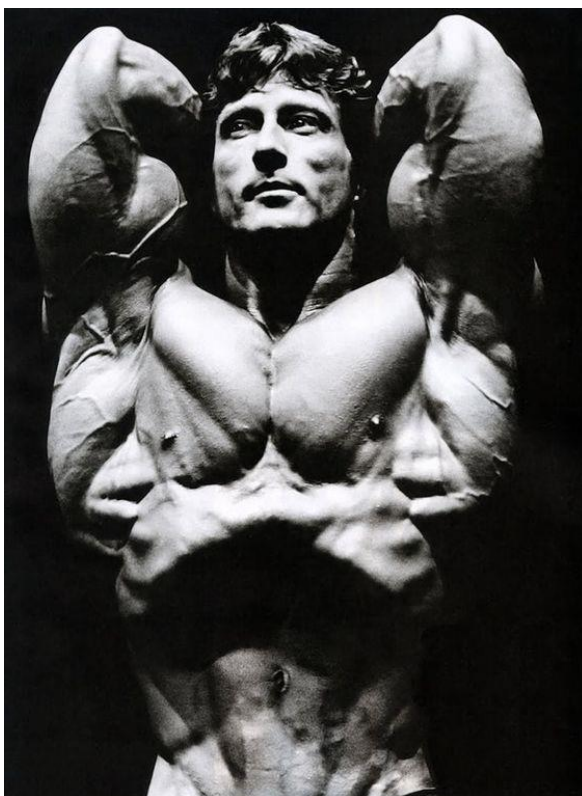
⁵⁷ *Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Mr. Olympia* [online]. c2021 [citováno 24. 01. 2022]. Dostupný z WWW: <https://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Mr._Olympia&oldid=20639894>

⁵⁸ *Amix Nutrition: Tipovací soutěž na 2016 Olympia Weekend* [online], 2020. Mnichovo Hradiště [cit. 2022-01-24]. Dostupné z: <https://www.amixnews.cz/tipovaci-soutez-na-2016-olympia-weekend/>

⁵⁹ *Classic physique - návrat k základům a ideálům kulturistiky?*, c2001-2022. *Ronnie.cz* [online]. Praha [cit. 2022-01-24]. Dostupné z: <https://kulturistika.ronnie.cz/c-25195-classic-physique-navrat-k-zakladum-a-idealum-kulturistiky.html>

Důležitým aspektem je úzký pas, který ve vyšší váhové kategorii chybí. Stejně jako až nehezké tvary příliš objemných svalů.

*„Protagonisti kategorie classic physique by měli chápat svoje tělo jako umělecké dílo a dělat vše pro to, aby svoji postavu co nejvíce přiblížili tvaru X – tedy široká ramena, výrazný tvar trupu s maximální šíří **latissimů**,⁶⁰ úzký pas a boky přecházející do sice mohutných, ale stále ještě esteticky působivých stehen. Dokonalé proporce musí být nade vším, tedy i nad snahou maximálního svalového rozvoje. Stehna musí být úměrná lýtkům, předloktí úměrné nadloktí, kompletně rozvinuté deltové a prsní svaly, záda disponující, jak šíří, tak působivou plasticitou.“⁶¹*



Obr. č. 13 Frank Zane⁶²

⁶⁰ *Musculus latissimus dorsi* – široký sval zádový

⁶¹ Classic physique - návrat k základům a ideálům kulturistiky?, c2001-2022. Ronnie.cz [online]. Praha [cit. 2022-01-24]. Dostupné z: <https://kulturistika.ronnie.cz/c-25195-classic-physique-navrat-k-zakladum-a-idealum-kulturistiky.html>

⁶² Frank Zane's insane golden era vacuum pose [online]. In: . [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: https://www.reddit.com/r/bodybuilding/comments/3n305z/frank_zanes_insane_golden_era_vacuum_pose/

4 SPORTOVNÍ MÓDA

Ke sportu a pohybu je nepochybně nutné, se správně obléknout. Sportovní oblečení se nosí pro většinu sportů a fyzických cvičení z praktických, pohodlných nebo bezpečnostních důvodů. Je důležité se obléknout tak, aby bylo tělo v teple a suchu. Zároveň, by měl oděv odvádět pot. Protože v opačném případě začne pot na těle studit a dochází velmi rychle k nastydnutí. V závislosti na konkrétní aktivitě a klimatických podmínkách, věnujeme velkou pozornost typu oděvu a jeho vrstvení. Popularitu v oblékání pro sportovní aktivity si získal vrstvený systém, který je založen na kombinaci vrstev oděvu různých vlastností a materiálů. Poskytuje nositeli udržení těla v optimální teplotě a komfortu.⁶³

Sportovní oblečení může také fungovat jako uniforma. V týmových sportech jsou soupeřící strany obvykle identifikovány podle barev jejich oblečení, zatímco jednotlivé členy týmu lze rozpoznat podle čísla na zadním díle oděvu. V některých sportech se nosí specifické druhy oblečení, aby se tak odlišily role v týmu.

Sportovní oblečení a sportovní obuv se staly nejrychleji rostoucím segmentem na trhu s oblečením. Dnes slouží nejen pro sportovní aktivity, ale i jako oblečení na běžné nošení.

4.1 Sportovní oděv v minulosti

Dříve byl sport doménou zámožných lidí, točil se většinou kolem koní, střelby a lovu. Později se sport dostal i mezi chudší vrstvy populace, a to díky průmyslové revoluci a vzestupu volnočasových aktivit. Počátky sportovního oblečení, jsou složité a vycházejí z všudypřítomných společenských změn a kulturního vývoje v polovině devatenáctého století. Jednalo se o klasické typy oděvů té doby, avšak upravené pro potřeby sportu. Například použitím jiného vhodnějšího materiálu nebo stříhovými úpravami.⁶⁴

Zpočátku byly sportovní oděvy hlavně pro muže. Sportovní móda u žen se v minulosti nijak zvlášť neprojevovala. Až od konce 19. století se začal oděv uvolňovat. Korzety a spodničky se odkládají a začínají se nosit jednodušší oděvy. A vstupují nám do dámského šatníku kalhoty. Začal se zde klást důraz i na funkčnost oděvu a výběr materiálu z důvodu komfortu. Součástí je i vývoj nových technologií ve výrobě. Emancipace žen přinesla zakládání tělovýchovných odborů a spolků. Přesto se ale sport u mužů rozvíjel rychleji. Předlohou pro

⁶³ Sportswear, 2001-. In: Wikipedia: the free encyclopedia [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation [cit. 2022-05-20]. Dostupné z: <https://en.wikipedia.org/wiki/Sportswear>

⁶⁴ Sportswear. In: Love to Know [online]. [cit. 2022-05-20]. Dostupné z: <https://fashion-history.lovetoknow.com/clothing-types-styles/sportswear>

sportovní oděv byl oděv vycházkový, ten se postupně formoval do dnešní podoby. Pro ženský sportovní oděv byl důležitý mezník v podobě dámského jezdeckého úboru. Ten se skládal z košile, kravaty, delšího kabátku a dlouhé sukně s délkou až na zem. Dalším sportem, který ovlivnil sportovní oděv, byla jízda na kole. Ženy jezdily ve vycházkovém oblečení, s tím rozdílem že sukně byla nahrazena kalhoty.⁶⁵

Aktivní sportovní oděvy vyrostly z nutnosti. Hráči potřebovali ochranu před tělesným poškozením při kontaktních sportech, jako je fotbal a hokej; také potřebovali nechat tělo dýchat a umožnit mu co nejsnadnější a nejvolnější pohyb při provozování sportu. Celá historie aktivního sportovního oblečení je spjata s vysokoškolským vzděláním, stále rychlejším rozvojem textilních technologií a olympiádami. Vysokoškolské prostředí bylo důležité, protože umožňovalo volnější, méně přísný, ležérnější druh oblečení na kolejích, které byly často izolované od formálnosti módního městského oblečení. Brzy po představení těchto kousků specifického oblečení pro sport v kolegiálních prostředích si je ženy půjčovaly a nosily je pro vlastní sportovní a volnočasové oblečení od konce devatenáctého století. Novodobé olympijské hry představily nové generace aktivního sportovního oblečení. Od prvních her v roce 1896, se muži objevili ve velmi krátkém oblečení. Trička nebo tílka s šortkami nad kolena. Jednodílné obleky pro závody v plavání.⁶⁶

4.2 Sportovní oblečení ve Zlaté éře

Sportovní oděv ve Zlaté éře kulturistiky nebyl nijak výrazným prvkem. Protože hlavním středem pozornosti byly svaly. Mezi typy oděvu v této době patří teplákové soupravy v pestrých barvách. Často doplněné bílým lemováním nebo bílými pruhy. **Kontrastní lemování** bylo v té době trendem i ve výrobě triček nebo jiných typů oděvů pro horní část těla. Mezi ně patří např. muscle tees, což jsou výrazně vykrojené nátělníky používané právě kulturisty. Často byli tyto nátělníky nebo trička doplněny potiskem v podobě loga posilovny nebo motivačním sloganem. Potisky a vzory byly celkově v této době oblíbeny. **Zubaz** nebo **jams shorts** byli jedny z typů oděvu založených na pestrém potisku. Mohly mít geometrické, florální, abstraktní nebo zvířecí vzory.

V dámském sportovním oděvu Golden Ery se setkáváme s úpletovými úbory v podobě overalu nebo body. Nosili se také trika a legíny. Díky spandexu byl oděv dostatečně

⁶⁵ UCHALOVÁ, Eva a Konstantina HLAVÁČKOVÁ, [2004]. Sport & móda: Obecní dům v Praze 30. června - 12. září 2004 : [katalog výstavy. Praha: Obecní dům. ISBN 80-86339-27-0.

⁶⁶ Sportswear. In: Love to Know [online]. [cit. 2022-05-20]. Dostupné z: <https://fashion-history.lovetoknow.com/clothing-types-styles/sportswear>

pružný a mohl tak těsně kopírovat postavu. Outfit byl často doplněn návleky na nohy, čelenkou či potítky na zápěstí. Barevnost byla velmi pestrá a barvy dosahovaly až neonových zářivých odstínů.



Obr. č. 14 Zubaz⁶⁷



Obr. č. 15 Jams shorts⁶⁸

4.3 Fitness móda

Kulturistika a fitness se převážně vykonává ve vnitřních prostorách, kde nehrozí vlivy klimatických podmínek. Můžeme se ale setkat s venkovními posilovnami nebo workoutovými hřišti. Vnitřní sportoviště jsou běžně opatřené klimatizací nebo ventilátory. A proto je důležitý výběr oděvu i zde.

Vlastnosti sportovních oděvních materiálů musí být takové, aby vyhovovaly požadavkům nositele během nošení. Mezi tyto vlastnosti patří: trvanlivost, estetika, fyziologické vlastnosti a možnost údržby. Stříhově sportovní oděv většinou přímo kopíruje postavu. Tak, aby co nejméně omezoval nositele při pohybu. U sportovního oděvu se setkáváme převážně s materiály ze syntetických vláken. Těmi mohou být např. Elastan, Lycra, Spandex, Coolmax nebo Modal. Ty se dále směsují s dalšími syntetickými nebo přírodními vlákny. Většina z používaných syntetických vláken je velmi elastická. Mezi další vlastnosti patří přilnavost k tělu, nemačkovost a stálost.

4.4 Analýza trhu s fitness a sportovní módou

Sportovní oblečení a sportovní obuv se staly nejrychleji rostoucím segmentem na trhu s oblečením. Dnes slouží nejen pro sportovní aktivity, ale i jako oblečení na běžné nošení.

⁶⁷ Flashback Jams surf. In: Slow and steady wins the race [online]. [cit. 2022-05-20]. Dostupné z: <http://journal.slowandsteadywinstherace.com/flashback/2013/06/flashback-jams-surf/>

⁶⁸ Tamtéž

Zároveň přinesli nové styly do módy jako takové, a podněty pro nové technologie v materiálech. Vzhledem k situaci posledních tří let, kdy běžný život ovlivnila pandemie Covidu 19. Tak se lidé začali zajímat o sport a pohyb ještě více. A to z důvodu nadbytku volného času, který mohli najednou trávit pouze doma nebo v nejužší blízkosti okolí. To způsobilo vyhledávání aktivit, kterými by tento čas mohli zaplnit. Přirozeně se lidé vrátili k fyzickým aktivitám, jelikož sezení doma už měli dost. Zájem zapříčinil vyhledávání sportovního oblečení. A jelikož příjemné materiály jim dopřály určitý komfort nejen při cvičení, sportovní móda se stala součástí i běžného života.

Odvětví sportovní módy tvoří velké, střední i malé firmy či značky. Ty se liší zaměřením na konkrétní sport. Mezi nejznámější sportovní značky patří např. Adidas, Nike, Puma, Under Armour nebo Reebok. Značky, zaměřené na fitness oblečení do posilovny, které značně ovlivňují tento trh, jsou např. Gym Shark, Alphalete Athletics, NVGTN, nebo Better Bodies. V našem prostředí hodně dominuje polský Gym Glamour, slovenská NEBBIA nebo nedávno vzniklá česká značka Goldbee.

Gym Glamour je značka pocházející z Polska. Vyrábějící oblečení pouze pro ženy. Důležitá je pro značku hlavně kvalita jejich oděvů. Jejich výrobky podléhají zátěžovým testům a jsou vyráběny přímo v Polsku. V jejich sortimentu najdeme legíny, sportovní podprsenky, topy, šortky, tepláky ale i sportovní doplňky v podobě gymsacku nebo ledvinky.



Obr. č. 16 Gym Glamour⁶⁹

⁶⁹ Gym Glamour [online], 2021. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://gymglamour.com/>

Produkty jsou založené na bezešvém principu, a tak dodávají uživateli maximální komfort. Materiál je lehce kompresní a složení různých kolekcí se liší. Nejčastěji jde ale o směs nylonu, polyesteru a elastanu. Designy samotných produktů podporují vizuálně i materiálem potřeby těla. Setkáme se i s perforací nebo naopak zhuštěním oček materiálu. Materiál dobře odvádí pot a nežádoucí „mapy“ od potu jsou téměř neznatelné. Výrobce uvádí, že díky pružnosti velikosti délkově mohou nosit ženy nízké i vysoké. A důležitou vlastností je také neprůsvitnost materiálu při napnutí.⁷⁰

NEBBIA je slovenská fitness značka, která působí od roku 1997. Značka vyrábí oblečení jak pro muže, tak pro ženy. Cílem značky je být nejlepší na světě mezi fitness a bodybuilding značkami. V sortimentu můžeme najít legíny, tepláky, mikiny, sportovní podprsenky, šortky, spodní prádlo nebo dokonce i plavky. Jejich produkty jsou z prodyšných materiálů, které se díky elasticitě přizpůsobí tělu. Značku NEBBIA můžeme koupit ve více jak 50 zemích v kamenných obchodech nebo online. Je sponzorem i velkých kulturistických soutěží jako je již v práci zmiňovaná Mr.Olympia. Kde každý závodník obdrží jejich kolekci, vytvořenou speciálně pro tento event. Spolupracují i s několika známými jmény ve světě fitness jako Roelly Winklaar. Mezi jejich kolekcemi, můžeme mimo jiné najít i kolekci s názvem 1965, která je inspirována právě Zlatou érou.⁷¹



Obr. č. 17 Sportovní pdprsenka NEBBIA⁷²

Obr. č. 18 Kolekce 1965 NEBBIA⁷³

⁷⁰ Gym Glamour [online], © 2021. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://gymglamour.com/>

⁷¹ NEBBIA: O společnosti. In: NEBBIA [online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://nebbia.fitness/cs/p/o-spolocnosti>

⁷² NEBBIA [online]. [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: <https://nebbia.fitness/cs>

⁷³ Tamtéž

GoldBee je poměrně mladá značka která začala fungovat v roce 2020. Jejím cílem bylo vytvořit v Česku šitou značku, která bude etická a maximálně ekologická. Zaměřují se na sportovní ale i volnočasové oblečení. Zároveň jejich sortiment nabízí i odporové posilovací gummy v nespočetném množství barevných designů. Dále se v sortimentu objevují bežešvé legíny, sportovní podprsenky, crop-topy, šortky, mikiny nebo tepláky. Najdeme u nich dámskou i pánskou módu nebo unisex. Většinu produkce vyrábí v České republice a zaměstnává české švadleny. Bežešvé výrobky pochází z Itálie kvůli technologické náročnosti výroby. Udržitelná výroba je pro ně důležitá, a proto spolupracují jen s výrobcí a dodavateli, kteří tuto filosofii sdílejí. Od 18. 11. 2021 se značka GoldBee, jako první velká česká značka, stala součástí evropského módního gigantu Zalando.⁷⁴



Obr. č. 19 Odporová guma GoldBee⁷⁵ a Obr. č. 20 Bežešvé legíny a triko GoldBee⁷⁶

4.5 Sportovní móda v oděvním designu

Sportovní módu můžeme najít i v portfoliu světových značek a designerů. Často se objevují v Resort nebo Cruise/Holiday kolekcích. Což jsou kolekce prezentované před hlavní jarní/letní a podzimní/zimní sezonou. Tyto kolekce původně sloužili movitým zákazníkům,

⁷⁴ O značce Goldbee. In: Goldbee [online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://www.goldbee.cz/o-nas/>

⁷⁵ Goldbee. In: Goldbee [online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://www.goldbee.cz/>

⁷⁶ Tamtéž

kteří cestovali do teplých krajín nebo do zimních destinací. A potřebovali oblečení právě na tyto sezóny. Hodně sportovních oděvů na poli vysoké módy vzniká také pomocí kolaborací. Jedním z významných jmen na poli vysoké módy ve spojení se sportem je **Stella McCartney**. Což je anglická módní návrhářka, která je pevným zastáncem práv zvířat, environmentalismu a je známá zejména tím, že ve své práci používá vegetariánské a bez zvířecí alternativy. Vystudovala Central St. Martins v roce 1995 a okamžitě se stala známou pro ostré krejčovství, odvážnou estetiku a mužskou energii. V roce 2001 uvedla na trh svůj stejnojmenný luxusní módní dům. Od roku 2004 trvá její partnerství se značkou **Adidas**. V roce 2019 Stella McCartney uzavřela partnerství s LVMH za účelem dalšího rozvoje své značky, přičemž si ponechala většinové vlastnictví.⁷⁷

Propojení krejčovství Stelly se sportovní módou můžeme vidět například v resort kolekci pro rok 2022. Myšlenkou pro ni je zábava v podobě hlasité hudby, tance a pobavení se. Díky inspiraci hudbou můžeme najít v kolekci psychedelické potisky, neonové barvy a raverově střižené kalhoty na boky. Kolekce je ze 71 % z materiálů, které jsou šetrné k životnímu prostředí.⁷⁸



Obr. č. 21 Resort kolekce 2022 Stella McCartney⁷⁹



Obr. č. 22 Resort kolekce 2022 Stella McCartney⁸⁰

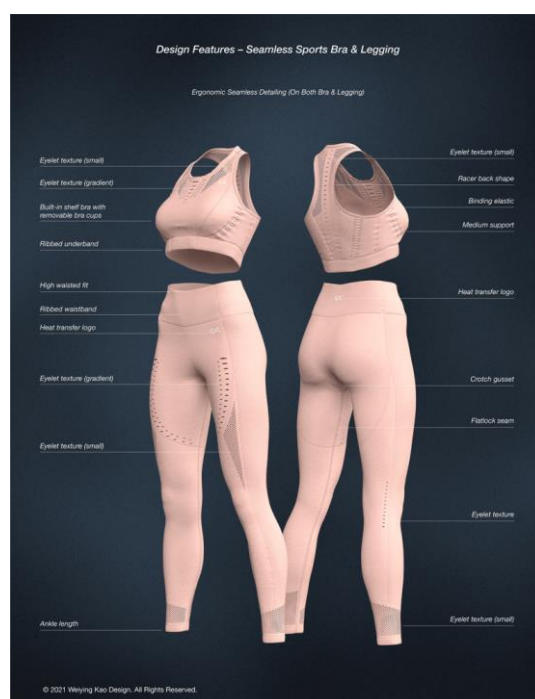
⁷⁷ Stella McCartney: British fashion designer, 1998. In: Encyclopædia Britannica, Inc. [online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://www.britannica.com/biography/Stella-McCartney>

⁷⁸ Stella McCartney: RESORT 2022, 2021. In: <https://www.vogue.com/> [online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://www.vogue.com/fashion-shows/resort-2022/stella-mccartney?epik=dj0yJnU9alNBSTJGSXJ6MnljYI9pcjJXd0kzQ213amIyWW85WW0mcD0wJm49WWhpY2dOOTFKY2V2SC1fb1AyQjJVQSZ0PUFBQUFBFR0pfWExj>

⁷⁹ Tamtéž

⁸⁰

Další módní návrhářkou, která ovlivňuje svět sportovní módy je **Weiyang Kao**. Ta sídlí v Los Angeles v Kalifornii. Specializuje se na navrhování dámského sportovního a aktivního oblečení. Mimo módu se zabývá i grafickým designem. Který využívá při tvorbě designů oblečení. Weiyang rozvinula svou vášeň pro umění a módu ve velmi mladém věku, což ji nakonec přivedlo ke studiu na Fashion Institute of Technology v New Yorku. Od roku 2009 pracovala pro společnosti jako Behnaz Sarafpour, Cynthia Vincent a Forever 21. Její odbornost v módním průmyslu je různorodá; má zkušenosti od špičkových návrhářských značek až po rychlou módu.⁸¹



Obr. č. 23 Grafické zpracování oděvů Weiyang Kao⁸²

Obr. č. 24 Grafické zpracování oděvů Weiyang Kao⁸³

Inspiruje se udržitelnými, funkčními a nekonvenčními nápady. Problémy životního prostředí a lidských práv ve světě. Zejména ty, které jsou spojeny s módním průmyslem, ji pomohly s rozhodnutím zasvětit svou kreativitu právě této problematice. A tak od roku 2014 tvoří udržitelnou módu pro aktivní životní styl. A to i díky své lásce k outdooru a fitness.⁸⁴

⁸¹ Weiyang Kao Design [online], 2015. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://weiyangkao.com/>

⁸² Tamtéž

⁸³ Tamtéž

⁸⁴ Tamtéž

Zmíněné kolaborace jsou oblíbeným nástrojem k propojení rozdílných oborů. Příkladem může být kolaborace **The Lululemon x Roksanda**. Lululemon je kanadská značka sportovního oblečení, která navrhuje vybavení pro jógu, běh, trénink a vše mezi tím. Společnost má 574 obchodů po celém světě a také prodává online. Lululemon prodává sportovní oblečení včetně topů, kalhot na jógu, šortek, svetrů, bund a spodního prádla, a také vlasové doplňky, tašky, podložky na jógu, láhve na vodu a produkty osobní péče. V roce 2005 nechal ochrannou známkou svou původní tkaninu Luon, která obsahovala vyšší než průměrné množství nylonového mikrovlákna. Od té doby společnost vyrobila několik různých typů tkanin, včetně kompresních a vlhkost odvádějících. Lululemon je známý především svými legínami, díky nimž se značka poprvé stala populární.⁸⁵

Roksanda je původem ze Srbska, studovala architekturu a užité umění na Bělehradské univerzitě a poté se přestěhovala do Londýna, kde získala magisterský titul na Central St. Martins. Za více než deset let od založení své značky si Roksanda vyvinula nezaměnitelnou estetiku designu zaměřenou na ženy. Jako žena, která vědomě navrhuje pro ženy, založila značku ROKSANDA s cílem vytvořit platformu na oslavu rovnosti žen a zároveň se snažit zpochybnit vnímání tradiční krásy prostřednictvím směsi protikladů. Roksanda vytváří kousky, které odhalují ženskou osobnost a zároveň poskytují pocit útočiště prostřednictvím svého jedinečného designu. V siluetě se inspirovala architektonickými tvary, získanými zkušenostmi při dospívání v Srbsku. Používá odvážné kombinace barev, které jsou inspirovány moderním a současným uměním.⁸⁶

Kolaborace vyústila v kolekci, jejíž kousky jsou typické funkčností. Oděvy pro jógu, běh, trénink a outdoor jsou navrženy tak, aby byly nositelné každý den. V kolekci můžeme vidět propojení inspirace Roksandy, blokových kombinací výrazných barev a naddimenzovaných architektonických rukávů. Ve spojení s funkční sportovní módou Lululemon. Kolekce obsahuje 16 typů oděvů, které jsou mezi sebou kombinovatelné. V kolekci najdeme použití funkčních materiálů, které jsou pot odvádějící, rychleschnoucí a DWR-upravené. Které ale

⁸⁵ Lululemon Athletica, 2001. In: Wikipedia: the free encyclopedia [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: https://en.wikipedia.org/wiki/Lululemon_Athletica

⁸⁶ About ROKSANDA. In: ROKSANDA [online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://roksanda.com/pages/about-us>

stále působí na kůži luxusně. Každý design v této kolekci má intuitivní funkce, které zvyšují funkci samotného oděvu.

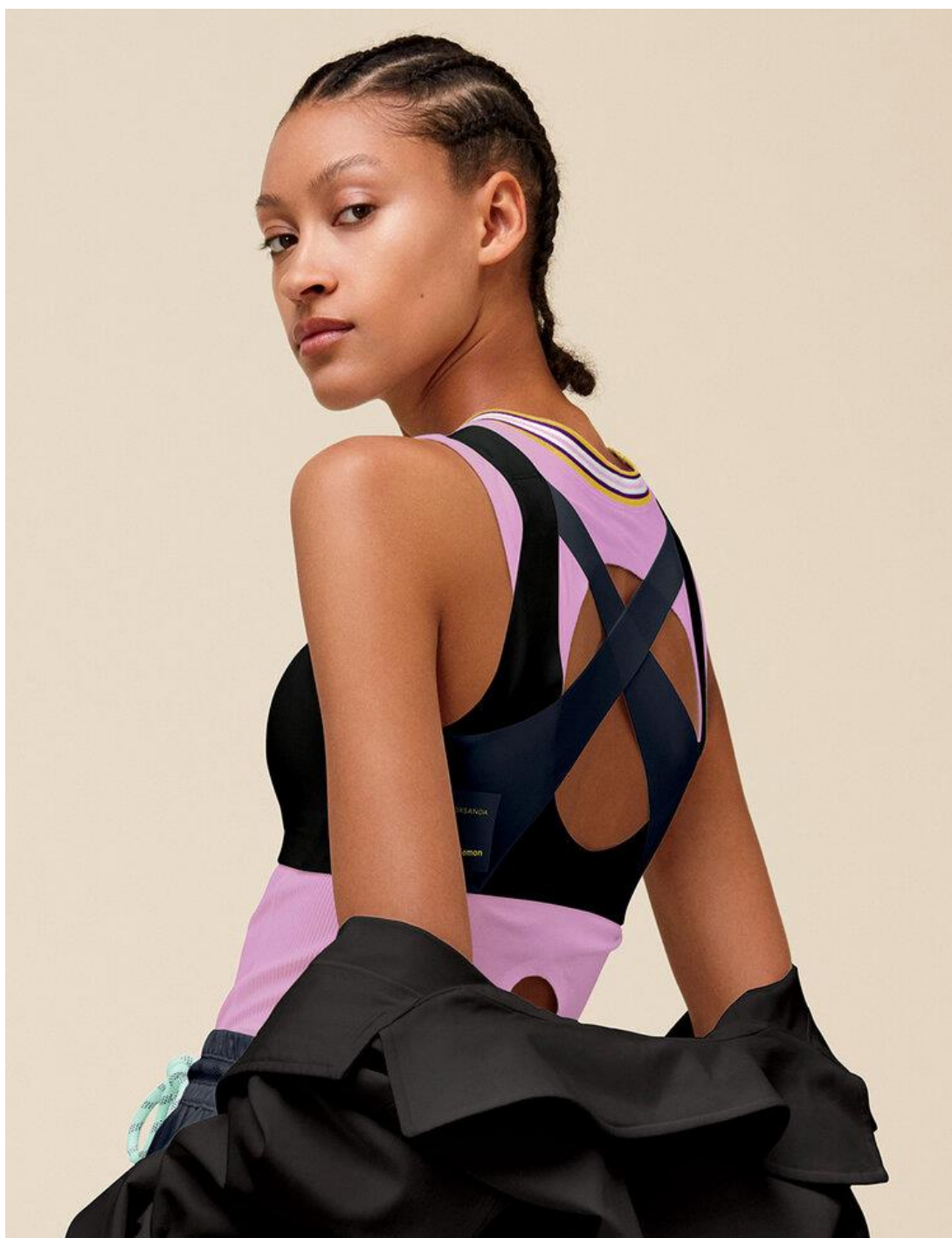


Obr. č. 25 kolaborace The Lululemon x Rokksanda⁸⁷

Obr. č. 26 kolaborace The Lululemon x Rokksanda⁸⁸

⁸⁷ Lululemon's first high-fashion collaboration—with renowned womenswear designer Rokksanda Ilinčić—was unlike anything the athleisure brand had ever done before. In: Katie Bambro: kraftedspace [online]. [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: <https://www.kraftedspace.com/work/roksanda-x-lululemon>

⁸⁸ Tamtéž



Obr. č. 27 kolaborace The Lululemon x Roksanđa⁸⁹

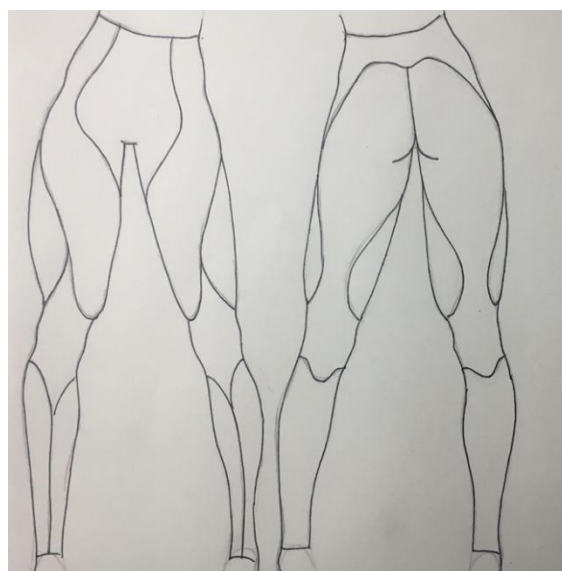
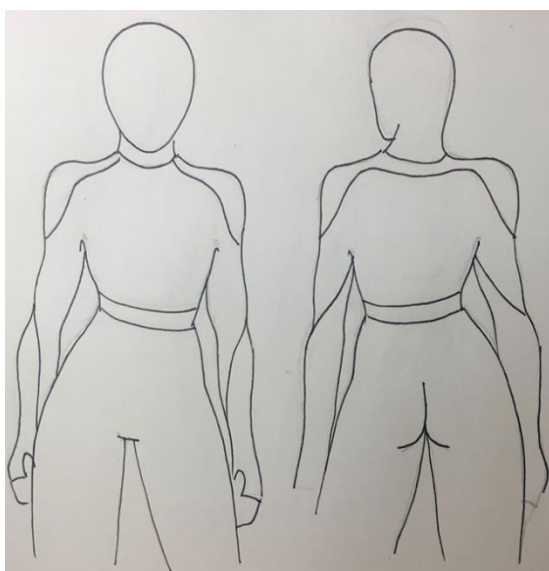
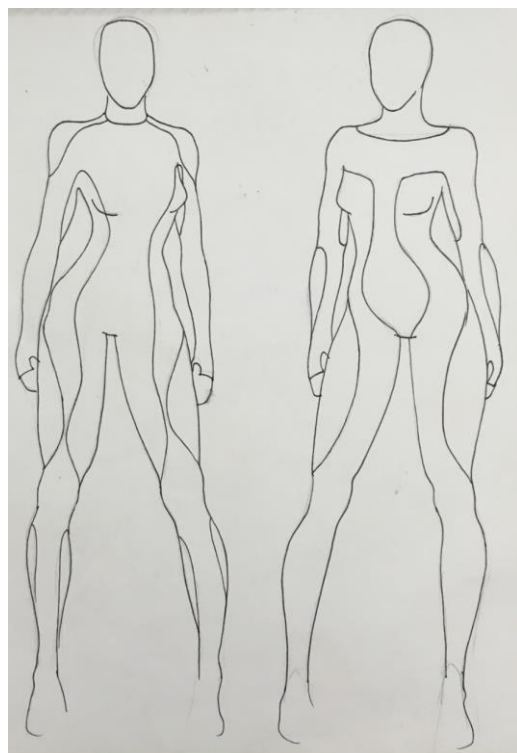
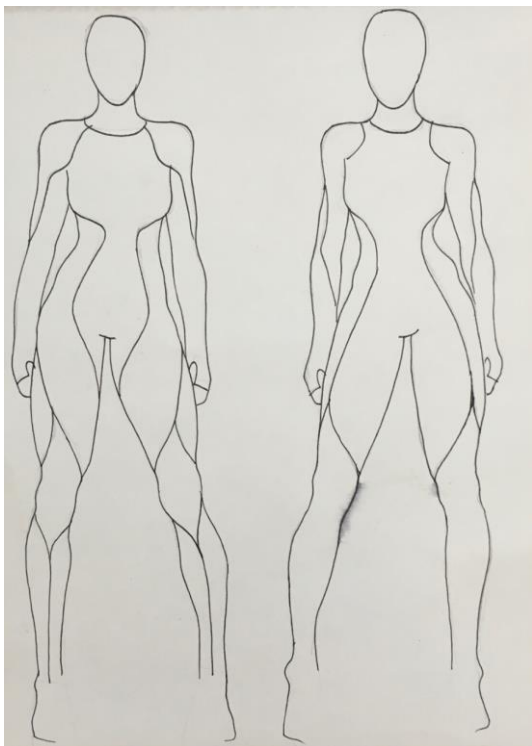
⁸⁹ Lululemon's first high-fashion collaboration—with renowned womenswear designer Roksanđa Ilinčić—was unlike anything the athleisure brand had ever done before. In: Katie Bambro: kraftedspace [online]. [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: <https://www.kraftedspace.com/work/roksanda-x-lululemon>

II. PRAKTICKÁ ČÁST

5.2 Silueta

Silueta pro produktovou řadu byla daná sportovním oděvem. Ten musí přilnout těsně na tělo, aby se dosáhlo co největší možné volnosti pohybu. Navrhování oděvů začalo kresbami níže.

Členění je vedené tak, aby kopírovalo rozložení svalů na těle a zvýrazňovalo jej tak.



Obrázky č. 29, 30, 31, 32 První kresebné návrhy

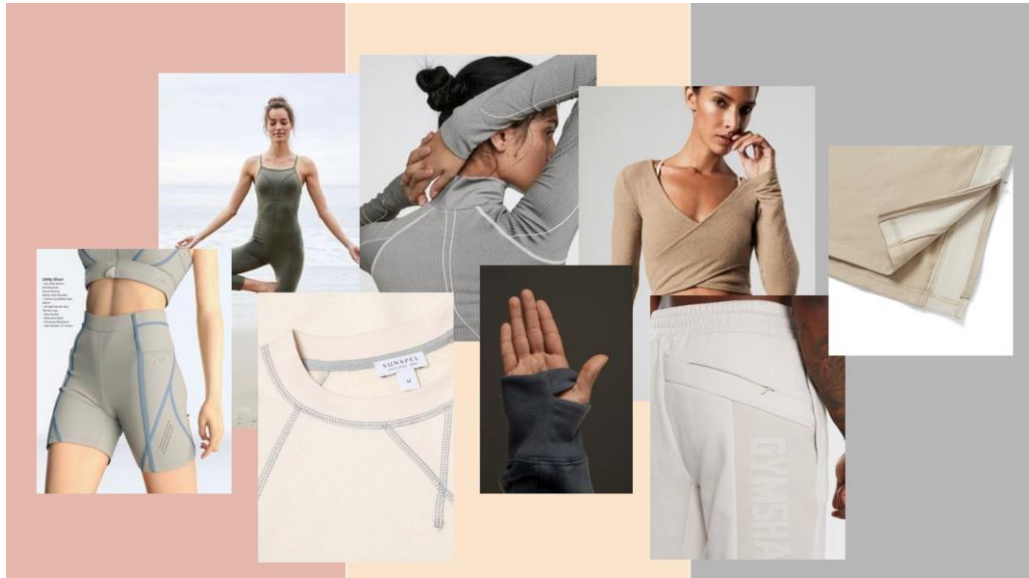


Obrázky č. 33, 34, 35, 36 První kalika

Díky prvotním kresbám začaly vznikat první kalika. Členění je vedeno podél anatomie svalů. Tak, aby zvýrazňovalo přednosti a naopak potlačovalo nedostatky. Např. zvýraznilo ramena, zúžilo pas. Kalika sloužily k ujasnění nápadu a vyzkoušení funkčnosti kvůli zpracování

5.3 Hledání barevnosti

K hledání barevnosti řady slouží tento inspirační board. Obsahuje barvy, které vycházejí z přirozených barev těla, jsou jemné a tlumené. Zároveň obsahuje inspiraci pro možné vypracování oděvů, se kterými se u sportovních oděvů můžeme setkat.



Obr. č. 37 Inspirační board



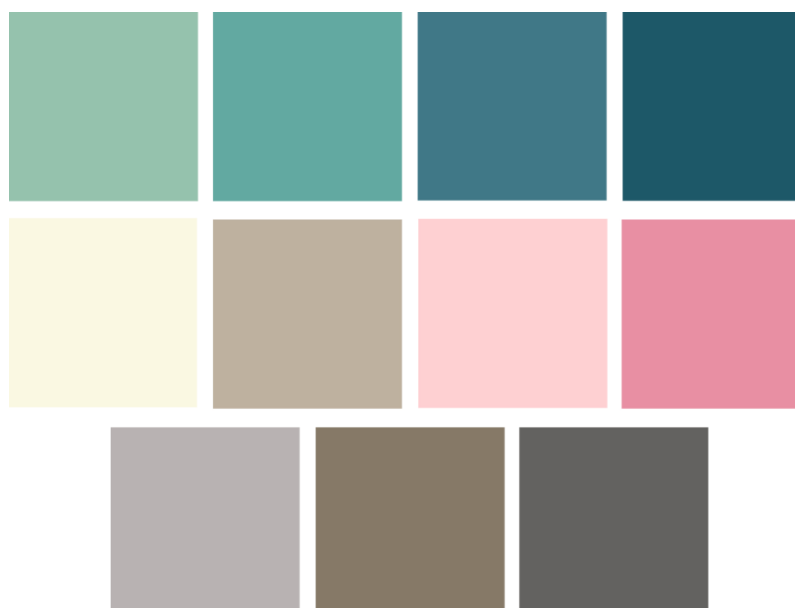
Obr. č. 38 První kresebné návrhy v barvě



Obr. č. 39 Finální návrhy a jejich barevné kombinace

5.3.1 Finální barevnost

Hledání finální barevnosti bylo ovlivněné dostupností barev sportovního materiálu. Dostupnost barev u těchto materiálů je omezená, a proto se zbylá barevnost produktové řady řídí právě podle odstínů materiálů pro sportovní kousky.



Obr. č. 40 Barevnice

5.4 Materiály

Prvním a stěžejním bodem bylo najít materiál vhodný pro sportovní oděvy. Hledání materiálu bylo ovlivněno osobními zkušenostmi v oblasti sportovních oděvů. Tak, aby měl materiál dostatečnou savost, pružnost ale i schopnost mírné komprese. A zároveň, aby esteticky zapadal do konceptu. Zvoleným materiálem, který odpovídá těmto požadavkům je vysoce elastický úplet s popisem vhodným na sportovní oblečení či plavky. Složením z 85% polyamidu, 15% elastanu a gramáží 200g/m². Tento materiál se v řadě objevuje ve třech barvách: starozelená, béžová a smetanově bílá. Dostupnost barevnosti materiálu je malá, a tak se zbylá barevnost řady řídí právě těmito odstíny. Dalšími použitými materiály jsou bavlněné úplety v dvojí gramáži a vazbě.



Obr. č. 41 Materiály

Spodní oděvy

Spodní oděvy jsou ušity z bavlněného úpletu. Tento úplet je v bio kvalitě s certifikátem GOTS. Který zajišťuje ekologické i etické požadavky na výrobu. Jedná se o organickou bavlnu, při jejíž pěstování nebyly použity pesticidy a zároveň zajišťuje etické zacházení s lidmi a jejich patřičné finanční ohodnocení. Složení materiálu je 95% biobavlna, 5% elastan a gramáž 200g/m². Materiál je prodyšný, příjemný a drží teplo. Svoji vysokou pružností je vhodný i na sportovní oděvy.

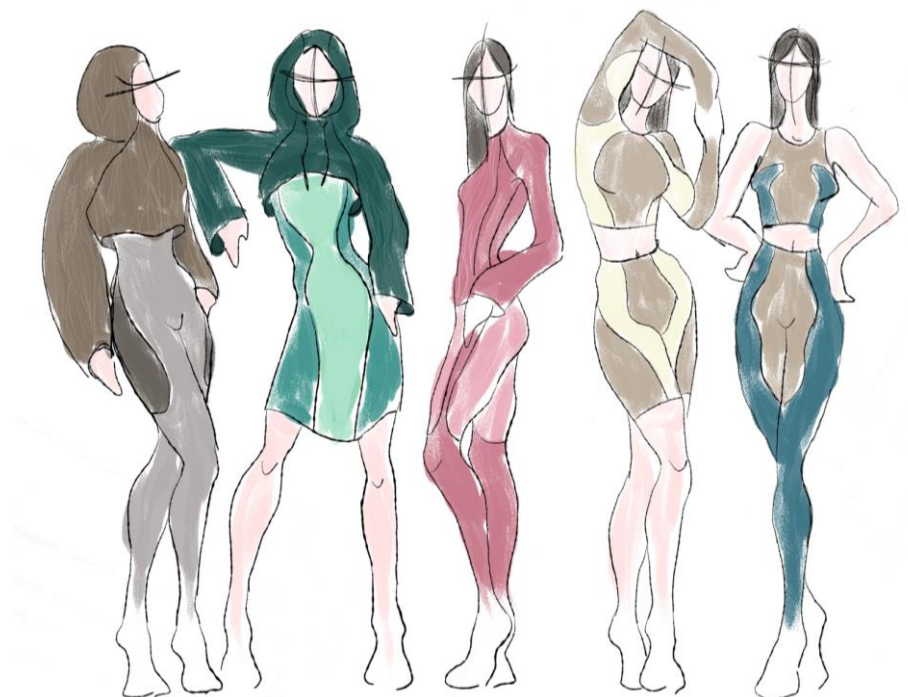
Svrchní oděvy

Svrchní oděvy jsou ušity z bavlněného vysokogramážního úpletu. Složení je 90% bavlna, 5% elastan a 5% polyester. Gramáž je 300g/m². Materiál je pružný, prodyšný a hřejivý. Díky jeansovému vzhledu je vhodný na svrchní oděvy. V řadě se objevuje samostatně, ale i vypodložený vatelínem.



Obr. č. 42 Detail prošitého vatelínu a úpletu

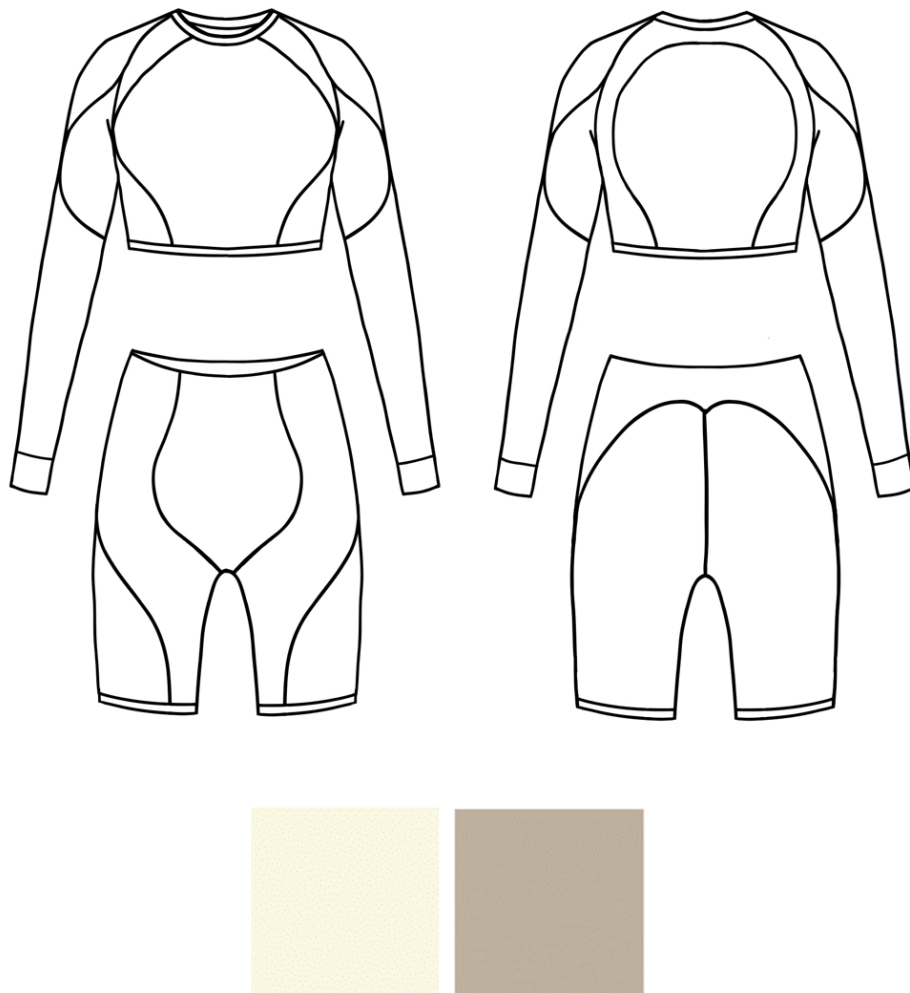
Aby byla řada vyvážená, skládá se z různých typů oděvů. Sportovní a spodní volnočasové oděvy jsou doplněné vrchními oděvy. Jedná se o mikiny a bundu. Části nebo celá plocha jsou u vrchních oděvů podloženy vatelínem, který má hřejivou i ozdobnou funkci. Vatelín v kombinaci s úpletem je prošit do tvarů svalových vláken. Řada obsahuje pět dámských modelů. Ty se dále dělí na čistě sportovní oděvy a volnočasové oděvy.



Obr. č. 43 Kresebné návrhy produktové řady

Model č. 1

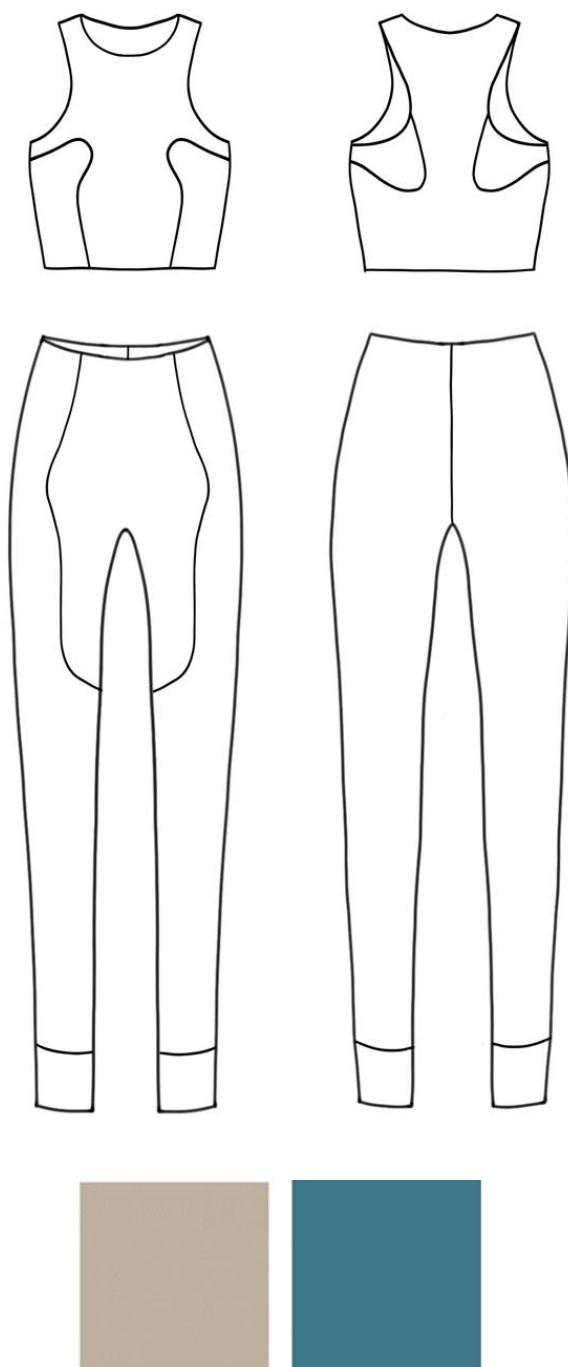
První model je určený primárně na sport. Skládá se ze zkráceného topu s dlouhými rukávy a šortky v délce sahající do půlky stehen. Top i šortky jsou členěny tak, aby opticky tvarovaly postavu do písmene X. Boční šev topu je eliminován. Členění na ramenou a rukou zvýrazňují a kopírují svaly ramene a bicepsu. Rukávy jsou začištěné manžetou. Manžety mají ve švu otvor pro palec. Stříhové členění šortek kopíruje kvadriceps a zvýrazňuje jej. Zadní díl tvaruje hýždě. Pro maximální pohodlí ženského těla je přední díl bez předního středového švu. Součástí oblasti rozkroku je vsazený klínek.



Obr. č. 44 Nákres modelu č. 1 a barvy

Model č. 2

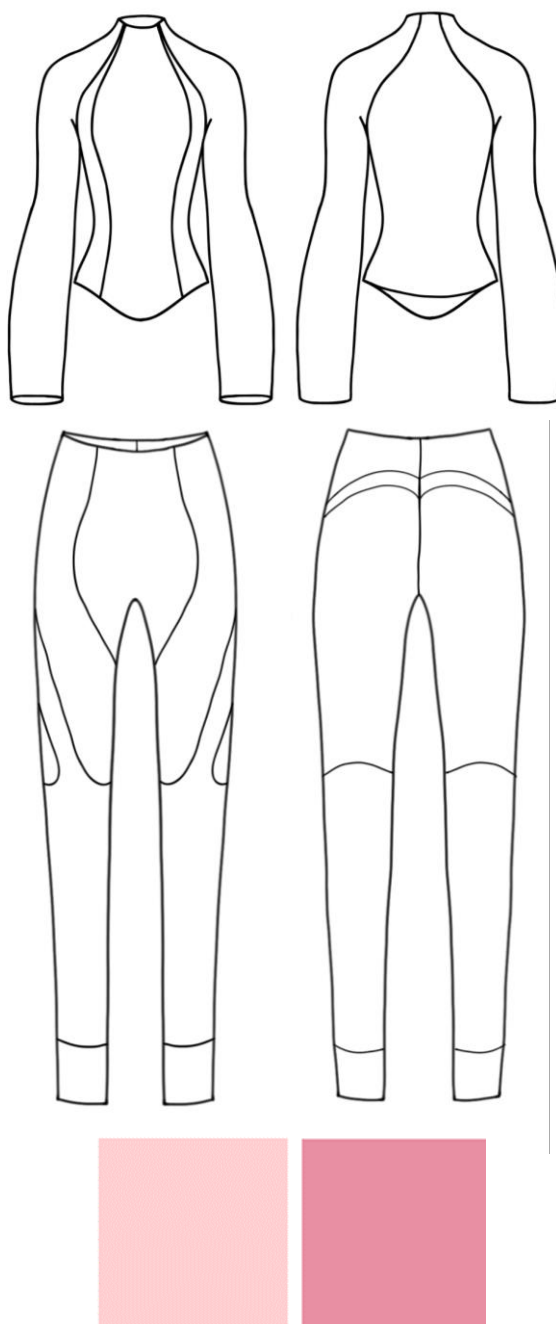
Druhý model je určený také primárně na sport. Skládá se z topu bez rukávů se zkrácenou délkou a legín s délkou ke kotníkům. Top i legíny jsou členěny tak aby byla postava opticky členěna do tvaru X. Top má vykrojené průramky, tak aby vynikly svaly ramene. Top je dvouvrstvý. Členění legín kopíruje linii kvadricepsu a svým tvarem opticky rozšiřuje boky a zužuje pas. Přední díl je bez předního středového švu. Součástí oblasti rozkroku je vsazený klínek. Pas je zapravený do gumy.



Obr. č. 45 Nákres modelu č. 2 a barvy

Model č. 3

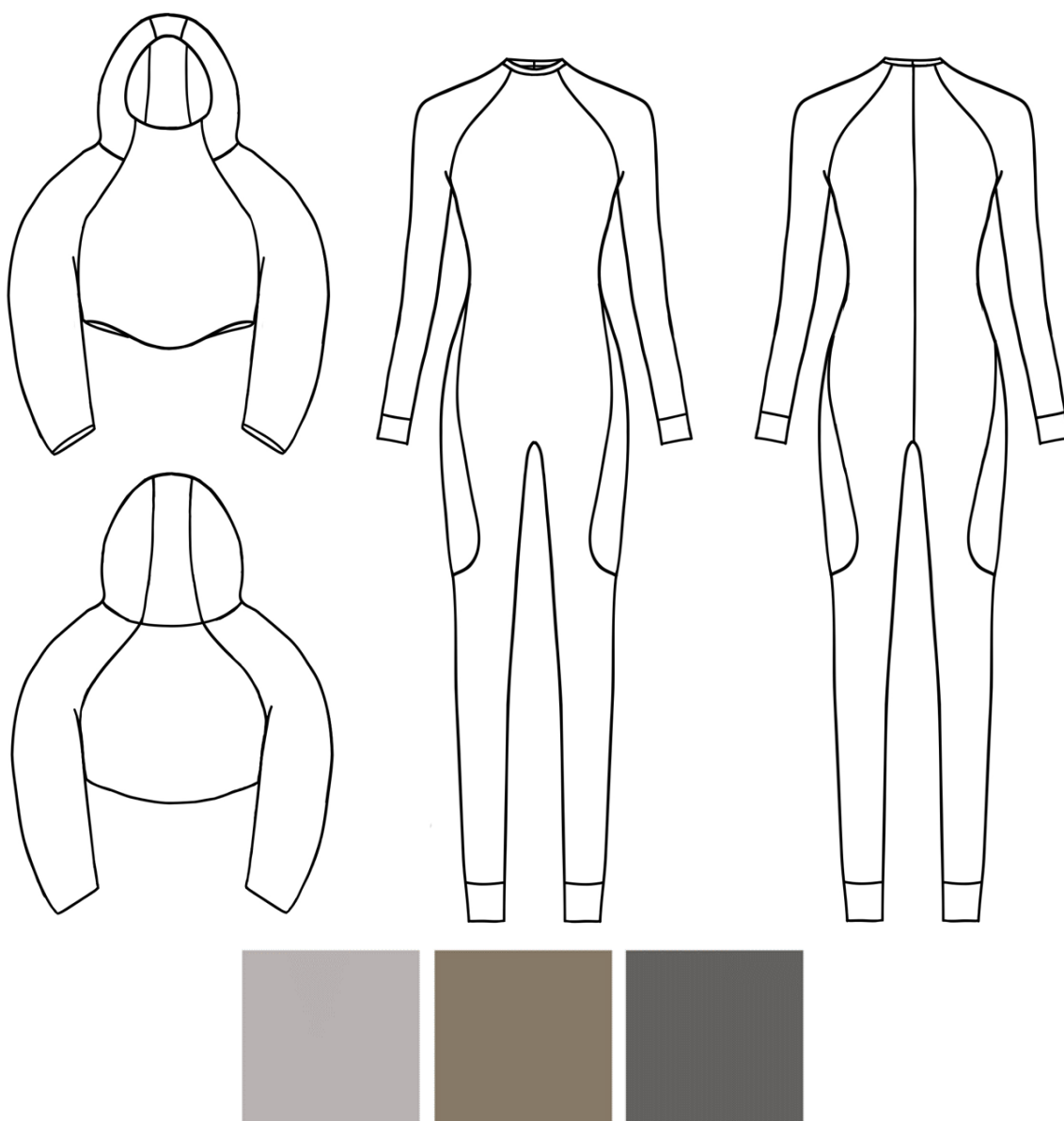
Třetí model se skládá z mikiny a legín. Mikina je těsně ke krku a má klínový rukáv, který se do délky rozšiřuje. Zapínání je na skrytý zip. Přední díl je členěný tak, aby opět tvaroval postavu do písmene X. Součástí předního dílu je vsazený díl vypodložený vatelínem. Ten je ozdobně prošitý do tvarů svalových vláken a z rubu začistěný podšívkou. Legíny mají pas zapravený do gumy. Opět je zde absence předního středového švu. Součástí oblasti rozkroku je vsazený klínek. Legíny jsou členěny pomocí švů kopírující kvadricepsy, opticky rozšiřují oblast boků a zužují pas.



Obrázky č. 46 Nákres modelu č. 3 a barvy

Model č. 4

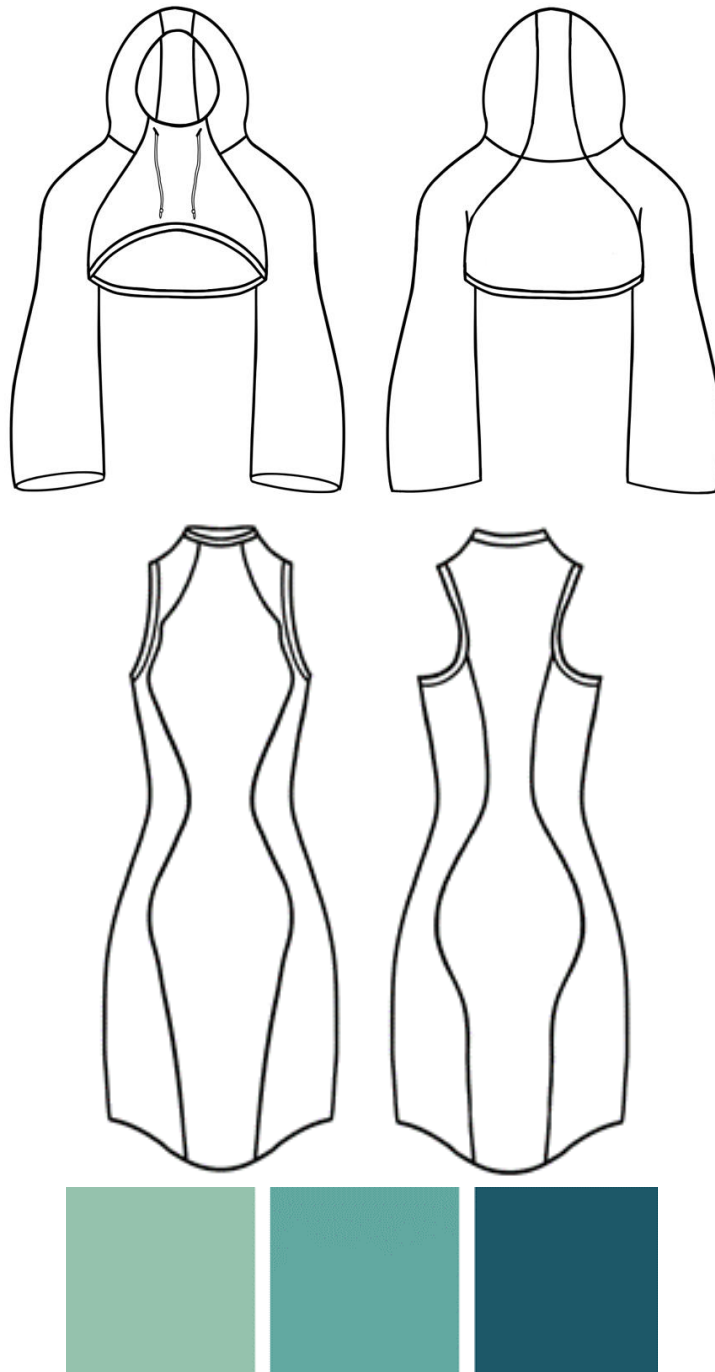
Čtvrtý model se skládá z bundy a overalu. Bunda má kapuci a klínové rukávy. Zapínání je na skrytý zip. Bunda má délku do pasu, která je tvarovaná. Všechny díly bundy jsou vypodložené vatelínem a ozdobně prošité do tvaru svalových vláken. Bunda je vypodšívkováná. Overal má klínové rukávy a zapínání na skrytý zip ve středu zadního dílu. Průkrčník je začištěný lemem. Přední díl overalu je střižený v přehybu, tudíž bez předního středového švu. V oblasti rozkroku je vsazený klínek. Nohavice jsou všité do manžety.



Obrázky č. 47 Náskres modelu č. 4 a barvy

Model č. 5

Pátý model se skládá z šatů a mikiny s kapucí. Šaty jsou přiléhavé na tělo. Mají členící švy, které opticky tvarují postavu. Průkrčník má přinechaný stojáček. Průkrčník a průramky jsou začištěné lemem. Délka šatů je nad kolena a je tvarovaná. Mikina má kapuci, která je dvouvrstvá. Rukávy jsou klínové a vypodšívkové. Jsou vypodloženy vatelínem a ozdobně prošité do tvaru svalových vláken. Dolní kraj je začištěný lemem.



Obrázky č. 48 Nákras modelu č. 5 a barvy

III. PROJEKTOVÁ ČÁST

6 FOTODOKUMENTACE

Fotografka: Veronika Doležalová

Modelky: Adéla Faltusová

Klára Malová

Veronika Doležalová









































ZÁVĚR

Díky této práci se moje znalosti v oblasti nejen sportovní módy ale i kulturistiky významně prohloubily. A to i přesto, že je to pro mě poměrně známé téma. Cílem práce bylo seznámit čtenáře či diváka s odvětvím sportovní módy, a především s kulturistikou. Jelikož dnešní uspěchaná doba vidí pouze zlomek toho, co doopravdy vidět může. A proto jsem chtěla přiblížit právě zlatou éru kulturistiky, která nebyla pouze jen o svalech jako ta dnešní scéna kulturistiky. Ale byla o přístupu, lásce a respektu k tělu. Doufám, že se mezi lidi tato láska vrátí a nebudou pouze porovnávat sebe s ostatními na sociálních sítích. Myslím, že je to ale na dobré cestě a vzhled „řeckých atletů“ se začíná vracet.

Výsledkem zkoumání historie a sportovního odvětví vznikla produktová řada s názvem Zlatá krása. Která má za cíl respektovat potřeby a tvary těla nositele. Potřebu vytvořit takovou řadu jsem měla z důvodu osobní nespokojenosti se sportovním oblečením, které je na trhu dostupné. Práci jsem částečně pojala jako mojí osobní vizi podnikání do budoucna. Protože odvětví sportovní módy je právě to v čem bych chtěla pokračovat a plnit si tak své sny.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

BLAŽKOVÁ, Jarmila, 1946. Žena: věčná inspirace umění : žena ve výtvarném umění od doby kamenné až po Picassa. 2. vyd. Praha: Symposion.

DVORSKÝ. Brno: Archeologický ústav AV ČR. ISBN 80-86023-19-2.

ECO, Umberto, ed., 2005. Dějiny krásy. Přeložil Gabriela CHALUPSKÁ. Praha: Argo. ISBN 80-7203-677-7.

FIALOVÁ, Ludmila. Moderní body image. Jak se vyrovnat s kultem štíhlého těla. Praha: Grada Publishing, 2006, s. 7.-11. ISBN 80-247-1350-0

GOMBRICH, Ernst Hans. Příběh umění. Vydání v češtině 2. (rev.), v Argu 1. Praha: Argo, 1997, 683 s. ISBN 80-7203-143-0

GREXA, Ján a Milena STRACHOVÁ, 2011. Dějiny sportu: přehled světových a českých dějin tělesné výchovy a sportu. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-5458-5.

GROGAN, Sarah, 2000. Body image: psychologie nespokojenosti s vlastním tělem. Přeložil Jana KRCHOVÁ. Praha: Grada Publishing. Psyché. ISBN 80-7169-907-1

JAROŠOVÁ, Helena, 2013. Filozofie těla - klíč k hlubšímu chápání těla a šatu. V Praze: Vysoká škola uměleckoprůmyslová. ISBN 978-80-86863-63-4.

KANT, Immanuel, KOBLÍŽEK, Tomáš, ed., 2015. Kritika soudnosti. Druhé, upravené vydání. Přeložil Vladimír ŠPALEK, přeložil Walter HANSEL. Praha: OIKOYMENH. Knihovna novověké tradice a současnosti. ISBN 978-80-7298-500-5.

KOLÁŘ, Martin, ed., 2013. Krása významu: [kolektivní monografie]. Ústí nad Labem: Fakulta umění a designu Univerzity J.E. Purkyně ve spolupráci s občanským sdružením PROTEBE live. ISBN 9788074146381.

KOUDELKA, Jan, 2012. Marketingový význam body image. Zlín: Verbum. ISBN 978-80-87500-23-1.

NEUMANN, S. K., 1999. Dějiny ženy: populárně sociologické, etnologické a kulturně historické kapitoly. Praha: Knižní klub. ISBN 80-242-0249-2.

SCHWARZENEGGER, Arnold a Bill DOBBINS, 2018. Encyklopedie moderní kulturistiky. Druhé, upravené a doplněné vydání. Přeložil Jiří EMMER, přeložil Dina PODZIMKOVÁ. Praha: Beta-Dobrovský. ISBN 978-80-7291-251-3.

SLEPIČKA, Pavel, Václav HOŠEK a Běla HÁTLOVÁ, 2009. Psychologie sportu. Vyd. 2. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1602-5.

SVOBODA, Jiří A., 1999. Čas lovců: dějiny paleolitu, zvláště na Moravě. Ilustroval Pavel UCHALOVÁ, Eva a Konstantina HLAVÁČKOVÁ, [2004]. Sport & móda: Obecní dům v Praze 30. června - 12. září 2004 : [katalog výstavy. Praha: Obecní dům. ISBN 80-86339-27-0.

VOLEK, Jaroslav, 1969. Kapitoly z dějin estetiky: od antiky k počátku 20. století. Praha: Panton.

WOLF, Naomi, 2000. Mýtus krásy: ako sú obrazy krásy zneužívané proti ženám. Přeložil Adriana SÝKORČINOVÁ, přeložil Silvia ČERVENČÍKOVÁ, přeložil Jarmila CIHOVÁ. Bratislava: Aspekt. Knižná edícia feministického kultúrneho časopisu ASPEKT. ISBN 80-85549-15-8.

SEZNAM POUŽITÝCH INTERNETOVÝCH ZDROJŮ

5 Nejstarších Sportů na Světě. In: Yakaranda Magazine [online]. [cit. 2022-05-20].

Dostupné z: <https://yakarandamag.com/cs/5-nejstarsich-sportu-na-svete/>

About ROKSANDA. In: ROKSANDA [online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z:

<https://roksanda.com/pages/about-us>

Classic physique - návrat k základům a ideálům kulturistiky?, c2001-2022. Ronnie.cz

[online]. Praha [cit. 2022-01-24]. Dostupné z: [https://kulturistika.ronnie.cz/c-25195-](https://kulturistika.ronnie.cz/c-25195-classic-physique-navrat-k-zakladum-a-idealum-kulturistiky.html)

[classic-physique-navrat-k-zakladum-a-idealum-kulturistiky.html](https://kulturistika.ronnie.cz/c-25195-classic-physique-navrat-k-zakladum-a-idealum-kulturistiky.html)

Gym Glamour [online], 2021. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://gymglamour.com/>

How Muscle Beach Started in Santa Monica — But Ended Up in Venice. In: KCET

[online]. [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: [https://www.kcet.org/shows/lost-la/how-muscle-](https://www.kcet.org/shows/lost-la/how-muscle-beach-started-in-santa-monica-but-ended-up-in-venice)

[beach-started-in-santa-monica-but-ended-up-in-venice](https://www.kcet.org/shows/lost-la/how-muscle-beach-started-in-santa-monica-but-ended-up-in-venice)

Inside Bodybuilding: The Golden Era Of Bodybuilding: Why Did They Look Better?

[online], 2021. Melksham, England [cit. 2022-01-24]. Dostupné z:

<https://insidebodybuilding.com/golden-era-bodybuilding/>

Inside Bodybuilding: The History Of Gold's Gym [online], 2021. Melksham, England [cit.

2022-01-24]. Dostupné z: <https://insidebodybuilding.com/the-history-of-golds-gym/>

Kulturistika žen: je načase se s ní začít loučit?, 2001. In: Ronnie.cz [online]. [cit. 2022-05-

17]. Dostupné z: [https://kulturistika.ronnie.cz/c-17509-kulturistika-zen-je-nacase-se-s-ni-](https://kulturistika.ronnie.cz/c-17509-kulturistika-zen-je-nacase-se-s-ni-zacit-loucit.html)

[zacit-loucit.html](https://kulturistika.ronnie.cz/c-17509-kulturistika-zen-je-nacase-se-s-ni-zacit-loucit.html)

Lululemon Athletica, 2001. In: Wikipedia: the free encyclopedia [online]. San Francisco

(CA): Wikimedia Foundation [cit. 2022-05-17]. Dostupné z:

https://en.wikipedia.org/wiki/Lululemon_Athletica

Móda starověkého Egypta, 2005. In: Starověký Egypt [online]. [cit. 2022-05-18].

Dostupné z: [https://www.starovekyegypt.net/egyptska-moda/moda-starovekeho-](https://www.starovekyegypt.net/egyptska-moda/moda-starovekeho-egypta.php)

[egypta.php](https://www.starovekyegypt.net/egyptska-moda/moda-starovekeho-egypta.php)

NEBBIA [online]. [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: <https://nebbia.fitness/cs>

NEBBIA: O společnosti. In: NEBBIA [online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z:

<https://nebbia.fitness/cs/p/o-spolocnosti>

O značce Goldbee. In: Goldbee [online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z:

<https://www.goldbee.cz/o-nas/>

Proměny ideálu ženské krásy v průběhu historie, 2010. In: PŘÍZNAKY

TRANSFORMACE [online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z:

<https://www.priznakytransformace.cz/index.php/transformace/3356-promeny-idealu-zenske-krasy-v-prubehu-historie>

Sportswear, 2001-. In: Wikipedia: the free encyclopedia [online]. San Francisco (CA):

Wikimedia Foundation [cit. 2022-05-20]. Dostupné z:

<https://en.wikipedia.org/wiki/Sportswear>

Sportswear. In: Love to Know [online]. [cit. 2022-05-20]. Dostupné z: [https://fashion-](https://fashion-history.lovetoknow.com/clothing-types-styles/sportswear)

[history.lovetoknow.com/clothing-types-styles/sportswear](https://fashion-history.lovetoknow.com/clothing-types-styles/sportswear)

Starověký Egypt: Starověký Egypt – historie starověkého Egypta [online], 2005. [cit.

2022-05-18]. Dostupné z: <https://www.starovekyegypt.net/>

Stella McCartney: British fashion designer, 1998. In: Encyclopædia Britannica, Inc.

[online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: [https://www.britannica.com/biography/Stella-](https://www.britannica.com/biography/Stella-McCartney)

[McCartney](https://www.britannica.com/biography/Stella-McCartney)

Stella McCartney: RESORT 2022, 2021. In: <https://www.vogue.com/> [online]. [cit. 2022-

05-17]. Dostupné z: [https://www.vogue.com/fashion-shows/resort-2022/stella-](https://www.vogue.com/fashion-shows/resort-2022/stella-mccartney?epik=dj0yJnU9alNBSTJGSXJ6MnljY19pcjJXd0kzQ213amIyWW85WW0mcD0wJm49WWhpY2dOOTFKY2V2SC1fb1AyQjJVQSZ0PUFBQUFBFR0pfWExj)

[mccartney?epik=dj0yJnU9alNBSTJGSXJ6MnljY19pcjJXd0kzQ213amIyWW85WW0mcD0wJm49WWhpY2dOOTFKY2V2SC1fb1AyQjJVQSZ0PUFBQUFBFR0pfWExj](https://www.vogue.com/fashion-shows/resort-2022/stella-mccartney?epik=dj0yJnU9alNBSTJGSXJ6MnljY19pcjJXd0kzQ213amIyWW85WW0mcD0wJm49WWhpY2dOOTFKY2V2SC1fb1AyQjJVQSZ0PUFBQUFBFR0pfWExj)

Swami, V., Tran, U.S., Stieger, S. et al. Associations Between Women's Body Image and

Happiness: Results of the YouBeauty.com Body Image Survey (YBIS). In: SpringerLink

[online]. [cit. 2022-05-20]. Dostupné z: [https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-](https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-014-9530-7)

[014-9530-7](https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-014-9530-7)

Weiyong Kao Design [online], 2015. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z:

<https://weiyongkao.com/>

Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Mr. Olympia [online]. c2021 [citováno 24. 01. 2022].

Dostupný z WWW:
https://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Mr._Olympia&oldid=20639894

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

Obr. Obrázek

Č. Číslo

Např. Například

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1 Věstonická Venuše	14
Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Věstonická venuše [online]. c2021 [citováno 24. 01. 2022]. Dostupný z WWW: < https://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=V%C4%9Bstonick%C3%A1_venu%C5%A1e&oldid=20714250 >	
Obrázek 2 Lví muž z Hohlenstein Stadel	14
Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Umění pravěku [online]. c2021 [citováno 24. 01. 2022]. Dostupný z WWW: < https://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Um%C4%9Bn%C3%AD_prav%C4%9Bku&oldid=20371599 >	
Obrázek 3 Nefertiti	15
Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Nefertiti [online]. c2022 [citováno 24. 01. 2022]. Dostupný z WWW: < https://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Nefertiti&oldid=20818526 >	
Obrázek 4 Venuše Mélská	16
Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Venuše Mélská [online]. c2022 [citováno 20. 05. 2022]. Dostupný z WWW: < https://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Venu%C5%A1e_M%C3%A9lsk%C3%A1&oldid=21054420 >	
Obrázek 5 Panna a dítě	17
Medieval. In: Victoria and Albert Museum [online]. London [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: https://www.vam.ac.uk/collections/medieval	
Obrázek 6 Zrození Venuše	18
Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Zrození Venuše (Botticelli) [online]. c2021 [citováno 17. 05. 2022]. Dostupný z WWW: < https://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Zrozen%C3%AD_Venu%C5%A1e_(Botticelli)&oldid=20750407 >	
Obrázek 7 Eugen Sandow	Chyba! Záložka není definována. 3
EUGEN SANDOW 2. In: Funzine [online]. [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: https://funzine.hu/2020/11/11/eletmod/kondikultusz-az-okori-meztelen-birkozastol-az-online-edzestervekig/attachment/eugen-sandow-2/?amp	
Obrázek 8 Abbye “Pudgy” Stockton	Chyba! Záložka není definována. 5
Kulturistika žen: je načase se s ní začít loučit?, 2001. In: Ronnie.cz [online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: https://kulturistika.ronnie.cz/c-17509-kulturistika-zen-je-nacase-se-s-ni-zacit-loucit.html	
Obrázek 9 Franco Columbu a Arnold Schwarzenegger	26
<i>Inside Bodybuilding: The Golden Era Of Bodybuilding: Why Did They Look Better?</i> [online], 2021. Melksham, England [cit. 2022-01-24]. Dostupné z: https://insidebodybuilding.com/golden-era-bodybuilding/	
Obrázek 10 Gold’s Gym	28

- Sports History Weekly: A New Chapter for Gold's Gym* [online], 2020. [cit. 2022-01-24]. Dostupné z: <https://www.sportshistoryweekly.com/stories/golds-gym-bankruptcy-arnold-schwarzenegger-pumping-iron-weightlifting-bodybuilding,872>
- Obrázek 11 Gold's Gym 28
- Inside Bodybuilding: The History Of Gold's Gym* [online], 2021. Melksham, England [cit. 2022-01-24]. Dostupné z: <https://insidebodybuilding.com/the-history-of-golds-gym/>
- Obrázek 12 Logo Mr. Olympia..... 29
- Amix Nutrition: Tipovací soutěž na 2016 Olympia Weekend* [online], 2020. Mnichovo Hradiště [cit. 2022-01-24]. Dostupné z: <https://www.amixnews.cz/tipovaci-soutez-na-2016-olympia-weekend/>
- Obrázek 13 Frank Zane..... 30
- Frank Zane's insane golden era vacuum pose [online]. In: . [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: https://www.reddit.com/r/bodybuilding/comments/3n305z/frank_zanes_insane_golden_era_vacuum_pose/
- Obrázek 14 Zubaz..... 33
- Flashback Jams surf. In: Slow and steady wins the race [online]. [cit. 2022-05-20]. Dostupné z: <http://journal.slowandsteadywinstherace.com/flashback/2013/06/flashback-jams-surf/>
- Obrázek 15 Jams shorts 33
- Flashback Jams surf. In: Slow and steady wins the race [online]. [cit. 2022-05-20]. Dostupné z: <http://journal.slowandsteadywinstherace.com/flashback/2013/06/flashback-jams-surf/>
- Obrázek 16 Gym Glamour..... 34
- Gym Glamour [online], 2021. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://gymglamour.com/>
- Obrázek 17 Sportovní pdprsenka NEBBIA 35
- NEBBIA [online]. [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: <https://nebbia.fitness/cs>
- Obrázek 18 Kolekce 1965 NEBBIA..... 35
- NEBBIA [online]. [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: <https://nebbia.fitness/cs>
- Obrázek 19 Odporová guma GoldBee..... 36
- Goldbee. In: Goldbee [online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://www.goldbee.cz/>
- Obrázek 20 Bežešvé legíny a triko GoldBee 36
- Goldbee. In: Goldbee [online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://www.goldbee.cz/>
- Obrázek 21 Resort kolekce 2022 Stella McCartney 37
- Stella McCartney: RESORT 2022, 2021. In: <https://www.vogue.com/> [online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://www.vogue.com/fashion-shows/resort-2022/stella-mccartney?epik=dj0yJnU9alNBSTJGSXJ6MnljY19pcjJXd0kzQ213amIyWW85WW0mcD0wJm49WWhpY2dOOTFKY2V2SC1fb1AyQjJVQSZ0PUFBQUFBR0pfWEExj>
- Obrázek 22 Resort kolekce 2022 Stella McCartney 37
- Stella McCartney: RESORT 2022, 2021. In: <https://www.vogue.com/> [online]. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: <https://www.vogue.com/fashion-shows/resort-2022/stella-mccartney?epik=dj0yJnU9alNBSTJGSXJ6MnljY19pcjJXd0kzQ213amIyWW85WW0mcD0wJm49WWhpY2dOOTFKY2V2SC1fb1AyQjJVQSZ0PUFBQUFBR0pfWEExj>

Obrázek 23 Grafické zpracování oděvů Weiying Kao	38
Weiying Kao Design [online], 2015. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: https://weiyingkao.com/	
Obrázek 24 Grafické zpracování oděvů Weiying Kao	38
Weiying Kao Design [online], 2015. [cit. 2022-05-17]. Dostupné z: https://weiyingkao.com/	
Obrázek 25 kolaborace The Lululemon x Roksanda.....	40
Lululemon's first high-fashion collaboration—with renowned womenswear designer Roksanda Ilinčić—was unlike anything the athleisure brand had ever done before. In: Katie Bambró: kraftedspace [online]. [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: https://www.kraftedspace.com/work/roksanda-x-lululemon	
Obrázek 26 kolaborace The Lululemon x Roksanda.....	40
Lululemon's first high-fashion collaboration—with renowned womenswear designer Roksanda Ilinčić—was unlike anything the athleisure brand had ever done before. In: Katie Bambró: kraftedspace [online]. [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: https://www.kraftedspace.com/work/roksanda-x-lululemon	
Obrázek 27 kolaborace The Lululemon x Roksanda.....	41
Lululemon's first high-fashion collaboration—with renowned womenswear designer Roksanda Ilinčić—was unlike anything the athleisure brand had ever done before. In: Katie Bambró: kraftedspace [online]. [cit. 2022-05-18]. Dostupné z: https://www.kraftedspace.com/work/roksanda-x-lululemon	

SEZNAM VLASTNÍCH OBRÁZKŮ

Obrázek č. 28 Moodboard

Obrázek č. 29 První kresebné návrhy

Obrázek č. 30 První kresebné návrhy

Obrázek č. 31 První kresebné návrhy
Obrázek č. 32 První kresebné návrhy

Obrázek č. 33 První kalika

Obrázek č. 34 První kalika

Obrázek č. 35 První kalika

Obrázek č. 36 První kalika

Obrázek č. 37 Inspirační board

Obrázek č. 38 První kresebné návrhy v barvě

Obrázek č. 39 Finální návrhy a jejich barevné kombinace

Obrázek č. 40 Barevnice

Obrázek č. 41 Materiály

Obrázek č. 42 Detail prošitého vatelínu a úpletu

Obrázek č. 43 Kresebné návrhy produktové řady

Obrázek č. 44 Nákres modelu č. 1 a barvy

Obrázek č. 45 Nákres modelu č. 1 a barvy

Obrázek č. 46 Nákres modelu č. 1 a barvy

Obrázek č. 47 Nákres modelu č. 1 a barvy

Obrázek č. 48 Nákres modelu č. 1 a barvy

