

**UNIVERZITA KARLOVA**

**FAKULTA HUMANITNÍCH STUDIÍ**

Katedra genderových studií

**Mgr. Helena Psotová**

**Opakované mučení nedokonalého těla.  
Specifika cvičení ve fitness centru  
z genderové perspektivy**

*Diplomová práce*

Vedoucí práce: **Mgr. Ľubica Kobová, MA, PhD.**

Praha 2018

### **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem práci vypracovala samostatně. Všechny použité prameny a literatura byly řádně citovány. Práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 28. června 2018

Helena Psotová .....

## **Poděkování**

Na tomto místě bych ráda poděkovala vedoucí diplomové práce Mgr. Ľubici Kobové, MA, PhD. za její rady a čas, který mi věnovala. Mé díky také patří Mgr. et Mgr. Evě Píšové za její korekce textu.

## **Abstrakt**

Tato diplomová práce se zabývá fenoménem fitness z genderové perspektivy. V prostředí konkrétního fitness centra byl proveden výzkum zaměřený na prostor posilovny a jeho návštěvníky a návštěvnice. Pomocí zúčastněného pozorování a polostrukturovaných rozhovorů bylo zkoumáno, jak specifická činnost pomáhá utvářet identitu cvičících a jak se formují vztahy mezi nimi navzájem. Zároveň byl analýze podroben prostor posilovny a pravidla, podle nichž se lidé v daném prostředí chovají. Práce představuje posilovnu na jednu stranu jako prostředí, které konzervuje dominantní představy o formování maskulinit a femininit, ale na druhou stranu umožňuje cvičícím v určitých situacích nabourávat genderový řád nestereotypním chováním. Ukázalo se, že navštěvování fitness centra ovlivňuje a disciplinuje životy cvičících i mimo posilovnu.

**Klíčová slova:** fitness centrum, gender, posilování, sport, femininita, maskulinita, disciplína, tělo

## **Abstract**

This diploma thesis describes the phenomenon of fitness through the gender perspective. The research took place in the environment of a particular fitness center. The space of the gym and the visitors' behavior were observed through the participating observation and semi-structured interviews. It was explored how a specific activity helps to form the identity of the trainees and how the relationships between them are created. This thesis analysis the rules according to which people behave in the given environment of the gym. It represents the gym as an environment that preserves the dominant concepts of masculinities and femininities on the one hand, but on the other hand visitors of the gym are allowed to disrupt the gender order by non-stereotypical behavior in certain situations. It was found out that attending a fitness center affects and disciplines the lives of trainees outside the gym.

**Key Words:** gender, fitness center, body-building, sport, femininity, masculinity, discipline, body

## Obsah

1. Úvod.....	3
Poznámka k jazyku.....	5
Poznámka k pojmům.....	5
Poznámka k překladům.....	6
2. Teoretická část.....	7
2.1. Možné teoretické přístupy k fenoménu fitness.....	7
2.1.1. Fitness jako disciplinační praktika.....	8
2.1.2. Fitness a gender.....	9
2.1.3. Fitness a diskurs zdraví a hubnutí.....	16
2.1.4. Prostor fitness centra.....	19
2.1.5. Fitness a rasa a třída.....	21
2.2. Fenomén fitness jako specifický sport.....	23
2.3. Shrnutí teoretické části.....	24
3. Empirická část.....	26
3.1. Metodologie výzkumu.....	26
3.1.1. Paradigmatické zakotvení práce.....	26
3.2. Metody sběru dat.....	27
3.2.1. Zúčastněné pozorování.....	28
3.2.2. Reflexe provedeného zúčastněného pozorování.....	29
3.2.3. Polostrukturovaný rozhovor.....	32
3.2.4. Reflexe provedených polostrukturovaných rozhovorů.....	33
3.3. Metoda analýzy dat.....	36
3.3.1. Medailonky narátorů a narátorek.....	38
3.4. Vlastní analýza.....	40
3.4.1. Disciplína ve fitness centru i za jeho hranicemi.....	41
3.4.2. Klasická kulturistická čínkárna a smrad'árna.....	47
3.4.3. Konstrukce ženské identity.....	53
3.4.4. Lepší je být chlap než chcípák.....	60
3.4.5. Fitness centrum jako komerční prostor.....	67

3.4.6. Stravování, hubnutí a zdraví u cvičících.....	69
3.4.7. Limity sportu fitness (třída, gender, genetika, věk).....	74
3.5. Shrnutí empirické části .....	81
4. Závěr .....	85
Zdroje .....	86
Přílohy .....	89
Scénář rozhovoru.....	89
Informovaný souhlas s poskytnutím rozhovoru .....	92

# 1. Úvod

Do fitness centra jsem poprvé přišla zhruba před pěti lety. Následovala jsem svého průvodce po schodech dolů do stísněného suterénu. Prostor byl tmavý bez oken osvětlen několik zářivkami. Všude byl cítit pot cvičících. Úplně cizí člověk mi zpoza baru tykal. Ve fitness centru se nacházelo několik mužů, kteří cvičili na strojích a několik žen, které buď běžely na běžícím páse, nebo jely na rotopedu. I já jsem nasedla na rotoped a začala jsem ze sedla pozorovat prostředí fitness centra. Zdálo se mi, že přítomní muži zírají na ženy potící se na strojích. Někteří muži děsivě hekali při zvedání činek a můj průvodce se hlasitě smál na celé fitness centrum.

Někdy v té době jsem si uvědomila, jak zvláštní prostor fitness centrum je a záměrně jsem pozorovala různé typy chování lidí. Nápad napsat diplomovou práci o fitness centru se zrodil později v souvislosti s mým studiem na Katedře genderových studií. Problematice sportu jsem se věnovala už ve své bakalářské práci, kde jsem zkoumala „Cestu žen k fotbalu“ také z genderové perspektivy. Diplomovou práci na Katedře elektronické kultury a sémiotiky jsem zase věnovala Olympijským hrám 2016 a jejich prezentaci v médiích. V každé práci jsem alespoň minimálně tematizovala postavení ženy v prostředí sportu. Sport je považován za doménu mužů (Wellard 2009: 11, Renzetti, Curran 2003: 494). Fitness je součástí sportovního prostředí a pro mnoho lidí je to téměř každodenní součástí jejich života. Proto mě zajímalo, jak si v takovém prostředí počínají ženy. Oproti předchozím pracím se věnuji ale i maskulinitám a jejich konstrukci a hierarchizaci. K této optice mě přivedl kurz Kritických mužských studií, který jsem v rámci studia absolvovala.

Cílem mé práce je poznat prostředí fitness centra, detailně ho popsat a zároveň objevit možné nástroje konstrukce jednotlivých identit cvičících. Snažím se prozkoumat všechny možné vztahy, pravidla a procesy objevující se v prostředí konkrétní posilovny. Zároveň mě zajímá, jak moji narátoři a narátorky hodnotí a popisují svůj vztah k dané aktivitě a prostoru a jakým způsobem konstruují fenomén fitness. Hlavní výzkumnou otázku jsem si stanovila takto: Jak je konstruováno fitness a identita aktérů a aktérek z pohledu feministických teorií?

Má diplomová práce je rozdělena na teoretickou a empirickou část. V teoretické části představuji různé perspektivy, skrze něž lze pohlížet na fenomén fitness. Teorie věnující se posilování jsem rozřadila podle dvou základních os. Jednou z nich je gender.

Teorie se dělí na základě toho, jestli se vztahují k mužům nebo k ženám. Druhá osa je svoboda, která rozděluje názory autorů a autorek podle toho, jestli píšou o posilování jako o disciplinaci těla, anebo jestli cvičení chápou jako cestu k emancipaci a seberealizaci jedince. Dále představují teorie týkající se diskursu hubnutí a zdraví a v neposlední řadě se věnují fitness centru jako specifickému prostoru.

Empirická část je věnována výzkumu, který jsem provedla v konkrétním fitness centru. V kapitole představuji metodologický rámec zastřešující mou práci, který vychází z konstruktivismu a feministického výzkumu. Pro získání potřebných dat jsem zvolila kombinaci dvou výzkumných metod: zúčastněného pozorování a polostrukturovaného rozhovoru. Data jsem analyzovala a v kapitole popisuji sedm základních kategorií, které z mého výzkumu vyvstaly. Vysvětluji, jak dochází ke konstrukci maskulinit a femininit. Představuji fitness centrum jako prostor se specifickými pravidly. Ukazují, že návštěvy fitness centra podléhají disciplíně, která se šíří i za zdi konkrétní instituce. Fenomén fitness propojují s diskursem zdraví a hubnutí a definují základní limity sportu fitness.



## Poznámka k jazyku

Považuji za důležité, věnovat část své práce jazyku, kterým je psána. Při psaní práce jsem se snažila vycházet z příručky *Kultura genderově vyváženého vyjadřování* (Valdrová, Knotková-Čapková, Paclíková, 2010). Podle autorek „způsob, jak mluvíme a píšeme a jak smýšlíme o realitě, spolu souvisí“. (Valdrová, Knotková-Čapková, Paclíková, 2010: 3) Obdobně v duchu poststrukturalistických teorií nechápu jazyk jako neutrální médium, ale uvědomuji si, že jazyk tvoří to, co vnímáme. Jazyk nám pomáhá pojmenovávat fenomény vyskytující se ve světě, ohraničuje je a vlastně vyděluje od ostatních. Jazyk tedy není hodnotově neutrální, ale učí nás všimnout si určitých věcí a zároveň podle některých teoretiků a teoretiček ovlivňuje i naše myšlení. (Berger, Luckmann 1999).

Této povahy jazyka jsem si vědoma a ve své práci se snažím nereprodukovat mocenskou strukturu, která je v jazyku přítomna. Netvrdím, že se mi podařilo napsat práci, která by se vyhnula veškerým jazykovým nerovnostem, ale snažila jsem se v textu používat výrazy a slovní spojení, která nepodporují reprodukci mocenských struktur v jazyce, ale nabourávají je. Moji snahu lze především identifikovat při eliminování generického maskulina ať už použitím obou rodů množných čísel („výzkumnice a výzkumníci“) anebo slovesnými adjektivy („zkoumající“). Ženská příjmení cizího původu jsem se rozhodla nepřechylovat.

Doufám, že tímto způsobem alespoň trochu přispěji k nabourání ukotvených hierarchií v androcentrické společnosti.

## Poznámka k pojmům

V rámci textu se objevují pojmy, které je možné vykládat rozmanitými způsoby, jelikož jsou obtěžkány různými konotacemi. Pokud v práci tyto pojmy využívám, snažím se vždy vysvětlit své chápání daného slova založené na určitých teoriích a vycházející ze specifických odborných textů. Snažím se tím zabránit mystifikaci čtenáře a případnému neporozumění idejí práce.

V práci operuji s konkrétními pojmy „fitness centrum“, „posilovna“ a „tělocvična“. S těmito pojmy zacházím jako se synonymy. Obdobně tomu je u slov „cvičení“, „fitness“, „posilování“ – všechny tyto činnosti návštěvníci a návštěvnice fitness center provádějí. Možná to vychází z množství anglických textů, které s anglickými

ekvivalenty těchto pojmů operují obdobně. Pokud někde cítím potřebu použít výše zmíněné slovo v jeho nejužším významu, v textu je to řádně vysvětleno.

Pro účastnice a účastníky výzkumu používám také označení partnerek a partnerů ve výzkumu a zároveň narátorek a narátorů. Zvažovala jsem, jestli budu používat označení informátorka/informátor, ale v těchto pojmech je obsažen mocenský aspekt, který bych chtěla ve své práci v duchu feministických výzkumů eliminovat nebo alespoň minimalizovat.

## **Poznámka k překladům**

Použité citace ze zahraniční literatury jsou překládány autorkou práce.

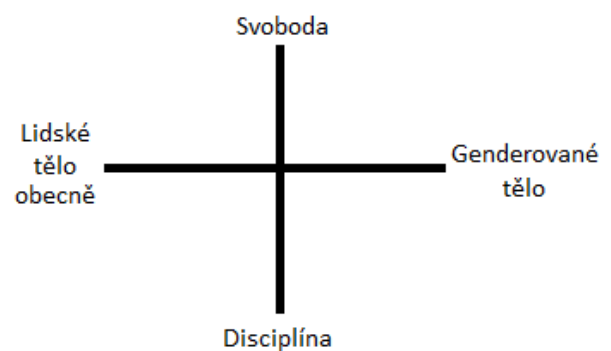
## 2. Teoretická část

V teoretické části představuji základní východiska mé diplomové práce. Definuji pojmy, s nimiž v textu pracuji a uvádím teorie týkající se fitness a genderu, o něž se má práce opírá.

### 2.1. Možné teoretické přístupy k fenoménu fitness

Níže představuji základní teorie, z nichž ve své práci vycházím. V současném stavu diskuze na poli fitness je možné identifikovat více přístupů k tomuto fenoménu. Níže popisují rozdílné linie teorií.

Zjednodušeně by se dalo říci, že teorie se liší na základě toho, jestli autoři cvičení a formování těla definují „negativně“ či „pozitivně“, tedy zdali je soustavná činnost za účelem přeměny těla chápána jako podrobování se specifickému diktátu či jako výraz svobodné vůle. Druhou osou, podle níž lze dělit dosavadní teorie je gender, tedy jestli teorie pracují obecně s lidským tělem, či ho rozlišují na mužské a ženské. Dále popisují teorie týkající se prostoru tělocvičny jako specifického sociálního prostoru definovaného pomocí v něm probíhajících interakcí. A v neposlední řadě se věnuji diskursu zdraví a hubnutí, který je s fitness bytostně spjatý.



Současné feministické teoretičky pojednávající o lidském těle se vesměs shodují na tom, že chápání lidského těla je konvencionální a odvislé od kontextu. Mnoho autorů nějakým způsobem definuje specifika moderní doby (Wood 2012; Gill, Henwood, Mclean 2005; Bartky 1997), která se odrážejí v tom, jak se utváří diskurs lidského těla (nejen v souvislosti se cvičením). Základní tradice, jež rámuje pojetí těla, vychází dle Dworkin a Wachs z křesťanského asketismu a duálního uvažování o lidském těle a mysli. (Dworkin, Wachs 2004: 611) Podle Gill, Henwood a Mclean došlo v moderní době k nárůstu individualismu a konzumerismu, což způsobuje u jedince ontologickou nejistotu. „Jedinec není definován svým postavením v sociální struktuře, nýbrž přebírá zodpovědnost za to, jaké hodnoty si sám vybere a podle nichž nadále žije a zároveň je odpovědný za formování svého těla.“ (Gill, Henwood, Mclean 2005: 40) V souladu i s paradigmatickým ukotvením práce nemám v úmyslu popsat jednu pravdivou teorii,

podle níž se budu řídit, ale v práci vycházím z představy, že pojetí lidského těla není univerzální a je ovlivněno kontextem dané doby a místa.

### 2.1.1. Fitness jako disciplinační praktika

V rámci mého výzkumu jsem si vybrala dvě linie feministických teorií souvisejících s fenoménem fitness, které tvoří základ mého bádání v oblasti fitness. První soubor teorií chápe systematické formování těla jako negativní, nedobrovolné a násilné „deformování“ těla vycházející z mocenských vztahů. Stěžejním teoretikem tohoto mnou používaného proudu je francouzský filosof Michel Foucault se svou ideou disciplinární moci. Ten ve své teorii nerozlišuje mezi muži a ženami a vztahuje se k lidskému tělu jako takovému. Zároveň se zaměřuje na fungování moci ve společnosti. Jeho myšlenky jsou pro genderová studia zcela zásadní.

V moderní společnosti totiž dochází k decentralizaci a anonymizaci moci jako takové. Foucault klade důraz na to, že moc jako nějaký samostatný fenomén neexistuje, lze ji identifikovat jen v rámci konkrétních mocenských vztahů. (Foucault 2000: 211) Zatímco v dřívějších dobách byla moc situována do rukou konkrétních osob či institucí, v současnosti je moc všude a zároveň nikde. Na příkladu Panoptikonu Foucault vysvětluje, jak dochází k internalizaci požadavků a hodnot, které jsou jedinci vštěpovány z vnějšku, a kontrola a moc se stávají neviditelnými. S panoptickým uspořádáním věznice přišel jako první anglický utilitarista Jeremy Bentham na konci 18. století. Jednalo se o stavbu s kulatým půdorysem, v jejímž středu byla umístěna kontrolní věž. Po obvodu stavby by měly být umístěny prosklené cely, v nichž by byli vězni pod permanentní kontrolou. Oproti tomu do kontrolní věže není vidět, takže vězněné osoby nevědí, jestli jsou sledovány či ne. (Tamtéž 281) Hlavním cílem panoptického uspořádání je „zavést u vězněného vědomý a nepřetržitý stav viditelnosti, který zajišťuje automatické fungování moci“ (Foucault 2000: 282). Výsledek je tedy následující. Vězněný má pocit permanentního dohledu, a tudíž se začne chovat dle vyžadovaných pravidel za každé situace, bez ohledu na to, zda je v daném okamžiku pozorován či nikoliv. Tento fenomén je tedy příznačný pro moderní společnost. Lidé žijí s vědomím svobodného člověka, ale nereflektují to, že se chovají podle zvnitřněných pravidel, která mají svůj původ vně lidí.

Podle Foucaulta moderní společnost produkuje tzv. poslušná těla, která jsou pod neustálou kontrolou jak společnosti, tak jedinců. Pohyby, gesta a postoje těla jsou disciplinována, a to skrze všudypřítomné mocenské vztahy. „Poslušné tělo je takové,

keré může být podřízeno, keré může být využito, keré může být transformováno a zdokonaleno. [...] tělo je polapeno uvnitř příliš těsných mocí, keré mu ukládají omezení, zákazy či povinnosti.“ (Tamtéž 201) Foucault na příkladu vojáka vysvětluje, jak se tělo stává pouhým objektem. Aby se člověk mohl stát ideálním vojákem, je nutné nedokonalé tělo předělat. „Z nevhodného těla je vyráběn stroj, [...] krok za krokem jsou opravovány postoje, vykalkulované donucení zasahuje pomalu každou část těla, ovládá je, podrobuje si celek [...]“ (Tamtéž 199). V rámci feministických teorií je zde možné identifikovat paralelu k vytváření ideálních mužských a ženských těl, čemuž se věnují ve své práci. Právě převážně v teoriích, keré popisují ideály ženské krásy a snahu o jejich dosahování, lze najít téměř vždy odkaz na teorii disciplinární moci Michela Foucaulta.

V duchu teorií Michela Foucaulta je nevyhnutelné chápat cvičení jako činnost, kerá není postavena na svobodném rozhodnutí, ale jako výsledek disciplinačních praktik. Tím, že ženy (a muži) cvičí a formují svá těla, přispívají k reprodukci nastaveného (patriarchálního) řádu, jenž chápe lidská těla pouze jako transformovatelné a zneužitelné objekty. Na Michela Foucaulta navazují další autorky, kterým se věnují níže, v kapitole věnované ženám a jejich vztahu k cvičení.

### 2.1.2. Fitness a gender

Gender je jednou z linií, podle keré se rozdělují teorie týkající se cvičení, posilování, fitness a sportu obecně. Tuto kapitolu jsem tedy rozčlenila do dvou do následujících oddílů. V jednom se věnují teoriím komentujícím ženy v prostředí fitness a v druhém teoriím popisujícím působení mužů v této oblasti. Primárním účelem tohoto rozdělení byla tvorba přehledného výčtu teorií, nikoliv však podporování radikálního duálního rozdělování zkoumaných jevů. Nechci zde podporovat dichotomní chápání sportovního prostředí, ale strukturou kapitoly sleduji vývoj teorií a myšlenek jednotlivých autorek a autorů. Proto se v samotném výzkumu budu snažit aplikovat specifické koncepty i na druhé gender, než pro keré byly koncepty vykonstruovány (pokud to bude vhodné a užitečné), a tím se budu snažit vybudovanou dichotomií alespoň částečně narušit.

#### 2.1.2.1. Fitness a femininita

Teorie věnující se ženskému tělu a cvičení se tedy dělí podle „osy svobody“, tedy do jaké míry ženy cvičí, aby splnily určité požadavky, keré jsou na ně kladené

zvnějšku, a jsou nesvobodné, a jak moc je cvičení výrazem jejich svobodné vůle a řekněme emancipace. Tyto dva směry popisují níže v rámci této podkapitoly.

Nejvýraznější představitelkou proudu, který definuje cvičení jako výraz nesvobody a podřízení je americká autorka Naomi Wolf. Wolf píše v 90. letech 20. století v USA tedy po druhé vlně feminismu a svým textem reflektuje situaci, v níž dochází k jisté konzervativní reakci vůči dosavadním výdobytkům feminismu. Podle ní dochází skrze požadování určitého ženského vzhledu ke společenské kontrole v minulosti emancipovaných žen. Tak jsou ženy ovládány a permanentně je v nich vyvoláván pocit nedokonalosti, aby zůstaly slabé a pod nadvládou mužů. (Wolf 2000) Wolf se snaží dokázat, že neexistuje univerzální ideál krásy a vše záleží na dané kultuře, místě a času. „Krása není ani výlučně ženská záležitost [...] V nigerijském kmeni Vodábců mají ekonomickou moc v rukách ženy a celý kmen je posedlý mužskou krásou: Muži spolu tráví hodiny při promyšleném líčení a potom – vyzývavě namalovaní a oblečení, vlníc boky a svádívým pohledem – soutěží v krásě, přičemž je posuzují ženy. Pro mýtus krásy neexistuje žádné legitimní historické nebo biologické odůvodnění. Jeho dnešní působení na ženy je výsledkem málo ušlechtilých potřeb současné mocenské struktury, ekonomiky a kultury zesílit protiútok vůči ženám.“ (Wolf 2000: 15) Stanovení ideálu krásy lze tedy vnímat jako politický akt, kde „politický“ je myšleno ve smyslu „přerozdělovací moc“. V rámci prostředí fitness centra lze zkoumat, jaké jsou oficiálně prezentované ideály krásy konkrétní instituce, tedy jaké vizuální vyobrazení lze pozorovat v prostorách fitness centra. Dále je možné diskutovat ideál krásy s návštěvnicemi i návštěvníky posilovny a zkoumat, jaké reálné dopady vyvolávají konkrétní představy a chápání ideálu krásy.

Australská profesorka kulturních studií Tara Brabazon v souladu s myšlenkami Naomi Wolf upozorňuje na to, že média záměrně pomáhají budovat obraz slabé ženy. Ženský sport stejně jako obraz silné ženy sportovkyně je v médiích neviditelný. Tímto způsobem dochází k tomu, že ženy jsou udržovány v submisivním podřízeném postavení, které umožňuje kontrolovat jejich životy. (Brabazon 2006: 76–78) I samotná Naomi Wolf chápe média (například ženské časopisy) jako klíčové komponenty pro tvorbu ideologie ženské krásy. Ženské časopisy se snaží svým čtenářkám zalíbit „snovým jazykem meritokracie („získejte tělo, jaké si zasloužíte“, „úžasná postava nepřichází bez námahy“), vyvolávají v nich podnikatelského ducha („vytěžte maximum ze svého přirozeného majetku“), stejně jako pocit absolutní osobní zodpovědnosti za

rozměry svého těla a stárnutí („podoba vašeho těla je jen ve vašich rukách“). (Wolf 2000: 33) Wolf mluví o transformaci myšlení žen, která bude završená, až se prostřednictvím této rétoriky „podaří změnit mysl žen, aby svoje tužby a sebeúctu upravily podle diskriminačních požadavků [...] a ze selhání systému obviňovaly samy sebe“. (Tamtéž 34)

Z těchto teorií je patrné, že ve společnosti existují určité tendence ovládat a kontrolovat těla žen. Podle Julie Wood i mužské formování těla podléhá dominantním ideálům krásy. Lidské tělo (jak mužské, tak ženské) se stává pouhým objektem, který je určen k tomu, aby byl pozorován. (Wood 2012: 147-153) Výše zmiňované teoretičky definují systémové zacházení s ženským a mužským tělem odděleně.

Na Foucaultovu teorii produkce poslušných těl navazuje americká feministická filosofka Sandra Lee Bartky ve svém článku *Foucault, femininity, and the modernization of patriarchal power*. Bartky upozorňuje na to, že Foucault v teorii opomíjí, že ženské tělo prochází jinou zkušeností než mužské. Vyprodukovaná ženská těla jsou mnohem více poslušná. Bartky se již nevěnuje univerzálnímu lidskému tělu jako Foucault, ale zaměřuje se na produkci těla femininního. Ženské tělo je tvořeno specifickými znaky a praktikami, které se liší v závislosti na době a kultuře. (Bartky 1997: 96) V době, kdy Bartky psala svůj článek, převládal určitý ideál krásy, kterému se ženy snažili přiblížit pomocí držení diet, nanášení vrstev make-upu, sportování či holení různých částí těla. To by se dalo označit za jakési vědomé formování vlastního těla. Vzhledem k tématu fitness je důležité zmínit části jejího článku věnující se cvičení a držení diet. Z výzkumu, který Bartky v článku cituje, vyplývá, že mnohem větší množství žen, než mužů se trápí s tím, jak vypadají, navštěvují výživové poradce a myslí si, že jsou tlusté, ačkoliv jejich okolí si to o nich nemyslí. Ženy se snaží redukovat rozmanitost těl a tváří na jeden požadovaný ideál prostřednictvím cvičení a úpravy stravovacích návyků. (Tamtéž 98) Na druhé straně Bartky popisuje takové praktiky, které nejsou vědomé, jako je styl chůze, postoj těla nebo typ gestikulace či modulace hlasu. Ženské tělo je tvořeno oproti mužskému kolosální disciplinací všech jeho částí. (Tamtéž 97-103) Bezpodmínečná nutnost znalosti těchto praktik nás nutí myslet si, že ženské tělo samo o sobě není dokonalé. Nedodržování disciplinačních praktik vedoucích k transformaci nedostatečného ženského těla je trestáno. (Tamtéž 103) Bartky píše o tom, že neexistuje velké množství oficiálně stanovených sankcí, ale ženy trestají samy sebe minimálně pocitem hanby, pokud nejsou dostatečně femininní.

(Tamtéž 98) Vnitřní stud je ideálním příkladem zvnitřnění požadovaných hodnot, jak jsem psala výše v rámci Foucaultovy teorie. „Kontrola podřízení žen probíhá skrze jejich tělo [...] ženy se musí snažit přiblížit vizuálnímu ideálu krásy.“ (Tamtéž 105) Podle Bartky se jedná o zcela novou formu dominance, která se vyznačuje anonymizovanou a rozptýlenou mocí. Ženy neustále kontrolují samy sebe, aby moc nejedly, aby nebyly rozcuchané atd., a tak dělají samy sobě bachařku. Tato nová forma moci je podle Bartky podmíněna individualismem (Tamtéž 106). Individualismus je zde nutné chápat jako tendenci jedince tvořit svou identitu a sebepojetí ne na základě příslušnosti k nějaké skupině, tedy na základě sdílení nějaké kolektivní identity, ale na základě individuality. V moderní době se každý člověk chápe jako individuum a osobnost zodpovědná sama za sebe.

Obdobně o tom píše i Foucault jako o souběžné individualizaci a totalizaci mocenských vztahů (Foucault 2000: 344). Aby na jedince mohla moc působit, je nutné, aby chápal sebe sama jako individuum zodpovědné za svůj život. Potom je možné vybudit jedince k nějaké aktivitě nebo mu naopak něco zakázat. Kdyby žil odevzdaně, bez pocitu vlastní kompetence a sebeuvědomění, nebylo by na něj možné uplatňovat mocenské tlaky. V tom vidí Foucault onu individualizaci, ve schopnosti uvažovat o sobě samém jako o svébytném a svéprávném individuu. Totalizaci mocenských vztahů lze vysvětlit jako všudypřítomnou moc. Z mocenské struktury se nelze vyvázat, jsme její součástí od té doby, kdy dojde ke zformování individuální identity, právě již v této identitě je moc implicitně přítomna.

V reakci na výše zmíněný proud teorií vznikly mnohé studie, které se snaží dokázat, že cvičení jako specifická aktivita může být výrazem svobodné vůle a může mít pozitivní dopad na osobnosti cvičících, a to především ve spojitosti s ženským tělem. Tara Brabazon se v článku *Fitness is a feminist issue* snaží nabídnout nové perspektivy, jak přistupovat k ženskému cvičení. Svou studii věnovala aerobiku jako sportu, kterého se účastní převážně ženy. Brabazon sice vychází ze starších teorií jako je Wolf (2000), podle níž by bylo možné ženy cvičící aerobik označit za armádu poslušných těl (Brabazon 2006: 68), ale zcela s ní nesouhlasí. Podle Brabazon je ženský sport neviditelný, a zatímco sportování mužů je oceňováno a podporováno, sportování žen je medikalizováno. U žen je cvičení často spjato i s hubnutím. Aerobik jako specificky ženská záležitost, je v rámci široké veřejnosti přehlížen a trivializován. A stejně tak v ní převládá představa, že tlustý člověk nemůže být zdravý. (Tamtéž 66-68) Tyto



stereotypy se snaží Brabazon vyvrátit i pomocí myšlenek a výzkumů dalších teoretiků a teoretiček. Tvrdí, že žena díky cvičení opouští prostor, který jí byl vyhrazen. Opouští domácí sféru a přesouvá se do veřejného prostoru. Velké silné ženy nabourávají společenské stereotypy o tom, že žena by měla být křehká a slabá. Fitness centrum nebo tělocvična skýtají prostor, kde se ženy mohou setkat, kolektivně si povídat, smát se, potit se a získávat tak nové zkušenosti a vytvářet nové narativy ženství. (Tamtéž 77-78) „Aerobik a kolektivní cvičení nabízí specificky ženský prostor či hnutí vzdálené od mužů a maskulinity.“ (Brabazon 2006: 79) Tímto způsobem lze chápat cvičení a fitness jako činnost, která přispívá k vytváření nového diskursu ženství. Ženství, které není slabé, jemné, křehké a malé, ale ženství, které je silné, velké, nebojácné a sebevědomé.

Nejen feministické autorky hovoří o blahodárném účinku cvičení na osobnost. V knize *Pojetí vlastního těla – zdraví, zdatnost, vzhled* popisují pedagožka a socioložka sportu Ludmila Fialová a psycholog František Krch, jak pohybová aktivita jedince může odstranit pocit vlastní bezmocnosti a buduje pocit sebedůvěry a posiluje uvědomění si svých kompetencí. (Fialová, Krch 2012) V obdobném duchu popisuje cvičení i kanadská filosofka Cressida Heyes v článku *Foucault goes to weight watchers*. Heyes v článku popisuje výzkum prováděný formou zúčastněného pozorování v rámci skupiny Weight watchers, což je komerční program na hubnutí v USA. Autorka nabízí novou perspektivu, skrze niž lze nahlížet na praktiky spojované s hubnutím, jako na činnosti, které posilují ženské osobnosti a dávají jim pocit vlastní kompetence. Ženám tak otvírají nové možnosti například legitimizované péče o sebe samé, aniž by nutně musely dosáhnout poslušnosti těla. (Heyes 2006)

#### **2.1.2.2. Fitness a maskulinita**

V této kapitole vysvětlím nejrůznější teorie popisující formování identity mužů v oblasti sportu. Mužské působení v oblasti fitness lze obdobně jako to ženské vykládat v duchu foucaultovské disciplinační moci. Nejčastěji jsou teorie popisující muže v oblasti sportu zaměřeny na konstrukci maskulinit, formování nejrůznějších hierarchií a pojetí vlastního těla.

Britský teoretik sportu a kulturistiky Ian Wellard se ve své knize *Masculinities, sport and the body* snaží odhalit, jakým způsobem je konstruována maskulinita, mužská sexualita a mužské tělo skrze specifické sportovní praktiky a narativy. (Wellard 2009) Wellard klade důraz na studium historie sportu, protože díky tomu je patrné, jak dochází

k proměnám maskulinit v závislosti na různých časových obdobích. „V posledních desetiletích došlo ke změně ideálu muže – svalovec v dobré fyzické kondici – lze to dokázat například na filmech s Arnoldem Schwarzeneggerem anebo s Jamesem Bondem.“ (Wellard 2009: 12) Tímto způsobem se snaží Wellard obhájit relativitu maskulinity a dokázat její kontextuálnost.

Wellard tvrdí, že v současném mainstreamovém sportu převládá jedna verze maskulinity. V prostředí současné sportovní praxe je vystavována tradiční maskulinita – soutěživost, agresivita, tvrdost a odolnost, to jsou hodnoty považované za normální. (Tamtéž 14) Podle Connell by bylo možné označit takovou převládající maskulinitu za hegemonní, ta je sice dominantní, ale vždy je závislá na čase a prostoru, v němž dochází ke konstrukci maskulinit (Connell 2005: 76). Sport je prostředí, v němž tradičně dochází k vyjednávání maskulinit. Při definování mužské identity je tělo zcela klíčovým prvkem. Další důležitou složkou je neustálé vymezování se vůči takovému chování, které by mohlo být považováno za zženštilé a slabošské. (Wellard 2009: 15–16) „V prostředí sportu je hegemonní maskulinita demonstrována takovými prvky, které reprezentují sílu a moc: vyvinuté svaly, vysoká postava, agresivní chování. [...] znaky slabosti jsou maskovány, zakrývány či bagatelizovány. [...] Slabost je spojována se sportováním žen, gayů a hendikepovaných lidí.“ (Connell 1995: 78) Domnívám se, že v rámci konkrétního fitness centra je možné identifikovat převládající představu hegemonní maskulinity, kterou budou jeho návštěvníci sdílet. Neustálou reprodukcí hegemonní maskulinity dochází k legitimizaci současného stavu sportovního prostředí, tedy stavu, v němž jsou ženy chápány jako méně vhodné pro sport a podřízené sportování mužů. Tato situace se pak odráží v reálné praxi v rámci konkrétních sportovních institucí anebo například v prezentaci sportu prostřednictvím médií.

Christopher Matthews na základě dvouletého výzkumu v prostředí posilovny a boxerské tělocvičny chápe a popisuje sport jako fenomén, který slouží k konzervování maskulinity (Matthews 2016: 313). Podle britského sociologa sportu a teoretika genderu a sexuality by se mohlo zdát, že s přibýváním žen, gayů a hendikepovaných v oblasti sportu budou podkopávány původní základy mužství konzervovaného sportem, ale není tomu tak (Tamtéž 314). „Sport nabízí místo pro opakovanou demonstraci síly mužů.“ (Tamtéž 318) V prostoru tělocvičen a fitness center „dochází k zachování a konzervování mužství“ (Tamtéž 322) a s ním symbolicky spjatého patriarchy (Tamtéž 318). Například i „uspořádání tělocvičny

a rozmístění strojů kopíruje takové nastavení, kdy muži cvičí v centru a ženy na periférii“ (Tamtéž 322). Matthews tedy tvrdí, že současné tělocvičny konzervují mužství spojované s násilím a agresivitou. Tato teorie předpokládá existenci více druhů maskulinit, které jsou uspořádány do hierarchie, jak o tom píše Connell (2005: 77). Z toho tedy vyplývá, že ve fitness centru by mělo být možné pozorovat projevy různých druhů maskulinit a ty by měly být tříditelné do hierarchické struktury.

Zranění a bolest jsou dva fenomény, které jsou bytostně spjaty s mužským tělem. Skrze sport se stávají běžnou součástí mužského života. „Účast na násilných sportech, kde hrozí zranění, posiluje a naturalizuje pojetí maskulinity jako fyzické dominance.“ (Wellard 2009: 15) Sportovní zranění jsou chápána dvojím způsobem. Za prvé jsou vnímána jako jizvy z bitev, tedy zvedají prestiž závodníka. „Tyto znaky se přenáší i mimo sportovní prostředí, kde zraněný sportovec působí hrdinským dojmem.“ (Tamtéž 15) Na druhé straně je zranění chápáno jako selhání a něco, co brání demonstrovat maskulinitu. Bolest je v duchu maskulinity nutné zakrývat všemožnými způsoby. (Tamtéž 15)

Obdobně jako některé autorky interpretují ženské sportování jako výraz svobodné vůle, posilování pocitu kompetence či projev emancipace, existují teorie, podle nichž je i mužům v rámci sportu umožněno překračovat hranice stereotypních projevů genderové role muže. Wellard uvádí studii De Garise, který zkoumal posilovny a boxery v USA. Podle tohoto výzkumu „se posilovna stává pro boxery bezpečným prostředím a oni zde vyjadřují své pocity a chovají se intimně. [...] Posilovna je totiž v diskursu vnímána jako silně maskulinní, což eliminuje obvinění ze slabosti či ženskosti“. (Wellard 2009: 16) V rámci sportu spolu muži navazují různé vztahy, mohou spolu sdílet větší množství osobních emocí než v normálním životě. Potvrzuje to myšlenku, že „muži nejsou schopni projevovat své emoce, dokud napřed nepodají důkaz o tom, jak jsou mužní“ (Tamtéž 17). V rámci posiloven a tělocvičen může docházet do určité míry k nabourávání genderově stereotypních představ. Muži neustále vyjednávají své pozice a jejich puzení zakrývat femininní chování a projevy slabosti jen dokazuje, jak silnému tlaku jsou vystavováni při fungování v dnešní společnosti.

Na Foucaulta a jeho disciplinační moc navazuje Juha Heikkala. V oblasti profesionálního sportu je produkce disciplinovaných těl zcela evidentní. Tělo nemusí být kontrolováno jen skrze vnější autority, ale může být formováno podle interních autorit. (Heikkala 1993: 401) Tak například i pocit viny či špatné svědomí může být

normalizačním nástrojem. (Tamtéž 401) Vzhledem k tomu, že i běžní lidé, kteří dělají sport na amatérské úrovni, mají jisté pocity a mravní postoje, je možné vztahovat tento koncept i na amatérský sport. I v teoriích věnovaným mužům je možné nalézt zastánce Foucaultova přístupu, a tedy takového názoru, že navštěvování fitness centra a posilování představuje podlehnutí autoritám, které na jedince vyvíjí nátlak.

### 2.1.3. Fitness a diskurs zdraví a hubnutí

Výše jsem už několikrát navázala na to, že diskurs cvičení a fitness bývá často spojován s diskursem zdraví a hubnutí. Například v rámci odborných publikací je možné pozorovat tendence spojování cvičení a zdraví do stejných kapitol. Fenomén hubnutí je pro mou práci důležitý z hlediska budování hranic normálnosti a chápání vlastního těla cvičících.

Značné množství teorií se v návaznosti na kult ženské krásy věnuje problematice hubnutí u žen. Kniha od americké antropoložky Mimi Nichter popisuje konkrétní zkušenosti žen posedlých svým vzhledem. Dívky a ženy jsou posedlé větou „Jsem tlustá“ a drží drastické diety, aby se přiblížily vysněnému ideálu krásy. (Nichter 1994) „Podle feministických kritiček je to zejména ‚tlusté‘ ženské tělo, které je konstruováno jako místo nemorálního excesu, lenosti, nemotornosti, nedostatku sebekontroly či absence sexuální přitažlivosti, a které vyvolává odpor.“ (Appeltová 2016: 22) S odkazem na Naomi Wolf a její *Mýtus krásy* Nichter přichází s tím, že ženy mají mezi sebou ustavené hierarchie na základě vzhledu a především štíhlosti. (Nichter 1994) Pro dospívající dívky z výzkumu Nichter je klíčovým prvkem konstrukce jejich identity štíhlost a následně pocíťovaná atraktivnost. Snahu zhubnout lze interpretovat jako další výraz nesvobody a podléhání tlaku, který je na ženy vyvíjen. Je otázkou, do jaké míry mají mezi sebou návštěvníci a návštěvnice fitness centra určité hierarchie na základě hubenosti.

Některé studie odhalily „propojení lékařské komunity se zeštíhlovacím průmyslem a ekonomický zisk vyplývající z udržování hrozby epidemie obezity. Ve hře jsou miliardy vynaložené na kampaně veřejného zdraví, moc spojená s pojmenováváním a určováním hranic normality a definováním rámce pro individuální prožívání tělesnosti.“ (Appeltová 2016: 16) Tara Brabazon upozorňuje na to, že hubnutí je výhodný obchod pro všechny zúčastněné, a proto téměř všechny instituce a společnosti tento trend podporují. (Brabazon 2006: 73)

Shrnutí vývoje diskursu obezity v českém prostředí nabízí právě výše citovaná Michaela Appeltová, která tvrdí, že v 50. letech v Československu se „tloušťka“ stala předmětem celonárodní diskuse. Postupně se proměnilo rámování fenoménu obezity jako „problému“ moderního způsobu života a civilizační nemoci. (Appeltová 2016: 15) Je nutné si uvědomit, že obezitu nelze chápat neutrálně, ale v duchu konstruktivistických teorií chápů tento fenomén kontextuálně. Vnímání obezity širokou veřejností v České republice je podmíněné specifickými událostmi z minulosti a je ovlivněno kulturním přenosem. „Feministické studie [...] upozornily na stigmatizaci ‚tloušťky‘ a na způsoby, jimiž kráslicí průmysl udržuje ženy, a se stoupající intenzitou také muže, v permanentní ‚válce‘ se svými těly.“ (Tamtéž 16) Appeltová dále poukazuje na to, že v rámci komunity lékařů a lékařek byla „nadměrná“ tělesná váha definována nejednotně, což dokazuje relativitu „obezity“. Zároveň je nutné lékařský diskurs vnímat ne jako popisující, nýbrž produkující vědění. (Tamtéž 17) Tara Brabazon se také snaží odhalit konstrukce vyplývající z medicínského diskursu, který nám tvrdí, že zdraví a váha jsou spolu neoddělitelně propojeny. (Brabazon 2006: 72) Prostřednictvím idealizovaných obrazů modelek prezentovaných v médiích je vyvíjen tlak na ženy, který ústí v představě, že pouze hubená žena je zdravá a pouze hubená žena může být šťastná (Tamtéž 72). Propojení diskursu zdraví a fitness zachází tak daleko, že ženy jsou v různých časopisech vybízeny k tomu, aby své děti využívaly jako činky a cvičily s nimi každý den. (Dworkin, Wachs 2004: 619) Obsahová analýza časopisů a knih věnujících se mateřství, kterou provedly Dworkin a Wachs, jen potvrzuje současný trend přehnaného tlaku na atraktivní vzhled žen. Z magazínů vyplývá, že i ženy těhotné musí cvičit a musí být fit, ale ne pro zdraví matky a dítěte, nýbrž pro to, aby se žena po porodu dostala co nejdříve do kondice a mohla se vrátit zpět do práce. Těhotné tělo je chápáno jako neposlušné a je nutné ho zkrotit. (Tamtéž 617) Dworkin a Wachs v případě diskursu těhotenství a zdraví nechápu cvičení jako emancipační záležitost, ale v duchu Foucaultovy teorie jako disciplinování lidských těl.

Appeltová dále upozorňuje na fakt, že v rámci odborné lékařské a ideologické debaty v poválečném Československu došlo k propojení tělesných proporcí a váhy nejen se zdravím jedince, ale také s jeho morálkou. „Nekontrolované tělo je sdělením o nekontrolované morálce.“ (Appeltová 2016: 19) Tak tedy specifickému fyzickému vzhledu začaly být přisuzovány specifické psychické vlastnosti. V některých případech byla tlustým lidem připisována nezodpovědnost nebo dokonce slaboduchost.

„Konstrukce obezity jako fyzického a psychického byla všudypřítomná.“ (Tamtéž 19) Samozřejmě to souviselo s celospolečenským nastavením, kdy hlavním cílem veškerého jednání měla být zdravá populace jako výraz dobře fungující a prosperující socialistické společnosti, ale stanovené chápání obezity a kult štíhlého těla přetrvaly až do dnes. „Morální panika, vyvolaná před více než padesáti lety, trvá dál.“ (Tamtéž 23) Jak definují „tloušťku“ návštěvníci a návštěvnice fitness centra, sdílejí stejné představy o ideální postavě jako většinová společnost – to jsou další otázky do mého výzkumu.

Zajímavá a pro můj výzkum vhodná diskuze se rozvinula okolo odlišného chování v souvislosti se zdravím. Každý člověk má určitou sadu představ a chování, které nějak souvisí s jeho zdravím a zároveň s budováním jeho identity. Will Courtenay se zaměřuje především na studium maskulinit ovlivňující zdraví mužů, ale trefně popisuje situaci i u žen. Courtenay shrnuje fakta týkající se populace v Severní Americe vycházející ze statistik: muži umírají v průměru o 7 let dříve než ženy, jsou více nemocní, méně chodí k doktorům, mají vyšší sebevražedné sklony než ženy. (Courtenay 2000: 1385-1386) Dlouhověkost a celkové zdraví lidí je ovlivněno různými faktory: genderem, třídní příslušností, etnicitou, přístupem ke zdravotní péči atd. Například v USA jsou na tom obecně Afroameričané v otázce zdraví hůře než Euroameričané, ale v rámci této „třídy“ jsou na tom hůře muži – těm hrozí infarkt dva krát více než ženám. (Tamtéž 1386) Gender je tedy klíčovým faktorem, který rozhoduje o zdraví jedinců a dochází k tomu skrze osvojování specifických představ a vzorců chování spojených s projevem maskulinity či femininity. (Tamtéž 1388) Ženy mají osvojené zdravější způsoby chování – chodí k lékařům a lékařkám, mají tendenci zdravě jíst, cvičit a brát třeba i nějaké vitamíny. Chování definované v dnešní společnosti jako zdraví prospěšné je feminizované. (Tamtéž 1386, 1395) „Ve jménu demonstrace správné maskulinity si chlapci a muži osvojují nezdravé návyky a zdraví škodlivá přesvědčení.“ (Tamtéž 1397) Muži například častěji kouří, požívají alkoholické nápoje a jiné návykové látky, nepoutají se za volantem, riskantně řídí, vyhýbají se návštěvám lékařských institucí, nepřiznávají si stres a deprese, nebo se nemažou krémem na opalování. (Tamtéž 1386-1396) Mužům, kteří nějakým způsobem nabourávají stereotypní představy o „správném“ mužství – jedí zdravě, chodí na lékařské prohlídky, nepijí alkohol – hrozí, že jejich chování bude označeno za femininní a tím pádem bude ohrožen jejich status „pravého“ muže. (Tamtéž 1392-1394) Courtenay ve svém článku odhaluje princip budování maskulinity skrze specifické názory a chování. Zdraví

škodlivá přesvědčení a chování, které si muži osvojují, nejsou jen výsledkem a demonstrací ztotožněním s určitým typem maskulinity, ale zároveň jsou to faktory, které se na tvorbě maskulinit aktivně podílejí. Mužské tělo je definované jako vzor – silné, zdravé, lepší než ženské – ale tato definice je politikum, které má legitimizovat nadřazené postavení mužů ve společnosti. (Tamtéž 1395-1396) Podle Courtenay si i „ženy mohou také osvojit zdraví škodlivé chování a přesvědčení, aby demonstrovaly svou femininitu, například v případě nezdravého držení diet, ale primární vzorce femininního chování a myšlení jsou nastavené jako zdraví prospěšné na rozdíl od mužů“ (2000: 1397). V mém výzkumu se zaměřím na vztah cvičících ke zdraví a jejich definování zdraví prospěšného chování. Budu pozorovat, jak zmiňované koncepty fungují v prostředí tělocvičny.

#### 2.1.4. Prostor fitness centra

S cvičením, posilováním a fitness je spjat specifický typ prostoru. Tělocvičny, posilovny, speciální sály nebo fitness centra jsou podmínkou pro uskutečňování výše zmiňovaných fyzických aktivit. Vzhledem k tomu, že se v jejich prostorách střetávají lidi, jedná se o sociální prostředí, v němž vznikají různé vztahy. Anglický sociolog Christopher Matthews věnoval jeden ze svých výzkumů zachování maskulinity skrze box a posilování. Výsledky výzkumu prezentuje v článku *The tyranny of the male preserve* a mimo jiné v něm definuje i prostor tělocvičny. Tvrdí, že prostor je tvořen sociálními vazbami. „Sociální procesy, interakce a diskursy formují povahu prostoru. [...] Prostory je nutné chápat jako politické a sociální a to z toho hlediska, že zahrnují nerovné mocenské vztahy a hierarchie.“ (Matthews 2016: 316) S odkazem na francouzského sociologa a filosofa Henri Lefebvrea Matthews popisuje, že není možné oddělit prostor od společnosti, tedy „nelze ani myslet něco jako před-sociální prostor“ (Tamtéž 316), který by byl přirozený a čistý ve smyslu neovlivněný kulturou. „Prostor není jen prostředím, kde se odehrávají vztahy, ale prostor je udržován a produkován mocenskými vztahy.“ (Tamtéž 317) V tomto duchu hodlám pohlížet na mnou zvolený prostor konkrétního fitness centra, které je utvářené sociálními vazbami mezi jeho návštěvníky a návštěvnicemi a obsluhou posilovny.

Americká antropoložka Laura Spielvogel popisuje svůj výzkum v článku *The discipline of space in Japanese fitness club*. Třináct měsíců pozorovala dvě fitness centra v Tokyu a snažila se charakterizovat specifika daného prostoru. Spielvogel tvrdí, že samotný prostor je vysoce hierarchizovaný. Návštěvníci a návštěvnice se po fitness

centru mohou pohybovat jen určitým způsobem a nemohou například vstupovat do všech místností. Dále autorka popisuje několik dalších aspektů jako je otevřenost prostoru a nadměrné množství zrcadel umístěných kolem cvičebních strojů. Tak mohou cvičící kontrolovat nejen sami sebe ale i ostatní ve fitness centru. (Spielvogel 2002)

Italská socioložka Roberta Sassatelli pohlíží na fitness centrum jako svébytnou realitu, která má svá pravidla. (Sassatelli 1999: 228) Sassatelli provedla případovou studii dvou italských fitness center, kdy daný prostor pravidelně navštěvovala a vedla formální a neformální rozhovory s cvičícími. Při interpretaci data čerpala z teorií Ervinga Goffmana, amerického sociologa, jenž se zabýval sociálními interakcemi a věnoval se tzv. dramaturgickému přístupu, který se v práci Sassatelli značně odráží. „Vystupování ve fitness centru je vlastně hra, která má svá pravidla. Základní interakce jsou kombinací verbálních a tělesných projevů.“ (Tamtéž 233) V rámci této hry například lidé, co cvičí na strojích, definují svým výrazem, že se jedná o činnost cvičení. Ujišťují tak své okolí, že skutečně cvičí a přispívají k určité představě o cvičení. Oproti tomu, když mají lidé pauzu mezi cvičením a přechází mezi stroji, tak se tváří lhostejně a neurčitě, a tímto způsobem zase definují a přímo ztělesňují fakt, že mají pauzu mezi cvičením. (Tamtéž 234) Tělesné projevy podléhají specifickému rámci zastřešující instituci fitness centra, ale zároveň ho neustále utvářejí, reprodukují a redefinují. Podle Matthewse „každodenní rutina umožňuje, že nějaké tabuizované chování se stává na daném místě chováním logickým a přípustným“ (Matthews 2016: 327).

„Fitness centrum je prostor, v němž je vyjednáváno široké spektrum významů a identit.“ (Sassatelli 1999: 228) Sassatelli neustále zdůrazňuje procesualnost daného fenoménu. Tedy to, že identity, vhodné chování či ideály jsou v rámci fitness centra nejen reprodukovány, ale jsou neustále vyjednávány a utvářeny. Od Goffmana Sassatelli přebírá pojem rámec a vysvětluje, že jistý rámec zastřešuje veškeré interakce v rámci tělocvičny. (Tamtéž 228) Rámec určuje takové interakce, které jsou ve fitness centru přípustné a vhodné. „Pokud by se někdo obdobným způsobem choval mimo prostor fitness centra, jeho chování by mohlo být považováno za značně výstřední až podivné.“ (Tamtéž 229)

Obdobně jako interakce mezi návštěvníky tělocvičny podléhá specifickému rámci i rozvržení prostoru. Cvičící se v něm pohybují podle daných pravidel. Fitness centrum je rozčleněno do různých částí, místností a oblastí, které odpovídají potřebám



návštěvníků a návštěvnic. Obdobně jako je tomu u mnou zkoumaného fitness centra, Sassatelli popisuje rozdělení na sály, v nichž probíhají kolektivní hodiny (aerobik jóga, bojové sporty) a prostory se stroji na cvičení, kde lidé individuálně posilují. Speciální pozornost Sassatelli věnuje šatnám, místům, které slouží jako přechod mezi vnější realitou a světem fitness centra. (Sassatelli 1999: 230) Šatna umožňuje lidem přejít ze světa každodenních starostí a povinností do světa, kde se mohou soustředit jen na cvičení a s ním spojené požadavky. Zajímavostí je, že rozdělení na mužské a ženské šatny kopíruje nastavení externího světa. (Tamtéž 231)

Organizován je nejen prostor ale i čas trávený ve fitness centru. Každá návštěva má svůj začátek a konec. Posilování na jednotlivých strojích je tříděno do sérií a ty jsou prokládány pocházením po prostoru fitness centra. V rámci těchto pauz dochází mezi cvičícími k nejrůznějším interakcím. (Tamtéž 238) Sassatelli upozorňuje na fenomén, který nazývá management pohledů. Cvičící mají jasně definované možnosti jak a kam se během cvičení koukat. U kolektivních lekcí všichni koukají na trenéra či trenérku, podle nichž opakují pohyby. Obdobně jako Spielvogel upozorňuje Sassatelli na fakt, že při posilování na strojích jsou cvičící obklopeni zrcadly, v nichž by na sebe měli dívat, aby se ujistili, že provádí cviky správně. Zároveň cvičící pokukují i po ostatních ve fitness centru, ale vyhýbají se přímému očnímu kontaktu. Toto koukání do zrcadel a pokukování po ostatních, pak mají návštěvníci a návštěvnice neustále tendenci ospravedlňovat ve jménu správného cvičení či okoukávání techniky. Takové pohledy jsou přijatelné ba dokonce žádoucí. (Tamtéž 237) Tendence ospravedlňovat směr pohledu při cvičení poukazuje na to, jak velký tlak na „správné dívání se“ je vyvíjen na člověka mimo fitness centrum. (Tamtéž 239)

### **2.1.5. Fitness a rasa a třída**

Některé teoretičky a teoretikové upozorňují na fakt, že fitness a formování těla je nutné chápat nejen v kontextu genderu, ale i třídy či rasy. Wellard upozorňuje na to, že zkoumání sportu bylo vždy spojeno právě s třídními aspekty. Sport byl dříve chápán jako výraz specifických hodnot určité třídy. Perspektiva genderu a sexuality byla dlouho přehlížena. (Wellard 2009: 11) Třidu a rasu tedy můžeme vnímat jako další osu, podle níž lze dělit existující teorie. Proto jsem se rozhodla umístit do práce tuto podkapitolu. Některé třídní či rasové aspekty jsem načrtla již v kapitolách výše, u teorií tříděných podle genderu, protože jsem je chápala jako klíčové pro pochopení jiných konceptů. Tato kapitola není vyčerpávajícím výčtem možných teorií z této oblasti. Snažím se zde

pouze naznačit další možnou perspektivu a rozšířit tak určitý rámec mé práce, abych nepsala práci pouze v úzkém výřezu specifických teorií, což by pak mohlo vést ke zkreslení výsledných zjištění.

Brabazon píše o tom, že ne všichni lidé mají čas, chuť a peníze využívat služby posiloven. Uvádí rozdíl mezi střední třídou a nižší pracující třídou. Lidé z pracující třídy nemají čas ani peníze na to chodit do fitness centra, celý den pracují rukama, takže nějaké posilování je pro ně zcela zbytečné. Oproti tomu střední třída značně využívá fitness centra v době svého volného času. Posilování u nich nahrazuje fyzickou aktivitu, kterou má nižší třída zajištěnou v rámci povolání. Zároveň pouze lidé dostatečně finančně movití mají čas zabývat se tím, jestli jsou atraktivní či nikoliv, jaký je jejich jídelníček a jestli „žijí zdravě“. (Brabazon 2006: 71-72) Sassatelli definuje prostor fitness centra jako částečně otevřený ale i uzavřený zároveň. Připouští, „že fitness centrum je otevřené lidem, kteří mají specifický kulturní a ekonomický kapitál“ (Sassatelli 1999: 229). Vyvstává zde tedy otázka, jestli není fitness centrum pouze exkluzivní službou pro určitou skupinu lidí, která je vymezená specifickými finančními prostředky, jimiž disponuje.

Ženy v současnosti jsou pod neustálým tlakem, aby vypadaly určitým způsobem. Podle Bartky ženy chudé či ženy jiné barvy pleti než bílé jsou ještě pod větším tlakem. Pro tyto ženy je ještě těžší dosáhnout stanoveného ideálu, a proto žijí v permanentním studu. (Bartky 1997: 97) Obdobně o tom píší americké autorky Dworkin a Wachs, z jejichž obsahové analýzy časopisu zaměřeného na téma „zdravého a fit těhotenství“ vyšlo najevo, že na obrázcích v periodiku jsou jen minimálně zobrazované ženy jiné barvy pleti než bílé. V článcích nejsou zmiňované chudé ženy, matky samoživitelky, či rozvedené ženy. (Dworkin, Wachs 2004: 621) Obraz ideální matky je tedy konstruován tak, že ho většina čtenářek nemůže splňovat.

I mužský ideál prošel určitou změnou, která souvisí s tématem třídy. Gill, Henwood a Mclean provedli výzkum zaměřený na muže navštěvující posilovny. Mladí muži jsou v současnosti posedlí budováním svalové hmoty na svém těle. Zde podle autorů došlo k sémiotickému obratu, protože dříve bylo svalnaté a vypracované mužské tělo chápáno jako náležející k nízké manuálně pracující vrstvě, zatímco dnes jsou svalnatí muži ideálem krásy a stojí v hierarchickém žebříčku mnohem výše než kdy dřív. (Gill, Henwood, Mclean 2005: 40)

## 2.2. Fenomén fitness jako specifický sport

Diplomová práce představuje fenomén fitness pozorovaný v prostředí konkrétní tělocvičny. Popis specifického prostředí fitness centra a cvičících prezentuji níže v empirické části práce, ale zde bych chtěla uvést základní rámec, jak k danému fenoménu přistupuji.

Sportovní odvětví jako takové je silně maskulinizováno. „Většina lidí snižuje hodnotu ženské účasti ve sportu, považuje ženský přínos ve sportu za méně významný než mužský a zpochybňuje fyzickou a psychickou sílu a houževnatost sportovkyň.“ (Renzetti, Curran 2003: 494) Wellard píše o historii sportovního prostředí a snaží se pomocí teorií pocházejících od různých autorů a autorek vysvětlit, proč došlo k tomu, že sport je považován za doménu mužů. Jedna z teorií popisuje změnu, která proběhla během 19. a 20. století. Došlo totiž k ustavení silného vztahu mezi prací a volným časem, tedy časem mimo práci. A protože byli muži chápáni jako ti pracující, sport – specifické trávení volného času – se stal jejich doménou. (Wellard 2009: 11) Další teorie uvádí do korelace pokles manuální práce a nárůst popularity kultury posilování u mužů ze střední třídy. (Tamtéž 12) Na základě různých studií lze identifikovat a popsat, jak docházelo ke konstruování představy, že sport je mužskou záležitostí.

Odvětví sportu je vnímáno jako mužská instituce, a to nejen z hlediska statistického, ale především ve smyslu soustavy hodnot a norem chování. Privilegované postavení mužů je podle některých teoretiků chápáno jako odraz společnosti a tím ukazuje a potvrzuje hierarchizaci mezi gendery vůbec. (Whiston 1990: 20) Myslím si, že je sportu nutné vnímat nejen jako zrcadlo společnosti, které kopíruje hodnoty a normy společnosti, ale jako fenomén, který přispívá k tvorbě, reprodukci a konzervaci oněch hodnot a norem aktivním způsobem. Český sociolog sportu Aleš Sekot ve svých knihách souhlasně uvádí, že sport se stal nástrojem ospravedlnění obdivování mužské dominance a hegemonné maskulinity. (Sekot 2006: 317) „Použití síly, agrese či dominance žen ve sportu nekoresponduje s vžitými představami o ženskosti.“ (Tamtéž 317) Proto jsou ženám často kladeny do cesty překážky, pokud se chtějí sportu věnovat, anebo jsou nucené své domnělé maskulinní chování kompenzovat nějakým jiným způsobem, aby naplnily představu „správného ženství“. Dále je možné ve společnosti pozorovat něco jako rozdělení na „mužské“ a „ženské“ sporty. V oblasti „mužských“ sportů pak emancipace žen probíhá mnohem pomaleji než u sportů

„univerzálních“. (Postow 1982: 269) Je otázkou, jestli je fitness a cvičení konstruováno jako „mužský“ nebo „ženský“ sport.

Fenomén fitness chápu jako specifický druh sportu. Jako fitness lze označovat sportovní aktivity vedoucí ke zlepšování všeobecné tělesné kondice a zdatnosti. Podle Sassatelli existuje něco jako kultura budování a udržování zdravého a posíleného těla, ta je chápána jako „soubor tělesných praktik, které jsou situovány ve specifickém prostředí nějaké instituce“ (Sassatelli 1999: 227), kterou může být právě fitness centrum. Sassatelli definuje fitness centrum jako „komerční instituci, která nabízí široké spektrum typů cvičení od tradičního aerobiku a posilování až po nejnovější kombinace tance, jógy a bojových sportů. [...] Fitness centrum ztělesňuje stále rozšiřující se pole možných disciplinačních praktik našeho těla.“ (Sassatelli 1999: 229)

V posledních desetiletích značně přibýlo fitness center, například ve Velké Británii podle britského sociologa Nicka Crossley bylo v roce 2006 až 14 % procent lidí členy klubu nějakého fitness centra. Chodit do posilovny je módní záležitostí. (Crossley 2006: 23) Podle Sassatelli jsou posilovny a fitness centra v moderní kultuře velice často zobrazovány v nejrůznějších médiích (Sassatelli 1999: 227). Crossley uvádí, že existuje rozpor mezi tím, jak je cvičení jako specifická praktika prezentováno v médiích, v odborných příručkách a jaká je žitá praxe lidí, kteří fitness centrum navštěvují. Proto je nutné provádět výzkumy, které jsou zaměřeny na zkušenost lidí v tělocvičnách. (Crossley 2006: 25)

V České republice existuje více druhů fitness center a některé nabízí i služby jako saunu, masáže či vlastní bazén atd. Taková fitness centra se nacházejí především ve velkých městech a v zahraničních člancích jsou nazývána jako „health clubs“, tedy nejen centra pro cvičení, ale i pro relaxaci a regeneraci celkově přispívající ke zdraví jedince. I zde je tedy patrné, jak úzce jsou diskurs zdraví a fitness propojeny.

### **2.3. Shrnutí teoretické části**

V teoretické části jsem si stanovila rámeček, s nímž přistupuji k získaným datům v empirické části. V konkrétním fitness centru zkoumám jak samotný prostor, tak konstrukce identit cvičících a zároveň mě zajímá fitness jako specifický sport zahrnující určité činnosti. V empirické části se budu snažit najít odpověď na hlavní výzkumnou otázku diplomové práce: Jak je konstruováno fitness a identita aktérů a akterek z pohledu feministických teorií?

Dvě stěžejní osy, které rozdělují feministické teorie týkající se cvičení ve fitness a sportu obecně jsou zmiňovány v úvodu teoretické části, kde jsou i graficky znázorněny. Jedná se o osu s opačnými póly: genderované tělo, lidské tělo obecně; a druhá osa zahrnuje škálu od svobodného jednání k disciplinaci těla a chování. V návaznosti na disciplinační teorie Foucaulta a emancipační teorie, které chápou cvičení jako výraz svobodné vůle, jsem nastínila možné přístupy ke konstrukci mužské a ženské identity.

Dále jsem se v teoretické části věnovala diskursu zdraví a hubnutí. Praktiky spojené s tímto diskursem je opět možné interpretovat ve jménu Foucaulta, jako projevy nesvobody a uměle zvnitřněné touhy po formování nedokonalého těla. Ale zároveň je možné představy a praktiky spojené s hubnutím a zdravím chápat do jisté míry emancipačně pro určitý gender v konkrétních situacích.

Důležitou kapitolou jsou i teorie týkající se prostoru fitness centra, kde jsem převážně čerpala z výzkumů Sassatelli, která popisuje nejen prostor, ale i jeho aktéry a praktiky provozované v posilovně. Poté jsem se věnovala fitness ve vztahu k rase a třídě. V závěru teoretické části jsem popsala fitness jako specifický sport a jeho význam v současné společnosti. S tímto teoretickým zázemím jsem přistupovala ke svému výzkumu a hledala jsem odpověď na hlavní výzkumnou otázku.

## 3. Empirická část

Empirická část práce je rozdělena do dvou hlavních oddílů. V jednom popisují metodologii, standardizované metody a konkrétní postupy, pomocí nichž jsem získávala data a následně je analyzovala. Druhá část je věnována samotné analýze získaného materiálu.

### 3.1. Metodologie výzkumu

V rámci své diplomové práce jsem uskutečnila empirický výzkum v konkrétním fitness centru. Chtěla jsem poznat, jak dané prostředí funguje a jak cvičící fitness centra konstruují své různorodé identity a vytvářejí či regulují své praktiky v závislosti na návštěvách posilovny, jejích pravidlech a prostoru. Rozhodla jsem se, že pro daný účel mi nejlépe poslouží metody kvalitativního výzkumu. Musím souhlasit s Dismanem, který charakterizuje kvalitativní výzkum jako vyznačující se induktivní logikou. V kvalitativním výzkumu není důležité něco dokazovat či vyvracet, ale tento druh bádání se vyznačuje tendencí porozumět určitému jevu v celé jeho komplexnosti. (Disman 1993: 74-76) Tak jsem se i já snažila porozumět cvičení ve fitness centru v celé jeho komplexnosti, ačkoliv je to velice složité, protože komplexnost daného jevu se stále zvyšuje spolu s narůstajícím poznáním onoho fenoménu.

#### 3.1.1. Paradigmatické zakotvení práce

Než přejdu ke konkrétním metodám, jež ve své práci využívám, považuji za nutné uvést, z jakých paradigmatických předpokladů vycházím. Paradigma je souborem základních představ a myšlenek, který určuje nejen, jakou metodu výzkumník v rámci svého výzkumu zvolí, ale i základní ontologické a epistemologické předpoklady výzkumu. (Guba a Lincoln 1994: 105-106) Guba a Lincoln nabízejí vhodnou systematizaci paradigmat (Tamtéž 105-116), z níž jsem při definování svého přístupu vycházela. Ve své práci se držím myšlenky, že neexistuje jedna „správná“ realita, kterou by bylo možné univerzálně poznat. Domnívám se, že to, co považujeme za realitu, je společensky a kulturně konstruováno a ani jedna z konstruovaných realit by neměla být nahlížena jako privilegovaná a legitimní. Podle teorií konstruktivismu chápou také vztah poznávajícího a poznávaného. Při výzkumu není možné zastávat pozici objektivní badatelky či badatele, jak by se dalo očekávat skrze perspektivu pozitivismu. Tím, že člověk poznává, dochází ke změně. Nepoznáváme realitu, ale my

ji tvoříme. Vytváříme způsoby uvažování, preferované výklady a významné konotace, které jsou stěžejní pro individuální ale i kolektivní chápání světa.

Z metodologického hlediska práce také podléhá pravidlům konstrukce, jak je definují Guba a Lincoln (1994: 109). Základem je rozpoznání a definování konstrukcí. Snažím se ukázat, jak se tvoří nejrůznější konstrukce, jak fungují a jaké strategie jsou využívány při jejich působení. Zároveň mě zajímá, jak konstrukce ovlivňují jedince a danou společnost.

Celá práce je inspirována teoriemi feministického poststrukturalismu, které popisuje sociální psycholožka Kateřina Zábrodská. Podle poststrukturalistických teorií nejsou významy objektů a jevů konstantní a imanentní, ale jsou utvářeny uvnitř jazyka. Význam výrazů je nestabilní a kontextuální. (Zábrodská 2009: 28) Zdůrazňování nejednoznačnosti významu však rozhodně neznamená popírání reálných implikací významových struktur. V rámci poststrukturalistických výzkumů se zjišťuje, jakými způsoby jsou významy sjednávány, přijímány nebo odmítány a jaké mají tyto konstrukce reálné společenské či subjektivní dopady. Feministické poststrukturalistické výzkumy se zabývají způsoby konstituce genderových vztahů a zpochybňováním jejich domnělé přirozenosti. Rádoby přirozené významy jsou fixovány pomocí specifických struktur a postupů. Odhalením technik konstrukce významů se otevírá možnost redefinice či přeznačení daných významů, což může následně vést ke konkrétní změně v daném sociálním prostředí. (Zábrodská 2009: 31)

Jak ideje konstruktivismu, tak teorie poststrukturalismu relativizují všeobecně přijímané významy a snaží se identifikovat a pochopit způsoby jejich konstruování. Proto jsou oba myšlenkové směry pro mou práci klíčové. V jejich duchu se snažím odhalit a popsat konstrukci významů v prostředí konkrétního fitness centra.

### **3.2. Metody sběru dat**

K realizaci svého výzkumu jsem použila dvě metody sběru dat. K získání většiny dat jsem využila převážně metodu polostrukturovaných rozhovorů. Zúčastněné pozorování, které jsem prováděla, pro mě plnilo funkci základního zmapování terénu a zároveň ověřování výpovědí účastnic a účastníků výzkumu. Díky pozorování jsem si vytvořila určitou představu o daném prostředí, o pravidlech chování a o cvičících. Počátečním pozorováním, které ještě nebylo ani metodicky ohraničeno, jsem vlastně v roce 2016 dostala nápad, že napíšu diplomovou práci o návštěvnicích a návštěvnících

fitness centra. Na základě rozhovorů jsem získala většinu svých dat, které ve výzkumu využívám. „Rozhovory obsahují vždy směs toho, co je, a toho, co si o tom respondent myslí. Pozorování naproti tomu představuje snahu zjistit, co se skutečně děje.“ (Hendl 2016: 195) Právě proto jsem se rozhodla pro kombinaci těchto dvou metod, abych si pozorováním mohla ověřit výroky svých narátorek a narátorů.

### 3.2.1. Zúčastněné pozorování

Z metodického hlediska jsem zvolila formu zúčastněného pozorování, jak ji popisuje Hendl. „Pozorovatel nefunguje jako pasivní registrátor dat, který stojí mimo předmětovou oblast, nýbrž se sám účastní dění v sociální situaci, v níž se předmět výzkumu projevuje. Je v osobním vztahu s pozorovanými, sbírá data, zatímco se účastní přirozeně se vyvíjejících životních situací. To vede k těsnějšímu přiblížení k předmětu a k možnosti odhalit vnitřní perspektivy účastníků.“ (Hendl 2016: 197)

Hendl ve své příručce uvádí čtyři fáze zúčastněného pozorování: navázání kontaktu, pozorování, záznam dat a závěr pozorování. (Hendl 2016: 198-202). V první fázi „musíme získat přístup do terénu a vytvořit kontakt s účastníky situace. V mnoha případech je získání přístupu časově náročný úkol“ (Tamtéž 198). Samotné pozorování lze rozdělit podle toho, jak široké je spektrum pozorovaných jevů a do jaké míry jsou předem definované – od popisného pozorování, díky němuž podrobně popíšeme dané prostředí, lidi a události, přes fokusované pozorování, které „se zaměřuje na zvláště relevantní procesy a problémy“ (Tamtéž 199), a v jehož rámci se vytváří množina konceptů a teoretický rámec výzkumu, až po selektivní pozorování, kdy se snažíme najít další příklady a doklady pro typy chování a procesů, které jsme našli v předchozí fázi (Tamtéž 198). Záznam dat je další nedílnou součástí zúčastněného pozorování, měl by být do značné míry systematický, i přes to, že třídíme nestructurovaná data. Zápis pozorování by měl probíhat na místě dění, nebo bezprostředně po jeho opuštění, a to z důvodu zapamatování a podrobného popisu situací, kterých byli výzkumníci a výzkumnice svědkem. Zároveň je nutné mít na paměti, že psaní terénních poznámek a jejich následná korekce a doplňování je velice časově náročná činnost. (Tamtéž 201) V závěru pozorování jsou data kompletní a pozorovatel či pozorovatelka opouští zkoumanou skupinu.

Reinharz upozorňuje na překážky, které mohou vyplynout z toho, když je výzkumníci mladá žena. (Reinharz 1992: 58) Žena se při provádění výzkumu může dostat do specifických sociálních rolí, které jí jsou přiřazeny účastníky a účastnicemi



výzkumu. Vzhledem k tomu že žijeme v sexistické a heterosexistické společnosti, která zároveň hierarchizuje lidi i podle věku, výzkumnice občas musí čelit sexuálnímu obtěžování, fyzickému nebezpečí nebo předsudkům spojeným s jejich genderem a věkem. Badatelkám se stává, že je jejich výzkumná role podceňována a znevažována. (Tamtéž 58)

### 3.2.2. Reflexe provedeného zúčastněného pozorování

Na základě prvotního nesystematického pozorování jsem dospěla k rozhodnutí, že napíši práci o pozorovaném prostředí fitness centra. Jednalo se spíše o formu přirozeného pozorování, které lidé používají při každodenních činnostech. To byl tedy prvotní přínos mého pozorování, jenž je možné zařadit do pomyslné před-výzkumné fáze. V té době jsem ještě nevěděla, že budu psát práci na dané téma, ale už tenkrát jsem si začala budovat přístup do daného prostředí.

Jako zdrojový materiál jsem si úplně na začátku zvolila celé fitness centrum v malém městě. Na základě čtení odborné literatury a samotného terénního výzkumu se měnilo ohraničení a definování mého terénu. Domnívala jsem se, že budu zkoumat celý prostor fitness centra, tedy část, v níž jsou umístěné stroje a která by se dala označit za posilovnu, ale i druhou část, která je koncipována jako sál se zrcadly určená pro kolektivní lekce jógy, bojových sportů, spinningu apod. V rámci návštěv fitness centra jsem upravila svou oblast bádání pouze na část s posilovacími stroji. Rozhodla se zabývat pouze jedním typem prostoru, abych mohla detailněji prozkoumat zvolené prostředí a jeho pravidla. Druhá změna, co se týče definování prostoru, nastala po přečtení odborné literatury, protože jsem své pozorování upínala pouze na prostor, kde se posiluje. Sassatelli upozorňuje na podstatný význam šaten v rámci prostoru fitness centra (Sassatelli 1990: 230). Tak mě autorka navedla, abych se soustředila i na přidružené prostory jako je recepce, dětský koutek, kavárna, anebo již zmiňovaná šatna. Oblast mého výzkumu prošla několika změnami, díky nimž jsem si jasně definovala zkoumaný prostor, tedy terén mého výzkumu.

Když jsem šla poprvé do terénu, byla jsem rozhodnuta, že budu zkoumat ženy ve fitness centru, jak ony formují a chápou svá těla. Chtěla jsem dát hlas těm, kteří nejsou slyšet, tedy ženám v prostředí maskulinizovaného prostoru. Na základě pozorování jsem ale změnila názor. Mým průvodcem v daném prostředí byl muž. Do fitness centra jsem chodila ve skupině mužů, a když jsem je slyšela povídat si o posilování, usoudila jsem, že je to velice plodný zdrojový materiál. Proto jsem

se rozhodla rozšířit pole svého bádání z žen i na muže. Rozhodla jsem se tedy zkoumat formování identit v rámci fitness centra nehledě na gender mých partnerů a partnerek ve výzkumu.

Fitness centrum není typickou komunitou proto, že se tam neschází konkrétní skupina lidí v konkrétním čase. Do posilovny sice chodí zhruba ustálený počet osob, ale nechodí tam v přesně stanovené časy a chodí tam většinou individuálně nebo v menších skupinkách. Tudíž to není komunita, kde bych mohla být klíčovým partnerem ve výzkumu představena všem a postupně bych se zapojovala do kolektivních činností. To ale neznamená, že se ve fitness centru netvoří nějaké společenství lidí, kteří spolu interagují, nebo že některá skupina nesdílí určitou kolektivní identitu. Jen bych se chtěla vyhnout interpretaci, v níž by fitness centrum bylo homogenní komunitou, do níž by patřili všichni její návštěvníci a návštěvnice.

Do prostředí fitness centra jsem se dostala přes mého blízkého příbuzného, který je dlouholetým návštěvníkem fitness centra. Nabídl mi, že mohu chodit s ním a následně s jeho kamarády. Vysvětlil mi, jak to v posilovně funguje jak z hlediska formálních náležitostí – klíčky od šaten, vhodné oblečení a obuv, co s sebou (pití a ručník) – i z hlediska lidských vztahů – kdo koho zdraví, jestli si lidé ve fitku tykají – až po samotný trénink – jak se cvičí na strojích, jak střídat série a cviky. Stal se tak mým klíčovým partnerem ve výzkumu, ale bylo to v době, kdy jsem ještě netušila téma své diplomové práce. Postupně jsem díky svému „průvodci“ navázala užší vztah s jeho kamarády a do fitness centra časem začal chodit i můj životní partner. Vytvořila se tak úzká skupina zhruba pěti lidí, jejíž členové a členky více či méně začali pravidelně chodit společně do posilovny.

Výše zmiňované tři fáze pozorování jsou v mém výzkumu zastoupeny nerovnoměrně. Do detailu a precizně jsem provedla pouze první popisné pozorování, kdy jsem vytvořila podrobný portrét prostředí. První terénní poznámky jsem prováděla v říjnu v roce 2017. V únoru v roce 2018 jsem si stanovila teoretický rámec a mé pozorování začalo být více konkrétní. Fokuseované pozorování jsem začala provádět právě v té době, kdy jsem si osvojila teoretické základy ke své práci a věděla jsem, na co se mám v terénu zaměřit. K selektivnímu pozorování ve druhé fázi výzkumu jsem se již téměř nedostala. Nedělala jsem etnografickou studii, která by byla založená pouze na pozorování, tudíž to, že jsem se každé fázi pozorování věnovala rozdílně, nechápu negativně. Data do výzkumu jsem získala především z rozhovorů. Zúčastněné

pozorování sloužilo hlavně k poznání prostředí a dotváření celkového obrazu fenoménu fitness. A k těmto účelům jsou první dvě fáze pozorování více než vhodné. Zúčastněným pozorováním jsem získala možnost zařazení detailního popisu zkoumaného prostředí do své práce.

Zaznamenávání dat bylo pro mě velice složité. Cvičení ve fitness centru je fyzicky náročné. Pohybujete se po posilovně a přesunujete se ze stroje na stroj. Od jisté doby jsem tedy kromě ručnicku a klíčku od šatny s sebou začala přenášet i notýsek a propisku, abych si mohla pečlivě zaznamenávat, co se kolem mě děje. Během prvních návštěv fitness centra věnovaných systematickému pozorování jsem si zapisovala téměř všechno. Čím déle jsem do prostředí chodila, tím mi připadaly některé jevy jako dobře známé a již jsem jim nevěnovala pozornost. V průběhu dalších návštěv jsem si postupně zapisovala jen výjimečné situace, které nějakým způsobem vybočovaly ze zavedené rutiny. Terénní poznámky jsem dělala velice zevrubné a zkratkovité, do detailu jsem je rozepisovala doma do počítače až po návštěvě posilovny. Dodržovala jsem pravidlo, že „poznámky je nutné kompletovat do 24 hodin po akci a určitě do začátku následující akce v terénu“ (Hendl 2016: 202). Nestrukturovaná data jsem se snažila třídit a vytvořila jsem si tabulku, do které jsem zaznamenávala, jak určité kvantitativní či formální údaje o dané návštěvě (počet cvičících, čas, datum), tak specifické osobní pocity a smyslově vnímatelné situace kolem mě. Někdy se mi stalo, že jsem si notýsek zapomněla a v tom případě jsem si toho moc nezapamatovala. Během některých návštěv mě zase přemohla touha udělat si „pořádný“ trénink a nedělat si tentokrát poznámky, protože ty mě od fyzické námahy zdržovaly. Přiznávám, že tento postup nebyl příliš profesionální, ale stále jsem měla na vědomí, že primárním zdrojem mých dat budou rozhovory a nikoliv pozorování.

Výše jmenované překážky, kterým musí čelit výzkumnice v terénu nebo i při děláni rozhovorů, jsem musela i já v roli badatelky překonávat. Jednou jsem přišla do fitness centra kolem poledne, kdy tam nebyl ani jeden zákazník či zákaznice. Za barem stál majitel posilovny, který mi po mém příchodu řekl: „A nebudeš se tady se mnou sama bát?“ Obdobným způsobem se vyjádřil i při provádění rozhovoru, kdy měl narážky na to, že sedíme v posilovně ve tmě, ale že i přesto se nebojím. Upřímně na tyto situace neumím přiměřeně reagovat z několika důvodů. Za prvé jsem potřebovala, aby se mnou majitel fitness centra udělal rozhovor a aby se se mnou i nadále bavil, tudíž jsem nechtěla reagovat v jeho očích nějakým přehnaným způsobem. Za druhé nejsem příliš

pohotová, takže vtipné hlášky, kterými bych smělého muže uzemnila, mě napadají až hodinu po dané situaci. V neposlední řadě jsem zvyklá zahlazovat konflikty a neustále se usmívat, tudíž jsem reagovala zasmáním se, narážku jsem přešla a pokračovala jsem v neformálním rozhovoru. Cvičit jsem ten den nešla, ale z důvodu, že posilovna byla prázdná a já bych neměla koho pozorovat, ne že bych se majitele bála.

V závěru pozorování jsem se s nikým nemusela loučit a prostředí opouštět. Do fitness centra chodím i nadále, jen bez zápisníku.

### 3.2.3. Polostrukturovaný rozhovor

Druhá výzkumná metoda, s níž ve své práci zacházím, je rozhovor podle návodu. Tento typ rozhovoru vede k systematickému průzkumu daného tématu, ale zároveň zachovává určitou svobodu tazatele či tazatelky. „Je na tazateli, jakým způsobem a v jakém pořadí získá informace, které osvětlí daný problém. Zůstává mu i volnost přizpůsobovat formulace otázek podle situace.“ (Hendl 2016: 178) Vytvoření strukturovaného návodu a jeho následování zajistí, že se v rámci rozhovoru na nic nezapomene a čas interview bude využit efektivně (Tamtéž 178-179).

Kromě množství výhod, kterými tato metoda disponuje, zahrnuje polostrukturovaný rozhovor i nevýhody, jež je nutné mít na paměti. Hendl definuje čtyři nevýhody společné pro všechny typy rozhovorů. První nevýhoda tkví v tom, že získané informace nejsou přímé, ale jsou filtrované narátorem či narátorkou. Další nevýhodou může být to, že rozhovor je často veden v umělých podmínkách. Nevýhoda se skrývá také v přítomnosti výzkumníka či výzkumnice, protože narátor či narátorka mohou své výpovědi upravovat právě v důsledku vlivu tazajících se. Jako poslední nevýhodu zmiňuje Hendl možnost, že partneři a partnerky ve výzkumu nemusí umět vyprávět (Hendl 2016: 166) a tím pádem je získání potřebných dat značně znesnadněn.

Považuji za důležité zde zmínit i poznámky k metodologii feministických výzkumů uskutečňovaných formou rozhovorů. Ačkoliv můj výzkum není věnován výhradně ženám, vychází z feministického myšlení a teorií. Podle Reinharz je metoda rozhovorů klíčová pro feministický výzkum. (Reinharz 1992: 19) Rozhovory (s otevřenými otázkami) zprostředkovávají myšlenky a vzpomínky žen a to jejich vlastními slovy, nikoliv slovy výzkumníka. Tím, že ženy samy odpovídají na otázky, je možné zkoumat jaká je jejich skutečná perspektiva nezkreslená pohledem výzkumných pracovníků a pracovníc. Může se tak zabránit tomu, aby muži mluvili za ženy, a může dojít

k potlačení stovky let trvající ignorace ženských názorů a postojů. (Tamtéž 18–21) Jako další výhodu Reinharz chápe variabilitu dělání rozhovorů. Feministky mají na výběr z velké škály rozhovorů a jakoby se samy vymaňují z kategorizace a určitého „zaškatulkování“ jejich metody. (Tamtéž 22) Na druhou stranu metoda pak může působit chaoticky a nevědecky.

Reinharz obdobně jako Hendl upozorňuje na možnost ovlivnění získávaných dat pomocí rozhovoru způsobené navázáním vztahu mezi narátorkou a výzkumníci. Na druhou stranu ale vyzdvihuje nutnost nastavení pocitu bezpečí a přátelské atmosféry během provádění rozhovoru, což bez navázání vztahu vlastně není možné. Zároveň je dobré, když se výzkumnice v rámci rozhovoru také trochu otevře a odhalí a tím nastaví rovnocenný vztah mezi tím, kdo klade otázky a tím, kdo odpovídá. (Reinharz 1992: 26-32)

#### **3.2.3.1. Výběr a charakteristika vzorku**

Celkem jsem provedla šest polostrukturovaných rozhovorů se třemi ženami a třemi muži. Účastníky a účastnice výzkumu jsem si vybírala na základě několika hledisek. Za prvé jsem čerpala z kontaktů svého hlavního partnera ve výzkumu, který mi lidi doporučoval a předával mi na ně kontakty. Dále jsem si vybírala partnery a partnerky do výzkumu v závislosti na osobních vztazích, tedy jestli jsem je znala třeba z minulosti a bylo tak pro mě snazší je přesvědčit k účasti ve výzkumu. Oslovila jsem lidi, kteří chodili cvičit v tu dobu, kdy jsem fitness centrum navštěvovala já nejčastěji (odpoledne 17:00 – 20:00). Zároveň jsem se snažila vybírat lidi, kteří se mi zdáli podle některých hledisek (věk, gender, vzhled) různorodí. O nějaký reprezentativní vzorek jsem v žádném případě neusilovala, což v případě kvalitativního přístupu ani podle Kaufmana není možné (Kaufmann 2007: 49), ale o pestrost osobností ano.

#### **3.2.4. Reflexe provedených polostrukturovaných rozhovorů**

Provádění rozhovorů předcházelo vyhotovení návodu, scénáře rozhovoru, který jsem měla při každém rozhovoru při sobě. Návod byl složen z několika hlavních otázek, které odpovídali hlavním kapitolám teoretické části mé práce. Ke každé z těchto otázek, či oblastí jsem měla vypsáné značné množství podotázek, nebo témat, které jsem s narátorkami a narátory postupně procházela. Scénář byl v rozsahu zhruba dvou A4 stran. Návod jsem v průběhu výzkumu doplňovala o nějaká další témata, nebo jsem přehazovala jednotlivé podotázky podle toho, jak se mi to zdálo smysluplné. Scénář

jsem měla vždy v tištěné podobě před sebou, a pokud mě nějaká odpověď partnerky či partnera ve výzkumu zaujala, ve scénáři jsem si udělala poznámku, abych se k dané problematice časem vrátila.

Rozhovory jsem sesbírala v časovém rozmezí 2 měsíců. V rámci každého rozhovoru jsem se učila, jak příště udělat rozhovor lépe. Zpočátku se mi třeba stávalo, že narátoři a narátorky předpokládali, že do fitness centra chodím pravidelně a prostředí znám a tudíž, že mi některé věci nemusí vysvětlovat. Proto jsem do úvodu rozhovoru přidala informaci o tom, že někdy by se jim mohlo zdát, že se ptám poněkud hloupě, nebo na něco, co už vím, ale že to od nich potřebuji mít vysvětlené. Kromě této informace jsem vždy v úvodu rozhovoru představila sebe a svůj výzkum. Téma výzkumu jsem vysvětlila jen do té míry, abych neovlivnila výpovědi narátorů a narátorek. Řekla jsem, že se jedná o sociologický výzkum zaměřený na fitness centrum a toto vysvětlení pro ně bylo zcela dostačující.

V úvodu rozhovoru jsem dávala všem partnerkám a partnerům ve výzkumu podepsat informovaný souhlas. Někteří si ho přečetli, některým bylo jedno, co podepisují, a dokument nečetli. V takovém případě jsem jim slovně sdělila tyto informace: rozhovor je nahráván, rozhovor může být kdykoliv ukončen, na některé otázky nemusí odpovídat, pokud by jim to nebylo příjemné, všechna data jsou anonymizována, kdyby je zajímal nějaký výsledek, mohou se obrátit na uvedené kontaktní údaje ve formuláři informovaného souhlasu.

Rozhovory jsem nahrávala na svůj mobilní telefon. Někdy jsem dělala to, že jsem nahrávání pustila třeba ještě o chvíli dříve, než jsem se začala ptát na „ostré otázky“, aby si účastníci a účastnice výzkumu zvykli na položený mobilní telefon na stole a nenechali se jím rozptylovat. V rámci zpracovávání dat jsem potom začala přepisovat až takové otázky a odpovědi, které se přímo vázaly k mému výzkumu. Rozhovor jsem měla většinou rozdělen do dvou až tří nahrávek, kdy jsem si postupně kontrolovala kvalitu nahrávky a ukládala jsem si jednotlivé soubory, aby se mi nestalo, že bych naráz přišla o celý záznam rozhovoru třeba nějakou chybou z nepozornosti.

Rozhovory většinou probíhaly na veřejných místech (kavárny, restaurace, fitness centrum). Řídila jsem se přáními narátorů a narátorek. Vždy jsem jim říkala, že je zvu na kávu či pití, abych se jim alespoň částečně odvděčila za to, že si na mě našli čas. V jednom případě se mi stalo, že si daný muž nenechal útratu zaplatit. Jeden rozhovor probíhal v místě zaměstnání narátora. Kvalita nahrávky v tomto případě byla

mnohonásobně lepší než u nahrávek pořízených ve veřejných prostorách. Navíc bylo toto prostředí více „intimní“ – narátor se otevřel ze všech účastníků a účastnic nejvíce. To ale zároveň připisuji našemu blízkému vztahu nezávislému na návštěvách fitness centra.

Ze čtyř výše uvedených nevýhod, které Hendl definuje (Hendl 2016: 166), jsem se při děláni rozhovoru střetla se všemi. Získané informace byly skutečně filtrované narátorkami a narátory, takže občas podávali zkreslené informace. V tu chvíli jsem velice ocenila zúčastněné pozorování, které jsem prováděla, protože jsem si mohla ověřit to, co mi účastníci a účastnice říkali. Neformální rozhovory, které jsem vedla s lidmi ve fitness centru, mi také pomohly dešifrovat a ověřit informace z polostrukturovaných rozhovorů.

V jednom případě se mi stalo, že narátor nebyl příliš upovídaný, neuměl vyprávět. Tehdy mi značně pomohl dopodrobna rozepsaný scénář, který jsem před tím třeba ani nemusela tolik využívat, protože jiní účastníci a účastnice někdy v rámci jedné otázky odpověděli rovnou na tři. U horšího vypravěče jsem postupovala přesně podle scénáře a tak jsem nějaké informace přeci jen získala a rozhovor byl pro výzkum cenný.

Jako výzkumnice jsem určitě ovlivnila výpovědi některých svých narátorů a narátorek. Způsob jak komunikuji nebo kladu otázky není neutrální, i když jsem se o to do značné míry snažila, a tak mezi mnou a partnerkami a partnery ve výzkumu probíhala interakce, která ovlivňovala jak mé otázky, tak jejich výpovědi. Některé rozhovory jsem dělala s lidmi, kteří mi jsou blízcí i v mém osobním životě. Má osobnost výzkumnice a vztah k účastníkům a účastnicím určitě ovlivnil jejich výpovědi.

Feministické aspekty týkající se rozhovorů, které jsem zmiňovala výše, jsem během děláni rozhovorů měla neustále na paměti. Setkávala jsem se s různými projevy potvrzení poznatků Reinharz (1992). Například jistá neuchopitelnost a nestrukturovanost metody rozhovorů mi byla v rámci psaní diplomky vyčítána některými kamarády a příbuznými, kteří mají za sebou psaní diplomových prací v technických oborech. Občas jsem se snažila vysvětlit cíle svého výzkumu a metody, které používám, a bylo mi předhazováno, že nejsou vůbec objektivní a že šest účastníků a účastnic výzkumu není dostatečně reprezentativním vzorkem. Vysvětlit někomu, kdo chápe svět skrze mřížku pozitivistického paradigmatu a není otevřen jiným názorům, v čem je metoda rozhovorů „vědecká“, je téměř nemožné.

V průběhu rozhovorů jsem se snažila být maximálně přátelská a tolerantní. Nechtěla jsem vyvolávat u svých partnerek a partnerů ve výzkumu pocit, že existují nějaké správné či špatné odpovědi, nebo že by měli odpovídat k mé spokojenosti. Otázky jsem se snažila formulovat obecně, abych skrze otázky nesměřovala účastnice a účastníky k unifikovaným odpovědím. Zároveň jsem se snažila být otevřená a občas promluvit o nějaké mé zkušenosti, abych eliminovala striktní rozdělení na výzkumnici a „zkoumané objekty“.

### 3.3. Metoda analýzy dat

Podle mnohých autorů (Hendl 2016, Coffey & Attkinson 1996, Miles a Huberman 1994) jsou data získaná kvalitativními metodami objemná a postrádají strukturu. Informační materiál je nutné redukovat a třídit a k tomu slouží různé techniky zpracování dat. „Kvalitativní analýza je uměním zpracovat data smysluplným a užitečným způsobem a nalézt odpověď na položenou výzkumnou docházku.“ (Hendl 2016: 227) V rámci kvalitativního výzkumu nelze striktně oddělit část sběru dat a její analýzy, oba procesy se navzájem ovlivňují a proto je zcela na místě, že probíhají současně (Tamtéž 227-229).

Pro svůj výzkum jsem si zvolila jako hlavní techniku analýzy dat kódování, což Hendl definuje jako „rozkrytí dat směrem k jejich interpretaci, konceptualizaci a nové integraci“ (Hendl 2016: 251). Kódování je vztahem mezi „surovými“ daty a koncepty a myšlenkami výzkumníka. Podle Coffey a Attkinson můžeme kódování chápat jak jako redukci dat, tak jako jejich komplikování. Data mohou být kódováním rozšiřována, dávana do souvislostí, transformována a můžou být u nich objeveny skryté funkce. Kódování tedy může být chápáno jako rozdělování, organizování a usměrňování dat, ale zároveň jako vytváření a rozšiřování vztahů mezi daty. (Coffey, Attkinson 1996: 27-30).

V rámci techniky kódování je možné používat různé analytické strategie. Jednou může být například redukce dat na základní témata zmiňovaná např. v rozhovoru. Jedná se o základní techniku, jak organizovat data podle tematické souvislosti. Takto redukovaná data slouží jako podklady pro následující analýzu a můžeme je tak vnímat jako první úroveň kódování. Druhou úrovní by mohl být označen proces, kdy naše kódy dáváme do širších souvislostí a tvoříme z nich kategorie, které mají něco společného. To, jakým způsobem určíme kategorie a rozřadíme data, názorně vypovídá o záměrech



a ideách výzkumníka. Jednotlivé kódy, podkategorie a kategorie se mohou prolínat a tak vzniká komplexní obraz dané skutečnosti. Kódování není nikdy mechanickou činností, výzkumnice se neustále rozhoduje, jaká data zaznamená, co je pro ni důležité, jak moc bude generalizovat nebo naopak zacházet do detailů. K označování kódů a kategorií lze využívat i vlastní slova narátora či narátorky. (Coffey, Attkinson 1996: 32-44) Tento pro kvalitativní výzkum typický postup Hendl nazývá „in vivo“, kategorie je nazvána slovy z úst narátora či narátorky a měla by vystihnout podstatu celé kategorie. (Hendl 2016: 225)

Hendl popisuje tři typy kódování: otevřené, axiální a selektivní. (Hendl 2016: 251-257) Upozorňuje na to, že lze současně nebo alespoň postupně využívat všechny typy kódování. Otevřené kódování se aplikuje při prvním průchodem daty, kdy výzkumnice či výzkumník lokalizují témata v textu a přiřazují jim označení, dochází tak k tematickému rozkrytí textu. (Tamtéž 251) „V průběhu axiálního kódování výzkumník uvažuje příčiny a důsledky, podmínky a interakce, strategie a procesy a tvoří tak osy propojující jednotlivé kategorie. [...] Vznikají však při něm i nové otázky. Může navrhnout opuštění některých témat nebo zkoumání jiných do větší hloubky.“ (Tamtéž 253-254) Poslední typ kódování je zároveň poslední fází, s níž se začíná tehdy, když má výzkumník či výzkumnice dobře vyvinuty koncepty a kategorie. „V průběhu selektivního kódování je výzkumník veden snahou vyhledat hlavní témata a kategorie, které budou ústředním bodem vznikající teorie.“ (Tamtéž 254)

Samotnému kódování předchází příprava získaných dat. Nahrané rozhovory je nutné přepsat. V rámci výzkumu jsem využila doslovnou transkripci. Transkripce je důležitá z toho důvodu, že umožňuje podrobné vyhodnocení získaných dat. Díky převedení nahrávky do textu je potom možné „zdůrazňovat důležitá místa podtrháváním, opatřovat určitá místa komentářem na kraji stránky nebo vytvářet seznamy a srovnávat jednotlivá místa textu“ (Hendl 2016: 212). V rámci doslovné transkripce jsem zanechávala původní slovník a vyjadřování svých nářečí a nářečů, ale přepsala jsem jejich výroky do spisovné češtiny, aby byl text dobře čitelný. Zároveň jsem tak učinila i kvůli tomu, abych prostřednictvím jazyka jako výzkumnice nepovyšovala nad účastníky a účastnice výzkumu. Do přepisů jsem si zaznamenávala několik základních údajů. Do závorek jsem si psala některé důležité chování při rozhovorech, např. smích, přerušení jinou osobou, délku pauz v řeči. Graficky jsem si označovala nedokončenou výpověď (...) a přerušovanou výpověď (.). Několika

otazníky jsem si vyznačila místa, kde nahrávka nebyla příliš kvalitní a je možné, že můj přepis není zcela správný, protože jsem účastnici nebo účastníka výzkumu neslyšela zřetelně. Tímto způsobem vzniklo velké množství materiálu, z něhož jsem v rámci výzkumu čerpala.

Anonymizaci dat jsem zajišťovala už v rámci přepisu rozhovorů. Rozhovory mám uložené pod čísla. Stejně tak jsem označila své partnery a partnerky ve výzkumu pomocí velkého písmena P a příslušného čísla (P1, P2 ... P6). Dále jsem čísla nahradila fiktivními jmény. Pokud bylo v rozhovoru zmíněno něco, podle čeho by bylo možné účastníky a účastnice vypátrat či identifikovat, tak jsem daný údaj buď nahradila něčím obdobným, anebo jsem ho vynechala. Nejednalo se o klíčové informace, takže má data nebyla poškozena a zároveň jsem zajistila účastnícím se lidem anonymitu.

Protože můj výzkum spočíval i v zúčastněném pozorování, využívám při analýze dat cílený popis situací či míst v podobě miniatur. Miniatury slouží k ilustraci poznatků. Významná data jsou propojena pomocí vyprávění. (Hendl 2016: 236) Pomocí vkládaných miniatur ilustruji nebo vysvětluji nějaké jevy na konkrétních příkladech.

### 3.3.1. Medailonky narátorů a narátorek

Níže představím všech šest narátorek a narátorů, kteří se zapojili do mého výzkumu. V rámci anonymizace jsem změnila jejich jména. V medailonku je představuji jak z hlediska sociodemografického, tak i po určité lidské stránce.

#### **Lubor**

Lubor byl mým klíčovým narátorem. Je to člověk, s nímž mám velice blízký vztah i mimo posilovnu. Do fitness centra mě přivedl on. Luborovi je 29 let. Má manželku a dvě děti (2 roky, 3 měsíce). Ze všech lidí, co se účastnili mého výzkumu, o fenoménu fitness nejvíce přemýšlel a uměl nejlépe vyprávět. V práci ho cituji nejčastěji. Lubor má vysokoškolské vzdělání a je povoláním IT specialista. Do práce dojíždí každý den 30 minut autem. Bydlí ve městě, kam chodí do fitness centra.

Do posilovny chodí od svých 17 let. Začal tam chodit, protože jeho spolužák měl větší biceps než on a Lubor se s tím nedokázal smířit. Nejprve začínal cvičit ve sklepech u svého kamaráda doma a potom se přesunul do posilovny. Vybral si posilovnu podle toho, kam chodil jeho příbuzný Šimon, který se stal následně jeho mentorem a zasvětil ho do posilování. Postupně se Lubor osamostatnil a začal si tréninky řídit

sám. Do posilovny se Šimonem stále chodí, ale často chodí i sám. Fitness centrum Luborovi přináší rádo do celého jeho života.

### **Simona**

Simona je čerstvá maminka, na jaře 2018 se jí narodil syn, se kterým je teď na mateřské dovolené. Je jí 30 let a do doby než otěhotněla, pracovala na pozici recepční/asistentky. Před tím dostudovala herectví na Vyšší odborné škole. Má dlouholetého partnera Šimona, se kterým má dítě.

Simona v průběhu svého života zkoušela různé pohybové aktivity: tanec, běh, kolektivní lekce. Do fitness centra začala pravidelně chodit před čtyřmi lety, když poznala svého současného partnera. Šimon se věnoval jednu dobu kulturistice závodně a tak chodí do fitness centra pravidelně. Simonu přesvědčil k tomu, aby začala chodit s ním, a ona si teď neumí život bez cvičení ani představit. V současné době po porodu ještě nesmí chodit do fitness centra, ale doma si již dvakrát denně cvičí nějaké lehčí tréninky.

### **František**

František je třicetiletý středoškolsky vzdělaný muž. Ve své práci navrhuje a realizuje úpravy zahrad. Má přítele, který se na něj občas zlobí, že chodí do fitness centra moc často. Bydlí ve vesnici, která je vzdálená od města, kde je fitness centrum, zhruba 8 kilometrů.

Do posilovny chodí po práci, ale vzhledem k tomu, že je často unavený z práce, tak si občas dává tréninky lehčí (i 15 minut). Když zjistí, že to nejde, tak jede domů. Před tréninkem si pravidelně dává různé výživové doplňky, které by ho měli „napumpovat“, aby trénink zvládnul. Od malička dělal nejrůznější sporty: kanoistiku, tanec, tenis. V rámci kanoistiky měl možnost jít poprvé do fitness centra. Nakonec se rozhodl, že posilování je sport, který lze nejlépe skloubit s jeho prací. Může tam chodit, kdy chce, a cvičit, co potřebuje.

### **Honza**

Honza je majitelem fitness centra, v němž jsme prováděla výzkum. Je mu 52 let a bydlí v bezprostřední blízkosti fitness centra. Má dokončenou střední školu. Z prvního manželství má dvě děti. V současné době žije s novou manželkou Janou, se kterou má třetí dítě. Pro Honzu je fitness centrum a posilování celý jeho svět.

Již od útlého mládí se věnoval různým sportům. Jednu dobu závodně běhal, ale pak se rozhodl, že bude dělat kulturistiku. V tomto sportu byl velice úspěšný. Zhruba před dvěma lety přestěhoval fitness centrum do nových prostor. Do té doby měl posilovnu, ale vždy jen v pronajatých prostorech. Živí se jako osobní trenér a zároveň jezdí po republice a prodává výživové doplňky.

### **Markéta**

Markétě je 30 let, pracuje jako procesní inženýrka nedaleko města, kde je fitness centrum. Má za sebou vysokoškolské vzdělání. Je zhruba rok vdaná a vyvdala si dvě nevlastní děti.

Markéta sportovala už od dětství. Do fitness centra začala chodit, když jí bylo zhruba šestnáct let. Začala tam chodit společně se svým bratrem a otcem. Od té doby tam chodila dost nepravidelně. Zhruba před rokem a půl začala chodit do mnou zkoumaného fitness centra a začala chodit pravidelně. Zpočátku si najala i trenéra, aby jí během několika lekcí vysvětlil základy. Do fitness centra si chodí odpočinout a zároveň udělat něco pro sebe.

### **Jana**

Jana je majitelkou fitness centra. Společně s Honzou ho vybudovali. Živí se jako osobní trenérka a trénuje i kolektivní lekce. Zároveň se věnuje prodeji zařízení na zdravé vaření. Janě je 39 let a je středoškolsky vzdělaná. Z předchozího manželství má jedno dítě a s Honzou má druhé. Bydlí s Honzou v bezprostřední blízkosti posilovny.

Jana se věnovala sportu od dětství. Už ve čtrnácti letech se stala instruktorkou aerobiku. Následně si rozšiřovala soubor licencí na trénování. Své lekce většinou vedla ve fitness centrech a tak se seznámila se svým mužem. Posilovna není její primární zdroj pohybu. Půl na půl chodí na kolektivní lekce, běhat a k tomu cvičí v posilovně.

## **3.4. Vlastní analýza**

V této části představím fenomén fitness, jak ho konstruují cvičící ve fitness centru. Zužítuji poznatky ze svého pozorování a nabídnu možné interpretace pozorovatelných jevů v prostoru fitness centra. Zároveň se snažím propojit konkrétní situace s teoriemi představenými v práci výše. V rámci analýzy jsem identifikovala sedm hlavních axiálních kategorií, které jsou popsány níže v rámci sedmi následujících kapitol.

Stanovené kategorie jsou tyto: disciplína ve fitness centru i za jeho hranicemi; klasická kulturistická činkárna a smradárna, konstrukce ženské identity, lepší být chlap než chčipák; fitness centrum jako komerční prostor; stravování, hubnutí a zdraví u cvičících; limity sportu fitness (třída, gender, genetika, věk). V některých aspektech se mohou kategorie překrývat a například téma disciplinace prostupuje většinu kapitol.

### 3.4.1. Disciplína ve fitness centru i za jeho hranicemi

Disciplína lidského těla je téma, které provázelo veškerý můj výzkum. Prostor fitness centra je kontrolou zcela prostoupen. Ona disciplína se však šíří i za zdi fitness centra do osobních životů cvičících. V rámci této kategorie se budu věnovat nejprve disciplinovanému prostoru, poté disciplinovanému tělu a následně se přesunu k disciplinované praxi, která se z prostoru fitness centra přelévá i do osobních či pracovních životů návštěvníků a návštěvnic fitness centra.

V rámci pozorování jsme zjistila, že celé fitness centrum je uzpůsobeno tak, aby mohli lidé kontrolovat sami sebe, anebo ostatní. První kontrola čeká člověka už u příchodu, když se ohlásí na recepci a odevzdá buď permanentku, nebo nějaký osobní doklad jako zástavu za klíček od skříňky. Hned u vchodu člověk tedy odevzdá doklad, na kterém je většinou napsané jeho jméno. Posilovací část fitness centra je otevřená místnost o velikosti zhruba 200m<sup>2</sup>, kde jsou všude rozmístěné stroje. Některé stroje jsou naproti zrcadlům, které pokrývají zhruba jednu třetinu všech obvodových stěn. Otevřený prostor znemožňuje skrytí se před pohledy ostatních lidí. František popsal svou první návštěvu posilovny takto:

*„Jsem si říkal: ježíš marja, každý na mě kouká, ne, to už tam nemůžu chodit. [...] potom to chvíli trvalo, než jsem pochopil, jak to tam chodí [...] on asi nikdo nekoukal asi nikdy, ale prostě jak přijdeš a připadáš si blbě, tak jakoby si myslíš, že každý na tebe kouká a směje se.“ (František)*

Během svých návštěv jsem měla zkušenost podobnou. Člověk si přijde v posilovně neohrabaný a nemotorný a neustále se kouká, jestli na něj někdo další kouká a vidí jeho nemotornost. Fitness centrum skutečně připomínalo Foucaultovo panoptické uspořádání, které funguje tím způsobem, že u vězňených, v našem případě u cvičících, vyvolá pocit nepřetržité viditelnosti. (Foucault 2000: 282) Ve fitness centru není někde uprostřed věž s dohlížejícími, ale hlídači a hlídačky jsou rozmístěni všude kolem vás a hlavně jsou v přesile. Nekontrólují vás z jednoho místa, ale jsou rozmístěny ve všech

koutech fitness centra, třeba i za vašimi zády, takže vy nikdy nevíte, jestli se na vás někdo nekouká.

Zrcadla rozmístěná v prostoru tvoří mocný nástroj kontroly i sebekontroly. Někteří z cvičících je považují za nutnou pomůcku, aby viděli, zda daný pohyb provádějí správně.

*„Člověk, protože cvičí sám a je tam sám, tak si v tom zrcadle kontroluje techniku, proto by to tam mělo být. [...] Když se u toho kouká do toho zrcadla, tak se vidí prostě z dálky a může korigovat nějaký rozsah, jak jede s těmi činkami. Může si hlídat, jestli má ruce ve stejné rovině, nebo jestli má nějaký náklon a víceméně tím kompenzovat tu špatnou techniku. [...] těch zrcadel je tam málo. Takže jsou tam teď třeba stroje, kde to zrcadlo chybí, protože se člověk nemůže u toho kontrolovat.“ (Lubor)*

Nutností kontroly technického provedení cviků si Lubor vysvětluje a obhajuje přítomnost zrcadel. Tuto tendenci popisuje Sassatelli. Lidé po sobě pokukují skrze zrcadla, ale ospravedlňují to kontrolováním techniky cvičení. (Sassatelli 1999: 237) Z vlastní zkušenosti vím, že zrcadla se dají velmi vhodně využívat k tomu, že pozorujete ostatní lidi ve fitness centru, aniž by o tom věděli. Nekoukáte na ně přímo, ale koukáte na jejich odrazy. Čímž se ještě více komplikuje prostor a vy vůbec nevíte, kdy se na vás kdo kouká. A decentralizovaná kontrola je tak dokonalá.

Kromě pokukování po ostatních zrcadla slouží jako kontrola vlastního vzhledu. V rozhovorech jsme se bavili o lidech, kteří se na sebe koukají do zrcadla a účastníci i účastnice výzkumu se vyjadřovali značně opovržlivě vůči takovým typům lidí. Cvičící sice připouští, že do fitness centra chodí kvůli vzhledu, odmítají ale připustit, že by svým vzhledem byli příliš posedlí. Jako kdyby existovala nějaká míra, kterou už oni nepřekročí. Nutnost vymezit se proti tomuto typu chování chápu jako určitý projev pokusu o nezávislost na vzhledu vlastního těla. Jako kdyby říkali: „Staráme se o svůj vzhled, ale nejsme jim posedlí a vlastně je nám to jedno.“ Péče o vzhled je možná chápána do značné míry jako povrchní a „zženštilé“ chování a proto cvičící nechtějí být spojováni s prvoplánovým obdivováním sebe sama v zrcadle. Podle Jany je nevhodné, pokud se muži příliš pozorují.

*„Já si myslím, že spousta lidí kvůli zrcadlům sem i chodí. (smích) [...] Jo jsou typy lidí, kteří fakt před tím zrcadlem tady stojí a vzhlížej se v něm a koukají se*

*na ty svaly. A tak každý se do toho zrcadla podívá, jak vypadá. Já to sama pro sebe nepovažuji za nutný, ale věřím tomu, že prostě to je důležitá součást fitka, určitě. Tak sem chodí spousta lidí [...], co extrémně dbají o svůj vzhled.“ (Jana)*

Cvičící si tedy v zrcadlech kontrolují svá těla. Veškeré chození do posilovny je vlastně o zdokonalování nedokonalého těla. Buď je tělo moc malé a hubené, nebo je moc velké a tlusté. Ideály těla rozebírám konkrétně v kapitole věnující se konstrukci femininity a maskulinity. Zde se věnuji tělu obecně, které se stává pouhým nástrojem a hlavně se stává tělem poslušným. (Foucault 2000: 201) Lidé chodí do fitness centra cvičit, zdokonalovat své postavy, nehledě na svůj gender. Z rozhovorů se ženami i muži vyplývá, jakoby tělo a jeho jednotlivé části byly odtrženy od člověka a jeho nějaké podstaty, a jsou vnímány jako vnější.

*„Snažím se jako ty svaly zapojovat do toho každodenního života, aby nebyly prostě jenom, protože jsou a byly vybudovaný, ale aby byly nějak prakticky využívaný nebo prostě i pro ty potřeby toho těla, který já prostě nějak nasimuluju, takový ty podmínky.“ (Lubor)*

*„[...] čím větší svaly, tím vlastně to tělo se dokáže sežrat samo, když nedostává ty živiny.“ (Honza)*

Lubor a Honza chápou své tělo z určitého fyziologického a biologického hlediska a vypráví o tom, jaké má látková výměna dopady na tvar těla. U Jana je patrné odcizení od jejího těla z tohoto výroku: „[...] jít znovu a znovu a vlastně opakovaně to tělo mučit.“ Při cvičení Jana nemučí samu sebe, ale mučí své tělo. Tělo je ve výroku popisováno, jako by bylo něčím jiným, než je Jana. Mučením je myšleno formování těla dle svých představ. Tento výrok mě inspiroval i k pojmenování mé práce. Je v něm totiž popsán odtahitý vztah ke svému tělu, touha po jeho formování, představa, že to formování je obtížné a namáhavé a nakonec lze z výroku vyčíst i jistou permanenci a řád, která je spojena s disciplinací těl cvičících.

Lidé ve výrocích výše mluvili o svém těle a mluvili o něm v tom smyslu, že samo o sobě, jak je, tak není dostačující, je nutné se o něj speciálním způsobem starat a podřizovat ho určitým praktikám. Je nutné ho speciálně živit, dopřávat mu odpočinek, cvičit s ním a používat jeho části. Tělo je krok za krokem podrobováno po jednotlivých částech, až je ovládnuto jako celek. (Foucault 2000:199) V Honzově výroku je zajímavá představa těla, které pokud nebude „správně“ živené, tak zmizí, dokonce sežere samo

sebe. Honza si myslí, že tělo je samo sobě nepřítelem a je nutné ho krotit. Tělu jsou ukládány zákazy a povinnosti, je dlouhodobě pod kontrolou díky sofistikované soustavě praktik, kterou si cvičící osvojí. Některé praktiky jsou pro všechna těla stejná, ale některé se liší v závislosti na genderu. Například o pravidelnosti režimu a řádu mluvili jak muži, tak ženy. Od pravidelnosti je totiž už jen krůček k permanentnosti.

*„A to je vlastně i o tom že jsem si kupovala ty permanentky, abych se i dokopala jít častěji, abych si v tom našla nějakou tu pravidelnost i abych si v tom našla takový režim.“ (Markéta)*

Jednou z donucovacích praktik jsou tedy permanentky, které jsou navázané na finance. Když lidé chodí často, tak ušetří. Když účastníci a účastnice ve výzkumu vynechali trénink, tak někteří z nich pocítovali silné výčitky a někteří slabší. Pokud výčitky popřeli, uváděli pro to ale důvod, že už cvičili jinde nebo jinak, takže denní porce disciplíny pro tělo už byla splněna. Výčitky odkazují ke zvnitřnění pravidel, která si osvojili, což opět odkazuje k Foucaultovi (2000).

*„Velký pocity výčitků a pak o to víc mám prostě právě pocity, že tloustnu, nebo že jsem udělal něco špatně a že bych to měl nějakým způsobem napravit.“ (Lubor)*

*„Hele já toho odcvičím tolik v práci [Františkova profese je zahradník – vložení H. P.], že jako fakt nemám výčitky, to ani náhodou. Je mi to nějak jedno, nehrotím to. Jako přijde mi, že to hrotím rok od roku míň. Dřív jsem jako nechtěl vynechat vůbec a teď už jako když vynechám, tak se nic neděje.“ (František)*

Další důležitou složkou lidského života, která může být cvičením ve fitness centru ovlivněna, je strava a stravovací návyky. Dochází k ovlivnění složení stravy, dávkování stravy a konzumace výživových doplňků.

*„Protože člověk si hlídá jídla, aby byl dobře najedený, takže si prostě musí udělat i ten denní program jídel [...] Já mám třeba vypořádaný, že si dám poslední velké jídlo tři hodiny před tréninkem, takže už musím mít třeba čas, kdy půjdu cvičit. A pak hodinu před tréninkem si dávám buď banán, anebo si ještě dávám minerály.“ (Lubor)*



Praktikami navázanými na stravování se disciplína z fitness centra dostává za jeho hranice. V návaznosti na jídle si člověk plánuje celý den a další činnosti ve svém rozvrhu.

*„Rozhodně mi [fitness – vložení H. P.] dalo životní styl [...] Třeba i co se týká alkoholu, já jsem vlastně do té doby, než jsem s tím začal, tak jsem jako relativně jako všichni moji vrstevníci jsem ten alkohol konzumoval na té v uvozovkách normální bázi. A díky tomu že i ten alkohol nějak negativně ovlivňuje svalový růst a tu regeneraci, tak jako dalo by se o mně říct, že abstinuju.“ (Lubor)*

Pomocí cvičení ve fitness centru došlo nejen u mého prvního komunikačního partnera, který si danou situaci pouze nejvíce uvědomoval a detailně ji popsal, ke zdisciplinování celého jeho života. Rozvrh každého druhého dne je podřízen návštěvě posilovny. Každodenní strava je podřízena budování ideální postavy. Cvičící může mít v rámci roku nějaké výkyvy a změny ve svém tréninku a režimu, ale i ty podléhají pravidlům a přichází v ten „správný“ čas.

*„Objemová fáze znamená, že člověk chodí do fitka míň a víc žere. A žere si víc, co mu chutná a víc takových těch z našeho pohledu nezdravých potravin. Je to asi od toho, že se člověk v zimě neukazuje tolik v plavkách.“ (Lubor)*

Ve fitness centru lidé disciplinují svá těla. Je tomu přizpůsoben prostor, který je otevřený, a jsou v něm rozmístěna zrcadla. Člověk je pod permanentní kontrolou ostatních i sám sebe. Tělo člověka, který chodí do posilovny, musí podléhat určitým parametrům, nebo se k nějakému ideálu musí přibližovat. Tělo je stroj, na který je uplatňována disciplinární moc, která je decentralizovaná a zároveň zvnitřněná. Účastnice a účastníci výzkumu mi vysvětlovali, že se snaží dosáhnout svých cílů kvůli tomu, aby se oni sami cítili dobře. Snaží se dosáhnout určitého ideálu, jehož podobu a charakteristiky si vzali za své. Obdiv okolí je „pouze“ třešničkou na dortu, která pocit z vlastního úspěchu dokončí.

*„A člověka to jako i těší, když za tebou někdo přijde, třeba taky ten dlouhodobý cvičenec a ten ti třeba řekne: Hele ty jsi teďka nějaký dobrý nebo ty váhy, cos tady tahal, hm, dobrý.“ (Lubor)*

Fakt, že si lidé ve fitness centru všimají pokroku či nezdaru u ostatních, jen potvrzuje, že se určitá skupina lidí navzájem kontroluje. Dokládá to tak teorii Julie

Wood, která tvrdí, že tělo se stává pouhým objektem, který je určen k tomu, aby byl pozorován. (Wood 2012: 147-153)

*„Máme o sobě přehled. A to fitko i díky tomu jaký je třeba malý, [...] když řeknu oproti těm velkým pražským, i ta fluktuace těch lidí je tam podstatně menší. Taký máš přehled o těch lidech a já prostě vím, jak tam kdo chodí, jak kdo cvičí a prostě už víš, že tamten je blbec, nezdraví, tamten prostě tahá špatný váhy špatnou technikou, [...] tamti kluci jsou nějaký, že nevědí, která bije, ale prostě se nějak snaží... Máš přehled o těch lidech, i když jako nechceš, mi přijde. Protože minimálně když prostě cvičíš podle svého plánu, kterého se držíš, a čekáš na nějaké náčiní, které se třeba neuvolnilo, tak stojíš za tím člověkem, a tak na něj koukáš, nebo vidíš, jakou tam měl váhu před tebou. A ty lidi si to samozřejmě pamatují.“ (Lubor)*

I v rámci pozorování jsem byla svědkem situace, kdy jeden z mých narátorů přišel za svou známou v posilovně, pozdravil ji a řekl: „Nezhubla jsi nějak? Sluší ti to.“ Tyto promluvy na ostatní lidi ve fitness centru jsou projevem toho, že o sobě lidi navzájem mají přehled. Pro ostatní, kterých se konverzace netýká, je to demonstrace toho, že se cvičící navzájem pozorují a kontrolují se. Tak se u mě jako u čerstvé návštěvnice prohloubil pocit permanentního dohledu. Zároveň je možné výroky interpretovat jako proces interpelace, v němž se stane to, že pokud se na mě někdo obrátí jako na osobu, která zhubla, stávám se hubenou a hubnoucí.

Člověk, který navštěvuje fitness centrum a chce dosáhnout „nějakých výsledků“ (zhubnout, nabrat svalovou hmotu, posílit a zpevnit tělo, vytvarovat postavu) a tím vlastně naplnit podstatu návštěv fitness centra, tomu musí obětovat značnou část svého života. Pocit obětování zvedá prestiž dosahovaným výsledkům. Zároveň se fitkař nebo fitkařka musí většinu svého života kontrolovat a žít naplánovaným způsobem. Musí vědět, co bude jíst, kdy to bude jíst, kdy půjde cvičit, jak bude cvičit a kdy bude regenerovat. Na otázku, kdo to vlastně je ten fitkař nebo fitkařka, jsem dostala od Lubora vystihující odpověď.

*„Je to člověk, který část a asi, řekl bych, jako markantní nebo většinou část svého života, nebo svého programu, podřizuje potřebám tréninku v posilovně.“ (Lubor)*

Na otázku, co vlastně návštěvy fitness centra přinesly do života mých narátorů a narátorek, dva odpověděli následujícím způsobem, který potvrzuje teorie disciplinace.

*„Tím, jak si člověk na to zvykne, má nějaký režim, zvykne si, já nevím, když to opravdu shrnu na sebe, tak já jsem si zvykla na nějaké jídlo a na nějaký režim [...] rád jsem chtěla říct, to je to správné slovo [...] a chtěla bych si to takhle držet.“ (Simona)*

*„Ale dalo mi v životě rád, dalo mi nějaké sebe-naplnění nebo nějakou seberealizaci ohledně svého těla [...] Rozhodně mi dalo životní styl, to fitko není pro mě prostě jenom ta posilovna. Fitko je prostě životní styl, kterým já žiju.“ (Lubor)*

### **3.4.2. Klasická kulturistická činkárna a smrad'árna**

V rámci zúčastněného pozorování i v rámci rozhovorů jsem měla možnost slyšet a vidět, jak je konstruováno fitness jako specifický sport. Fitness je sportem a sportovní prostředí je považováno za mužské (Renzetti, Curran 2003, Wellard 2009, Whitson 1990). V rámci pozorování jsem si nevedla podrobné statistiky, to ani nebylo účelem, ale bylo možné pozorovat rozdílnou návštěvnost z řad mužů a žen. Do posilovací části fitness centra chodilo rozhodně více mužů než žen. Procentuální odhad by byl tak 70-80 % mužů a zbytek žen. Majitel fitness centra Honza sice tvrdil, že rozdíl je menší:

*„Mně chodí malinko víc chlapů, protože když jsem začínal, tak se o mně vyprávělo, že to mám pro kulturisty, že to nemám pro normální lidi.“ (Honza)*

Ale z návštěv ve fitness centru jsem odpozorovala, že rozdíl je větší. Na druhou stranu jsem chodila do posilovny z větší části ve všední dny po páté hodině, tudíž nemohu bezpodmínečně tvrdit, že v jiných časech a dnech tam nechodí více žen. Za celou dobu mého pozorování, v časovém rozmezí jednoho roku a zhruba v rámci 40 návštěv se mi nestalo, že by v posilovně bylo více žen než mužů. Když jsem se ptala svých narátorů a narátorek, jestli je fitness nějak omezeno tím, jestli je cvičící muž nebo žena, tak se všichni shodli na tom, že fitness jako sport je dostupné a vhodné pro oba gendery.

Nejen skrze návštěvnost je fitness centrum konstruováno jako maskulinní prostředí. V rozhovorech jsem se ptala na různé otázky, které ani nemířili k nějaké mužské dominanci v daném prostředí, ale partnerky a partneři ve výzkumu samovolně odpovídali tak, že potvrzovali maskulinní charakter daného prostředí. Ať už vyprávěli

historiky nebo popisovali speciální situace, ženy v nich vystupovaly minimálně nebo byly zcela vynechané.

*„[...] protože tam je dost svobodných chlapců a mládenců a ty, když si najdou vztah, tak už tam přestanou chodit.“ (Lubor)*

*„Jo takový kulturista 120-ti kilový, když to vezmu, a pojedou na bruslích do [města vzdáleného 8 km od lokace posilovny – vložení H. P.] a zpátky, tak bude vyřízený. Fitnessák by to měl zvládnout.“ (Honza)*

*„[...] kolikrát si i poslechnu ty srandičky, co si tam dělají chlapi [...]“ (Markéta)*

Je otázkou, jestli to chápat v duchu Whitson, který tvrdí, že sport jen odráží jako zrcadlo privilegovanost mužů v celé společnosti (Whitson 1990:20), a všichni zkrátka jen používají generické maskulinum, nebo jestli je sport odvětví, v němž je dominance mužů ještě výraznější než v běžné společnosti a ženy jsou prostě neviditelné (Brabazon 2006: 76). Na základě pozorování a rozhovorů se přikláním k druhé variantě.

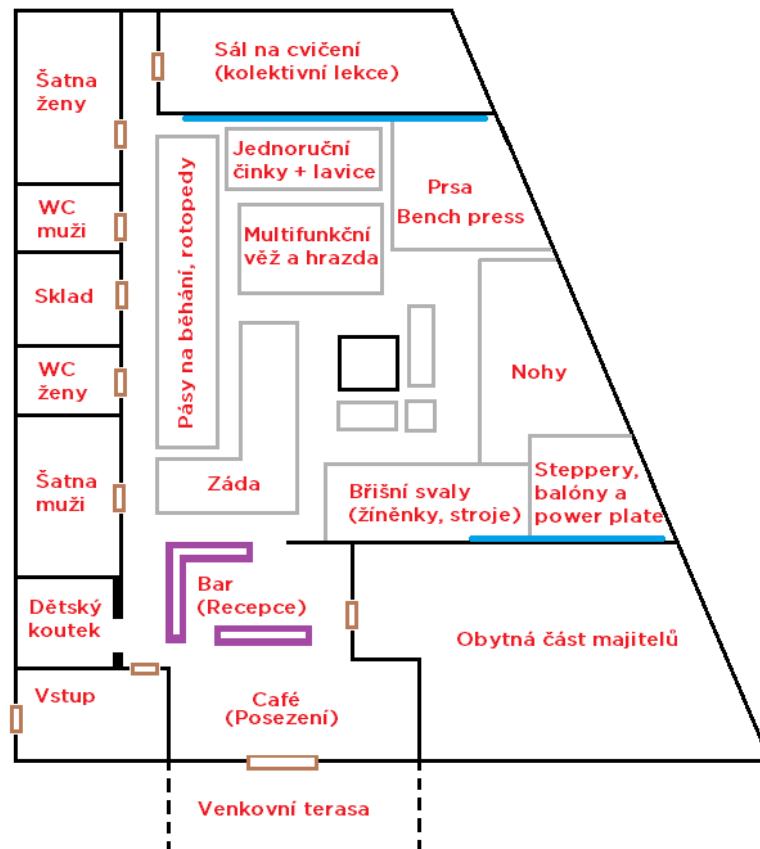
Jedna z partnerek ve výzkumu dále sama od sebe začala rozvíjet teorii o tom, co si muži myslí, co sledují a jak by to podle nich ve fitku mělo vypadat. Ani jednou nezmínila nějaké potřeby žen, nebo jejich touhy, jak by mělo vypadat fitness centrum.

*„[...] ale je pravda, že chlapi to tady jako hodně řeší, co mají ty ženy na sobě a přemlouvají je k tomu, aby si brali různé bikiny, nebo tak, že jako ty chlapi si říkají, že by jako chtěli, aby sem chodily ženy, který mají tričko krátký pod prsa, holý břicho, jo. Že by je to jako víc motivovalo. [...] A řeší to i manžel s jedním kamarádem, co sem chodí, a řešili vlastně to, že i holkám za bar koupí nějaký tílka, aby to jako vypadalo všechno hezky.“ (Jana)*

Ženy jsou v tomto příběhu degradovány na pouhé předměty motivace mužů. Vůbec se nepočítá s tím, že by do fitness centra chodily cvičit i ony, že by na sobě pracovaly a někam se posouvaly. Pokud by na sobě pracovaly, tak jen z toho důvodu, aby se líbily mužům. „Krátká trička pod prsa“ odkazují ke specifické představě o ženské „fitness“ vypracovanosti a vizuálním obrazům, které jsou v kultuře sdíleny prostřednictvím sociálních médií, kde je možné vidět na fotkách ženy s vypracovanými břišními svaly.

Posilovna je silně hierarchizovaným prostředím (Spielvogel 2002). V rámci prostoru je jasně definováno rozdělení mezi gendery v podobě oddělených šaten.

Mužům i ženám je určen jiný prostor, ve kterém se mohou převlékat. Mužské šatny jsou umístěny blíže vchodu a blíže k posilovací části fitness centra, zatímco ženské šatny jsou blíže sálu určeného ke kolektivním lekcím. Zároveň je v prostoru přítomna hierarchizace na základě rozdělení zákazník/zákaznice a majitel/majitelka či obsluha za barem. Jsou místa, kam návštěvníci a návštěvnice fitness centra nemohou vstoupit, kam může pouze obsluha a pak jsou místa, kam nemůže ani obsluha, ale pouze majitel a majitelka.



Nákres fitness centra

V posilovně je prostor členěn do různých sekcí, které jsou rozdílně využívány muži a ženami. V jednom rohu posilovny je kout s různými balony žíněnkami a steppery, tam obvykle muži nechodí. V druhém koutě posilovny jsou umístěny běhací pásy a eliptické trenažéry, kam chodí muži a ženy stejně. Na bench pressu jsem ženu neviděla, stejně jako jsem neviděla nikdy muže na stroji určeném pro posílení hýžděových svalů a steh. Stroje na posilování steh a hýždí jsou umístěny opět v koutě u balonů a stepperů, tudíž i rozmístění náčiní ve fitness centru určitým způsobem definuje, kde by se měl daný člověk pohybovat v závislosti na jeho genderu. V centru veškerého dění jsou lavičky, na kterých se cvičí s činkami jednoručkami a před kterými je dlouhá

stěna plná zrcadel. (Viz nákres.) S jednoručkami občas cvičí i ženy, ale převážně se v tomto prostoru vyskytovali muži během mého pozorování. Zároveň se zde potvrzuje teorie, že „uspořádání tělocvičny a rozmístění strojů kopíruje takové nastavení, kdy muži cvičí v centru a ženy na periferii“ (Matthews 2016: 322).

*„Ted’ jsem začal zase cvičit nějaká kompenzační cvičení, nějaký vnitřní stabilizační systém, core, jak tomu říkají. Takže jsem šáhnul do takové ženské a alternativní sekce pro nás fitkaře.“ (Lubor)*

Z tohoto výroku je jasné, že narátor dává do rovnocenného vztahu slova „ženský“ a „alternativní“. Z toho tedy vyplývá, že normální/standardní lze chápat jako ekvivalent mužského. Je ale otázka, jakou by to vyvolala reakci, kdyby „ženské“ stroje byly umístěny do středu posilovny. Ženy by mohly být ze všech stran snadněji pozorovatelné, byly by uprostřed a muži by se na ně mohli dívat ze všech stran, což dle vlastní zkušenosti není příjemné. Možná se tedy uspořádáním fitness centra konzervuje maskulinita (Matthews 2013: 13), ale rozhodně vzhledem k zažitému stereotypnímu vzorci, kdy žena má být krásná a potěšit oko muže, je rozmístění posilovny vlastně vhodné, protože ženy si mohou najít svůj kout, kde alespoň částečně utečou před pohledy mužů, z nichž někteří mají permanentní potřebu je pozorovat.

Rozdělení fitness centra odpovídá majitelově přesvědčení. Fitness centrum Honza budoval sám a vymýšlel i rozestavění strojů.

*„Když přijde pár, že chtějí cvičit spolu, tak já jim řeknu, že jim to nedoporučuju, protože já pro ty chlapy mám jiný cviky než pro ženský. Když to tak řeknu... chlap chce většinou shodit pupek a nabrat svalovou hmotu. Ženská ta zase chce: bolí mě záda, to je 80 % ženských [...] a pak chtějí samozřejmě zadek a břicho. [...] oni chtějí cvičit spolu. Přijdou spolu a berou posilovnu jako posilovnu, oni vůbec nerozlišují, že ona potřebuje jiný cviky než ten chlap. Chlapa dám na bench, protože každý se chce pochlubit, kolik zvedne. V hospodě se ho zeptají, kolik zvedáš. Nechápu tuhle otázku, ale dobře. A ženská zase chce chodit po ulici v menší konfekční velikosti.“ (Honza)*

Přesvědčení narátora se tedy odráží nejen v prostoru a jeho využití, ale i v konkrétních praktikách – trénincích návštěvnic a návštěvníků fitness centra. Zároveň je nutné dodat, že to přesvědčení zřejmě vyplývá z rozdílného pojetí ideálu krásy

u mužů a žen, čemuž se věnuji v kapitole popisující konstrukci femininit a maskulinit v rámci fitness centra.

Pohyb po prostoru fitness centra má svá pravidla, přesně jak píše Sassatelli. (Sassatelli 1999: 228) Ale nejen pohyb po prostoru ale i čas návštěvy je striktně organizován a má svá pravidla. (Sassatelli 1999: 238) Pokud bych přistoupila na její teorii, že vystupování ve fitness centru je vlastně hrou složenou z verbálních a neverbálních projevů (Sassatelli 1999: 233), je možné popsat několik základních pravidel této hry. Když lidé cvičí na strojích, ve svých tvářích mají výraz, který odráží námahu, zároveň při cvičení různě hekají a funí, čímž opět ztělesňují námahu, kterou vykonávají. Oproti tomu, když necvičí, nastává zvláštní situace – ztělesňují pauzu. Chodí mezi stroji, nekoukají se nějak přehnaně na ostatní, spíš klopi zrak a vyhýbají se přímému očnímu kontaktu, když se s někým míjejí. Okatě koukat na druhé lidi, není přípustné. Často si lidé kupují iontový drink, který nechávají stát na baru, takže mezi cvičením se chodí napít na bar. Je to ideální způsob, jak smysluplně vyplnit chvíli mezi cvičeními. Během pauzy se také občas protahují, zkrátka jasně ukazují, že necvičí. Když jsem se pohybovala ve fitness centru já, taky mi mezi cvičeními bylo trochu trapně, protože jsem vlastně nevěděla, co mám dělat. Někde jsem si našla výplň času celkem jednoduše. Například po běhu na běžícím páse je vhodné ho vydezinfikovat, tudíž jsem si vzala utěrku a dezinfekci a očistila jsem madla na páse. U jiného typu cvičení bylo těžké hledat výplň, ale většinou jsem si poradila tak, že jsem si šla popovídat za lidmi, se kterými jsem přišla. Myslím si, že výhoda toho, když jdete cvičit ve více než dvou lidech, spočívá právě v tom, že jeden je na stroji a cvičí a druhí dva si mohou vyplňovat pauzy mezi cvičením společnou konverzací. Pokud jsem mezi cvičeními zůstala sedět na stroji, většinou jsem koukala „do blba“, tedy neurčitě jsem hleděla někam na zeď, abych svým pohledem neznervózňovala ostatní cvičící a zároveň abych na sebe nepřitahovala zbytečnou pozornost.

Fitness centrum je sociální prostor, v němž dochází k vyjednávání identit a významů (Sassatelli 1999:28). Lidé se v prostoru potkávají a vzájemně na sebe působí. Existují jistá nepsaná pravidla, které většina návštěvníků a návštěvnic dodržuje. Pokud jsou některá z těchto pravidel porušena, někteří lidé jsou značně rozčileni. Klíčová rekvizita při nástupu do prostoru fitness centra je ručník. Ručník má hned několik funkcí. Ručníkem si otíráte pot z vlastního čela, když máte náročný trénink a nechcete, aby vám stékal do očí. Dále je důležité, pokud cvičíte na nějaké lavičce,

ručník dávat mezi sebe a lavičku. To ale není kvůli vlastnímu pohodlí, ale kvůli hygieně. Když ručník na lavičku nedáte a zpotíte se, na lavičce po vás zůstanou mokré fleky, takže ostatní potom po vás musí uklízet nebo si musí lehnout do vašeho potu. Poslední důležitou funkcí ručníku je, že když ho necháte na nějakém stroji či lavičce, dáváte najevo svému okolí, že stroj je obsazen a oni musí jít cvičit jinam. Pokud jste pozorní vůči ručníkům, vyhnete se tak konverzaci s ostatními a dohadování se o nějaký stroj.

*„A ty lidi, který se extrémně potí a ručník nenosí, tak mě extrémně iritují. Protože je to nechutný, když potom člověk jde po někom cvičit na lavičku, kde jsou prostě vlhký fleky od potu nějakého jiného člověka, tak je mi to značně nepříjemný.“ (Lubor)*

Porušení pravidel je odsouzeno téměř každým ve fitness centru, ačkoliv dané pravidlo není nikde psané. Dalším důležitým nástrojem jsou sluchátka. Pokud má někdo sluchátka, není možné se s ním začít bavit. Okolnímu světu tudíž naznačuje, že se během návštěvy posilovny nechce s nikým vybavovat. Jana dokonce tvrdila, že bez sluchátek vůbec cvičit nechodí. Pokud nejde cvičit s někým ve dvojici, musí mít sluchátka, pokud nejsou nabitá, cvičit prostě nejde. V posilovně sice hraje hudba, ale ne všem vyhovuje její žánr, a navíc ji nelze využít jako znak, který říká ostatním, aby se drželi dál.

*„Občas mám tendenci se s těmi lidmi bavit. Ty sluchátka si sundám a s každým prohodím nějakou přátelskou větu. Občas mě všichni prostě štvou [...] jsem potom v tom svém tunelu. Ty sluchátka [...] fungují tak, že prostě těm ostatním ukazuješ, že nemáš chuť se bavit.“ (Lubor)*

Ačkoliv se někteří lidé nechtějí vybavovat, fitness centrum je nutné chápat jako sociální prostor. Ve fitness centru se lidé chovají specifickým způsobem právě proto, že jsou v posilovně. „Pokud by se někdo obdobným způsobem choval mimo prostor fitness centra, jeho chování by mohlo být považováno za značně výstřední až podivné.“ (Sassatelli 1999: 229) Tento citát lze aplikovat na oblečení cvičících. Některé modely zdůrazňující především mužské svaly (tílka s výstřihy až pod prsa) by mimo fitness centrum působily komicky. Dále lze touto optikou pohlížet na cvičení a doprovodné grimasy a zvuky. Stejně tak některá konverzační témata jako váha cvičících, jejich stravovací návyky nebo kolik kdo „tahá“, nejsou témata, která by se běžně probírala mimo zdi fitness centra.



Jako název této kapitoly jsem zvolila výrok jednoho z mých narátorů, který se snažil charakterizovat fitness centrum a jeho návštěvníky.

*„[...] to naše fitko je opravdu taková ta klasická kulturistická činkárna, kam prostě chodí takový ty velký srdcaři a fitkaři, a naopak tam chodí málo takových těch trendy lidí. [...] My jsme taková ta smradárna [...]“ (Lubor)*

Podobným způsobem o prostoru mluvila jedna z mých narátorek. V její výpovědi dochází ke konstrukci prostoru skrze porovnání s jiným fitness centrem. Tak je posilovna definována tím, čím není.

*„Na jednu stranu mi třeba tady vadí, že ten prostor je takový malý, až jako stísněný, jo. Zase ale už tam chodí jedni a ti samí lidi a už víš, že když někam jdeš, tak jdeš do takového domáctějšího prostředí, kdežto to druhý fitko je takový na můj vkus hrozně komerční. Mně přijde, že jsou fitka, která jsou o tom stylu, a řeší se tam, kdo co má na sobě, jak kdo vypadá, jak kdo čumí, já nevím. Tady jak přijdu, v čem přijdu, namalovaná, nenamalovaná, tak je to každému prostě úplně jedno. A to mě docela jako vyhovuje, že přijdu, teď se tam už znáš s těmi lidmi, takže čau čau víš co, prohodíš nějaké dvě věty a jdeš si cvičit. [...] mi vyhovuje ta atmosféra, jakože je to takový nekomerční.“ (Markéta)*

Fitness centrum, v němž jsem prováděla výzkum lze tedy charakterizovat jako menší a rodinného typu. Pokud tam člověk chodí pravidelně, a navíc i třeba zhruba ve stejný čas, potkává tam stejnou skupinu lidí. Sice jsem tam občas potkala někoho, kdo si dělal selfie před zrcadlem a vlastně moc necvičil, ale takových lidí je tam skutečně minimum. Atmosféra je intimnější i díky prostoru, který zase není tak velký, jak by se od fitness centra mohlo očekávat. Menší prostor ale na druhou stranu podporuje kontrolu. Prostor fitness centra podléhá genderově stereotypizujícím vzorcům uvažování, které přikazují mužům a ženám budovat svá těla jiným způsobem a tím pádem využívat jiné cvičební pomůcky a z toho vyplývá, že se ženy a muži pohybují po posilovně rozdílným způsobem. Celkově prostoru dominují muži, ať co se týče návštěvnosti posilovny nebo hlasitosti jejich konverzací, témat probíraných ve fitness centru či fyzického opanování prostoru.

### **3.4.3. Konstrukce ženské identity**

Při zúčastněném pozorování jsem sledovala vnější projevy konstrukce jednotlivých identit. Jednou z evidentních věcí, kterou je možné pozorovat je vzhled návštěvníků

a návštěvnic fitness centra. První aspekt, který jasně odděluje jedince podle genderu, je oblečení. Obecně se dá říci, že ve fitness centru chodí ženy ve více vypasovaném oblečení než muži. Ženy nosí většinou upnuté legíny a obepínající tílko či tričko, z něhož může koukat sportovní podprsenka. Nosí takové oblečení, které zvýrazňuje jejich zadek a prsa. Pokud jsem v rozhovoru zavedla řeč na oblečení a jeho význam, dostalo se mi odpovědi, že je důležitá především funkčnost oblečení nikoliv jeho vzhled. Jana v rozhovoru tvrdila, že se o oblečení vůbec nezajímá, při tom ale pokračovala ve výpovědi, kde uvedla, v jakých značkách chodí ostatní lidi ve fitness centru.

*„Chodí sem holčina, která musí mít všechno od Nebbia nebo od Calvina Kleina. To jsou lidi, kteří si na to fakt jako potrpí. [...] Já to asi neřeším, protože si vezmu volný kalhoty [...] a jdu si zacvičit a fakt jako neřeším, co mám na sobě.“ (Jana)*

Pokud věnovala tolik pozornosti tomu, co na sobě nosí ostatní lidé, je to v rozporu s jejím tvrzením, že oblékání moc neřeší. Touha vymezit se oproti přílišnému dbání o vzhled je obdobná jako touha vymezit se proti přílišnému prohlížení se v zrcadle, což zmiňuji v kapitole o prostoru fitness centra. Některé ženy ve fitness centru volí volnější typ úboru, ale vždy je tam jistým způsobem zachována domnělá ženskost. Pokud si například žena vezme oblečení s maskáčovým vzorem, tak toto oblečení je upnuté a zvýrazňuje tak její „ženské křivky“. Ženy, které chodí cvičit, svým oblečením podporují svou feminitu.

Čeho jsem si v prostoru všímala minimálně, bylo „bezbranné“ chování žen v prostoru fitness centra. Ačkoliv se média snaží prezentovat ženy jako slabé v podřízeném postavení (Brabazon 2006: 77), ženy ve fitness centru si počínaly sebevědomě. Pohybovaly se sice jen v určitých částech fitness centra a posilovaly jiné partie než muži, ale ve svém sektoru se chovaly sebevědomě. Nenechávaly si pomoci s náčiním, nepotřebovaly nic vysvětlovat. Po fitness centru se pohybovaly s přehledem a sebevědomím. Domnívám se, že to, jestli v daném prostoru člověk působí sebevědomě či nikoliv, se odvíjí od počtu návštěv a celkové doby, kterou v posilovně strávil. Ženy, které překračovaly hranice „vymezeného“ prostoru, tedy využívaly například stroje, které většinou okupovali spíše muži, se také chovaly sebevědomě a s daným náčiním uměly zacházet. V rámci mého zúčastněného pozorování jsem si všímala obdobných změn i u sebe. Nejlépe jsem se cítila v těch prostorách, kde jsem se

pohybovala nejčastěji. Zpočátku to byl pouze běžecký pás, časem jsem přešla k některým „ženským“ strojům, ale zároveň s tím jsem pronikala i například k lavičkám u jednoruček (kde většinou cvičí muži), což přičítám tomu, že mými průvodci ve fitness centru byli muži, a tak jsem se jednoduše připojila k jejich tréninku.

V teoretické části jsem se hodně věnovala disciplinaci ženského těla a podléhání domněle univerzálnímu ideálu krásy. Ženy, které se účastnily mého výzkumu, do značné míry vypovídaly v souladu s těmito teoriemi.

*„Tak v první řadě jsem chtěla trošku se sebou něco dělat, trošku se zpevnit [...] Nechci buchty na břiše, ale chci takový pevný plochý břicho a mít pevný stehna.“ (Markéta)*

*„Vím, že chci jako zhubnout tři čtyři kila teď, ale jinak žádný velký cíle nemám. [...] A motivací je pro mě to [...] že potřebuju zhubnout do plavek, tak v tu chvíli jako zapojím všechny ... (smích) [...] Když mám nějaký cíl, prostě ten trénink je jiný, než když se jen tak jako plácáš bez nějakého cíle.“ (Jana)*

*„[...] si chci udržet dobrou postavu jakoby, abych vypadala pěkně.“ (Simona)*

Brabazon zmiňuje, že ženské cvičení je v obecném mediálním diskursu často spojované právě se zmiňovaným hubnutím (Brabazon 2006: 66), což mé narátorky potvrdily. Nevím, do jaké míry je daný ideál krásy, který vyplynul z promluv mých narátorek, univerzální pro dané fitness centrum, ale ženy se shodly na tom, že ideální ženské tělo by mělo být vysportované, pevné a hubené, ale ne příliš hubené.

*„[...] tyhle bikiny fitness jsou fakt jako extrémně hubený, jo. Že na tom podiu to třeba vypadá krásně, ale když toho člověka vidíš v reálu, tak jsou hrozně jako štíhlý, extrémně. [...] A klasický fitness to je prostě pro mě hezká vysportovaná postava.“ (Jana)*

Heyes upozorňuje na to, že praktiky spojované s hubnutím mohou ženám dodávat pocit vlastní kompetence. (Heyes 2006) Výše zmiňovaná výpověď Jany ukazuje, že je schopná stanovit si cíl a toho dosáhnout. Cílevědomost a aktivita mohou být chápány jako vlastnosti, které se u žen rozvíjí oproti klasickému stereotypnímu uvažování o ženách jako o slabých a bezmocných.

Nejen ženy během mého výzkumu konstruovaly obraz ideálního ženského těla a ideálního ženského chování.

*„A teď je tam momentálně jedna žena, která teda vypadá více jako taková mužatka. Právě hodně hrotí to cvičení, ale přijde mi, že už jako i na poměry vkusu to přehání a ta se extrémně potí [...] A i ta její postava se nějakým způsobem dost jako deformuje do jakoby chlapské podoby. A esteticky už to není vůbec hezký [...]“ (Lubor)*

Přirovnávání svalnatých žen k mužům je ve fitness centru zcela běžné. I během neformálních rozhovorů jsem často zaslechla slovo „mužatka“ nebo přirovnání „jako chlap“. Je tedy evidentní, že pokud žena začne příliš atakovat hranici kulturně stanovených vizuálních charakteristik pro ženu, u mužů to vyvolává nelibé pocity. Myslím si, že ale přítomnost a snaha této „maskulinní“ ženy ve fitness centru nabourává do jisté míry tvrzení Bartky o tom, že ženy se snaží redukovat rozmanitost těl a tváří na jeden požadovaný ideál. (Bartky 1997: 97) Tato žena se svou činností snaží přiblížit určitému ideálu, který ale není typický. Tak bych mohla říci, že jsem ve fitness centru zaznamenala konstrukci dvou ideálů krásy: jeden představuje hubené zpevněné a „femininní“ tělo a na druhé straně je ideál silné a svalnaté ženy. V každém případě ale stále platí, že ženy v mém výzkumu vnímají své tělo jako nedokonalé, a proto cítí nutkání ho neustále formovat a kontrolovat. O této situaci píše i Washington a Economides a poukazují na rozporuplnou situaci cvičících žen. (Washington, Economides 2016) Některé ženy svou svalnatou postavou skutečně narušují představu klasické „křehké“ femininity, ale zároveň jejich formování těla je způsobeno disciplinací a podrobením se určitým pravidlům. (Tamtéž 156) I svalnaté ženy toužící po svalnatém a silném těle, chápou své tělo jako nedokonalé. Autorky doufaly, že potvrdí možnost, že specifický sport, v němž ženy budují svalnatá těla, pomůže k uznání širšího spektra možných ženských těl, ale zjistily, že uznání „jiné“ femininity je stále ohroženo a znemožňováno zažitou heteronormativitou a ukotvenými hegemonními ideály krásy. (Tamtéž 156) Možná právě proto, že je společností stále oceňováno především „klasické“ femininní tělo, tak málo žen ve fitness centru vybočuje svým vzhledem a bojuje proti zažitým stereotypům.

Se zmiňovanou svalnatou ženou měl ale můj narátor především jiný problém, než že by narušovala jeho estetické citění. Žena se totiž potila a nenosila si ručník, který slouží k zajištění suché lavičky na cvičení.

*„A teď bojuju vnitřně s tím, jestli bych jí měl něco říct a jak bych jí to měl říct tak, aby se jí to nedotklo, a já jsem předal ten message. (smích) A vůbec nevím,*

*jak se k tomu postavit. Protože chlapovi prostě řekneš: smrdíš, potíš se jako prase, podívej se, já po tobě nechci cvičit. Ale nemyslím si, že by to mohlo padnout na úrodnou půdu v případě [...] jednání s opačným pohlavím. Přijde mi to takový nedůstojný přijít za ženou a říct jí: podívej se, smrdíš, jsi zpocená a já to nechci po tobě tady na té lavičce vidět, a to tě maminka neučila, že si máš po sobě utřít? Takže to je takový můj problém, se kterým si teď nevím rady.“ (Lubor)*

Ačkoliv žena překračuje vizuální normy pro to být ženou, stále si můj narátor zachovává gentlemanský přístup a tím ženu uzavírá zpět do formátu „ideální“ ženy. Žena, která je popisována narátorem, je nezávislá a silná, buduje svalovou hmotu a je jí jedno, že ji všichni ostatní vidí zpocenou, je jí dokonce jedno, že nevoní. Všechny tyto vlastnosti jsou v naprostém rozporu s představou o ideální ženě, která by měla dbát na to, aby byla především krásná a křehká. Jak píše Brabazon, velké a silné ženy nabourávají stereotypy. (Brabazon 2006: 78) Ovšem muž reagoval tím způsobem, že zařadil zpět do její kategorie, když se obával, aby se jí jeho chování nedotklo. Jako by si jí pomyslně ochočil a přiřknul jí alespoň jednu „správnou“ vlastnost a to stud. Zároveň tím sám konstruuje svoji maskulinitu jako takovou, která je k ženám uctívá.

Wolf píše o tom, že ženy budou zcela podřízené, pokud se podaří, aby se cítily zodpovědné za stárnutí nebo tvary svého těla, aby upravily to, jak o sobě přemýšlí a po čem touží podle diskriminačních pravidel a ze selhání systému budou obviňovat samy sebe. (Wolf 2000: 34) Bartky zase mluví o tom, jak je žena trestána, pokud nedodrží disciplinační praktiky vedoucí k transformaci jejího nedokonalého těla. Žena trestá sama sebe minimálně pocitem hanby. (Bartky 1997: 97-103) Jedna z mých narátorek byla tři měsíce po porodu a již zhruba dva měsíce po porodu začala cvičit.

*„Já jsem ráda, že jsem začala cvičit, protože když jsem necvičila po porodu, tak jsem si přišla hrozně tlustá, vytahaná a nemohla jsem se ani svého přítele dotknout, protože jsem se bála, že když mě někde chytí, tak mě prostě chytí za špek. A styděla jsem se před ním [...] Já už jsem teda začala teďka cvičit a pořád se stydím, ale je to lepší, už teď dokážu doma chodit v kalhotkách. (smích) Ale furt se fakt stydím.“ (Simona)*

Výpověď Simony potvrzuje teorie jak Bartky, tak Wolf. Má narátorka si zcela zvnitřnila hodnoty ideálního ženského těla a sama sebe trestala prostřednictvím výčitek

svědomí a studem za to, že se ideálu nepřibližovala. Zároveň je její výpověď v souladu s tím, co tvrdí Dworkin a Wachs, tedy že těhotné tělo je chápáno jako neposlušné a je nutné ho co nejrychleji zkrotit. (Dworkin a Wachs 2004: 617) Ze všech mých narátorek a asi i ze všech žen, co jsem ve fitness centru potkala, se Simona přibližovala „femininnímu“ ideálu krásy nejvíce. Je velice štíhlá a postavu má vysportovanou. Ještě než jsem začala rozhovor nahrávat, tak jsem si s narátorkou povídala a ona mi říkala, že její partner jí říkal, že s ní nebude za chvíli spát, protože je moc hubená a není ji za co chytit. Do jisté míry je vlastně ztělesněním jednoho z výše definovaných ideálů. I přes to všechno narátorka sama sebe vlastně trestá, což ukazuje, že nezáleží na tom, jak moc se danému ideálu žena skutečně přibližujete, ale pocit nedokonalosti ženského těla je trvalý. Ženy samy sobě dělají bachařku, jak píše Bartky. (Bartky 1997: 106) Zároveň je u Simony patrné, že se cítí zodpovědná za to, jak vypadá, a proto bere osud do vlastních rukou a hned jak je to možné po porodu, začíná cvičit. Což dokazuje to, o čem píše Foucault, že kdyby žila odevzdaně bez pocitu vlastní kompetence, nebylo by možné na ní uplatňovat mocenské tlaky (Foucault 2000: 344). Situace Simony opět ilustruje protikladný charakter ženského cvičení, jak jsem o tom psala výše inspirována studií Washington a Economides. (2016) Cvičící žena se stává ženou, která mění samu sebe, je aktivní a je silná. Na druhé straně se ale podřizuje ideálům krásy a disciplinuje své tělo v touze po uznání od svého okolí ale i kvůli získání úcty k sobě samé.

Ženy ve fitness centru působily více odměřeným dojmem. Nejlépe se mi s nimi navazoval kontakt v šatně, která by se dala označit jako výlučně ženský prostor. I z jejich výpovědí to vypadalo, jako by se nacházely vně nějaké komunity, která se ve fitku utvořila.

*„Já mám prostě kolikrát ráda, že na mě nikdo nemluví, kolikrát si i poslechnu i ty srandičky, co si tam dělají chlapi.“ (Markéta)*

Markéta popisuje, jak si tam muži dělají srandu a ona jen poslouchá. Obdobně cituji v kapitole o prostoru fitness centra majitelku posilovny Janu, která vypráví o tom, co tam v posilovně muži řeší a jaká pravidla zavádějí. Narátorky se tak staví do role mimo komunitu, do role pasivních posluchaček a v této pozici se jim líbí. Nezaznamenala jsem u nich nějaký náznak kolektivní identity „fitnessaček“. U mužů byla určitá forma kolektivní identity patrná jak v jejich chování, tak o ní i mluvili v rozhovorech. V rámci pozorování jsem viděla snad jen jednou dvě ženy, které by přišly spolu a navzájem si dělaly sparing partnerku. Většinou jsem viděla více žen

pohromadě, když procházely posilovnou do zadního sálu určeného na kolektivní lekce. Narátorky, které jsem vyzpovídala, mi říkaly, že třeba ze začátku chodily s někým, ale pak se rozhodly, že budou chodit samy.

*„[...] my jsme si tohle začaly s kamarádkou, nicméně asi po čtrnácti dnech jsme zjistily, že ten termín nám vůbec nevyhovuje, že jsme to nestíhaly z práce nebo tak [...] tak jsme pak postupně začaly chodit i do té posilovny nebo to už jenom spíš já sama a nějak jsem zjistila, že mi to vyhovuje daleko víc než nějaká skupinová lekce.“ (Markéta)*

Pro mou narátorku byly primární důvody návštěvy posilovny, že není na nikom závislá, trénink si udělá, jaký chce, a i se zrelaxuje, když se nemusí s nikým bavit. Brabazon se ve svém výzkumu zabývala kolektivními lekcemi aerobiku a přišla s teorií, že žena díky cvičení opouští prostor domácí sféry, která jí byla vyhrazena a přesouvá se do veřejné sféry. (Brabazon 2006: 77) To by v případě mých partnerek ve výzkumu souhlasilo. Ačkoliv mé tři narátorky nebyly uvězněny v domácí sféře, protože mají zaměstnání a jsou relativně ekonomicky nezávislé. Mé narátorky pak překračují další hranici v rámci fitness centra, protože většina žen chodí na kolektivní lekce, ale ženy z mého výzkumu jdou do prostoru posilovny, který lze chápat jako mužský oproti sálu určeného ke kolektivním lekcím. V rámci prostoru posilovny jsou pak specifické sekce určené pro muže a ženy, jak o tom píšu v kapitole věnující se prostoru fitness centra, a toto již velice konkrétní rozřazení překračuje již jen velice málo žen. Ty potom využívají i stroje „určené pro muže“ a cvičením se nepřibližují konvenčně sdílenému ideálu krásy, ale svou postavu tvarují jiným způsobem. Ať tedy ženy překračují hranice určených prostorů a činností na jakékoliv ze zmiňovaných úrovní, tímto způsobem mohou utvářet nové narativy ženství. Brabazon píše o kolektivním sdílení těchto nově získaných zkušeností (Brabazon 2006: 78), ale to se mi v případě cvičení v posilovně nepotvrdilo. Brabazon psala o kolektivních lekcích. V rámci individuálního cvičení ve fitness centru jsem nějaké kolektivní sdílení nezaznamenala.

V rozhovorech ženy nijak zvlášť neakcentovali přítomnost nějakých hierarchií mezi nimi navzájem, ale přesto si myslím v souladu s Nichter, že ženy mezi sebou mají ustavené hierarchie na základě vzhledu a štíhlosti. (Nichter 1994) Hodnoty, které definují správnou „fitkařku“, se v některých aspektech kryjí s hodnotami uznávanými muži. Vzhled je stejně jako u mužů klíčovým měřítkem toho, kdo je v posilování

úspěšný. U žen je ale možná ještě více akcentován, protože u nich není důležité, kolik kilo cvičící žena dokáže zvednout, ale jak vypadá a jak má vytvarovanou postavu.

*„Když tam vidím třeba nějakou holku, která je fakt jakože dobrá, jakože vypracovaný tělo, vypadá dobře a opravdu, hm, je vidět, že na sobě maká, tak si říkám: tyjo, tyjo, jaký já jsem loser a tohle je fakt holka, která na sobě maká, musím přidat. A už mi to zase začíná šrotovat v hlavě.“ (Simona)*

*„[...] když sem přijde někdo, kdo fakt jako hezky vypadá, má krásnou postavu, tak se mi tak prožene hlavou: jo, budu víc cvičit, taky to bude vypadat.“ (Jana)*

V obou výrocích je patrný jak důraz kladený na vzhled, tak význam nějaké píce, kterou ženy musí vynaložit na to, aby nějak vypadaly. Zároveň je zajímavé, že obě narátorky si z pohledu na ženu, která má hezčí postavu než ony dvě, vezmou pozitivní motivaci a chtějí zlepšovat svůj výkon. Možná je to právě i o pocitu vlastní kompetence, který popisují Brabazon (2006) nebo Heyes (2006). Možná je to o pocitu: když může ona, tak já to zvládnou taky. Tím se jedna žena pro druhou stává inspirací a „v tichosti“ se tak navzájem podporují.

#### **3.4.4. Lepší je být chlap než chcípák**

V rámci pozorování je oblečení tím prvním prvkem, které odlišuje muže a ženy a pomáhá jim v budování jejich identit. Fitness je sport, tudíž veškeré oblečení všech cvičících podléhá určitým zvyklostem týkajícím se sportovního oblečení. V rámci daného odvětví je však oblečení mužů značně rozmanité. Nejzajímavější je různorodost z hlediska upnutí oblečení na tělo. Muži ve fitness centru nosí docela často oblečení, které je obepíná, nebo oblečení, které odhaluje především paže a hrud'. Když potom v tomto oblečení cvičí, obepnuté či obnažené partie vypadají, že jsou větší a vypadají značně vyrýsovaní. Pokud jsem v rozhovorech položila otázku týkající se oblečení, muži obdobně jako ženy odpovídali, že u oblečení řeší především jeho funkčnost, ale bylo patrné, že jim záleží i na vzhledu. Zajímavé je, že jeden narátor zdůrazňoval lacinost oděvů a druhý zase jejich kvalitu odvíjející se od vysoké ceny, kterou za oblečení platí.

*„Tak já normálně utrácím hrozný prachy za hadry, takže i za to fitko docela [...] Já si teda většinou kupuju v Americe všechno. Ale tak jenom boty mě stojí bůra, že jo [...] Hadry prostě něco stojí. [...] ono nejde moc o to, jak to vypadá, ale spíš o to, že je to pohodlný. Prostě když já tam jdu, tak třeba já mám*



*kraťasy od Adidasu a mám je tak deset let a jsou jako fakt pohodlný. [...] Takže ve finále to nevychází zase tak draze. Když si teda nekoupím tepláky za čtyřku. (Smích)“ (František)*

*„[...] já to oblečení kupuju levnější, protože samozřejmě ono rychleji odchází, když se na něj občas položí nějaká váha, nebo se nějak někde natrhne, ale potřebuju v tom mít prostě plný rozsah toho svalového potenciálu a nechci být ničím nějak omezovaný v tom pohybu, takže [...] proto je pro mě oblečení důležitý. Ale z hlediska toho, jak vypadá, no co si budeme namlouvat, asi taky, ale jako chodím tam i jako v relativních hadrech, nebo prostě, když mám třeba doma ve skříni oblečení, tak to nejhorší, co mám vytríděný, je pro posilovnu.“ (Lubor)*

Někteří muži v obepnutých věcech působí spíše komicky, jelikož ještě nejsou tak vysportovaní a spíše to zvýrazňuje jejich „nedokonalosti“. Muži do fitness centra chodí i ve volných kraťasech a vytahaných trikách. Je to skutečně velmi rozmanité.

Když jsem hovořila s mými narátory a pozorovala jsem všechny muže ve fitness centru, měla jsem pocit, jako by byli součástí nějaké komunity. Různě na sebe ve fitness centru pokřikují, smějí se nahlas a interagují spolu v rámci celého prostoru. Jeden z mých narátorů zkoušel různá fitness centra ve městě, kde probíhal můj výzkum, a nakonec se vždy vrátil do mnou zkoumané posilovny.

*„Ale nakonec jsem zjistil, že velmi důležitou roli hraje nějaký lidský faktor [...] to naše fitko je opravdu takový jako [...] kam prostě chodí takový ty velký srdcaři a fitkaři, a naopak tam chodí málo takových těch trendy lidí. Protože třeba teď ten fitness prožívá docela boom posledních pár let a ty lidi tam prostě chodí hezky oblečený, prostě se nafintí, vezmou si prostě drahý na sebe oblečení, navoní se, mají drahý boty, všechno. Teď jdou do toho [...] já tomu právě říkám fitness, teď jdou do toho fitness, tam si cvičí, teď se vyfotí párkrát v zrcadle [...] dají to na Facebook, na nějakou sociální síť, potom dají k tomu nějaký motivační citát [...] a teď prostě čekají nějakou adoraci z toho svého okolí. A tohle u nás není. My jsme taková ta smrad'árna, [...] a řekl bych, že jsme tam jako taková rodina a už jsme na to zvyklí. A jako na nic si tam takového nehraje, nebo tyhle pozěři prostě tam mezi námi nejsou. My jsme tam lidi, co dřou sami pro sebe, pomůžou si, vědí o sobě a nepotřebují u toho jako*

*hezky vypadat nebo prostě vonět nebo prostě se sledovat v tom zrcadle, jestli u toho cviku nevypadám blbě.*“ (Lubor)

Na výroku mého narátora mohu demonstrovat hned několik zajímavých věcí v souvislosti s konstruováním maskulinit. Za prvé se jedná o výše zmiňovanou kolektivní identitu. Narátor používá označení jako „srdcaři“ nebo „rodina“ tím konstruuje specifickou skupinu lidí, která má k sobě ve fitness centru blíže. Hierarchizuje zde dva typy maskulinit, kdy „srdcaře“ klade v pomyslném žebříčku maskulinit výše než „pozéry a trendy lidi“. Rozlišující prvek dvou zmiňovaných skupin mužů by mohlo být specifické užívání vizuality. Prohlížení se v zrcadlech je pro „srdcaře“ ještě přijatelné, ale vystavování svého těla ve specifických pózách na sociálních sítích už ne.

Při definování maskulinit dochází k tomu, že se muži snaží vymezovat proti takovému chování, které by mohlo být považováno za slabošské a zženštilé. (Wellard 2009: 16) Ve výše zmiňovaném výroku se narátor jasně vymezuje proti chování určité skupiny lidí, jejichž chování je v rozporu s převládající verzí maskulinity, která se vyznačuje agresivitou a tvrdostí. Slovo „nafintěný“ odkazuje k ženskému stereotypnímu chování, a právě proti tomu se účastník ve výzkumu snažil vymezit. Tím, že kritizuje chování „pozérů“, jasně říká, jaké vlastnosti uznává on. Srdcařům, s nimiž se Lubor identifikuje, je jedno co mají na sobě, nefotí se při tréninku a nedávají své fotky na sociální síť a nečekají na to, až je bude obdivovat okolí, ale dřou sami pro sebe. Ke kolektivní identitě a rodinné atmosféře ve fitness centru odkazoval i Honza.

*„No tak tyhle kluci ke mně chodili, a to byla taková banda, která se tam sešla, a teď já jsem jim udělal docházku, a když někdo chyběl, tak dostal černej puntík, platil příště všem ionťáky. Jo, takže tohle je to krásný v tom fitku, ta atmosféra, že prostě ty lidi jsou takový jako, že drží při spolu.“* (Honza)

Zmiňování se o rodinné atmosféře, srandě a partě lidí, je do značné míry v rozporu s agresivní a soutěživou hegemonní maskulinitou, jak ji definuje Wellard. (Wellard 2009: 14) V duchu dominantní maskulinity by muži mezi sebou měli soutěžit, být individualističtí a sobečtí a jít si za svým cílem bez ohledu na ostatní. Dva z mých narátorů ale mluvili o partě, rodině a pomoci ve fitness centru. Zde jsem tedy narazila na další Wellardovu teorii. Posilovna se totiž může stát bezpečným prostředím, kde muži mohou vyjadřovat své pocity. V silně maskulinním prostředí je totiž nikdo

nemůže obviňovat ze zženštilého chování, a tak se mohou chovat intimně. (Wellard 2009: 16)

*„[...] já tohle často nedělám, ale jsou lidi, kteří třeba přijdou si říct o pomoc a když je to ten dlouhodobý fitkař, tak já velmi rád jako dojdu a tam i opravdu já potom mu dělám toho sparinga. To znamená, i když se třeba moc neznáme, tak mu potom během toho, co on začne jet, tak mu třeba nadávám, nebo jsme na něj zlý jako, nebo třeba i sprostý. Prostě jdu a bez otázky mu třeba přihodím nějakou váhu a řeknu mu a teď to spolu prostě zataháme a ty lidi na to jako přistoupí. No, anebo naopak, když já si někomu řeknu, tak on jde za mě, pomůže mi. Já mu dám instrukce, jak jsem zvyklý, že mi ten daný člověk pomáhá. On mi tak pomůže a pak když to odjedu, tak mě třeba pochválí za ten výkon, nebo tohle tam funguje.“ (Lubor)*

V rámci pozorování jsem vlastně viděla, že muži, když si navzájem pomáhají například při zvedání těžkých činek, tak na sebe i sahají. V případě, že si člověk hodně naloží, tak mu jeho sparing partner pomůže tak, že mu podepře ruce a kopíruje jeho pohyb a v bodě, kdy už daný muž nemůže, tak zatlačí do jeho rukou, a tak mu pomůže překonat kritickou část cvičení. Muži na sebe tak legitimizovaně sahají a pohyb není odtažitý, jako například poplácání po rameni, ale je vláčný a jemný. V prostředí fitness centra je toto naprosto normální, ale mimo fitness centrum to je zcela nestandardní chování. Kontrastně k tomu působí výše zmiňované povzbuzování. Dva muži jsou blízko u sebe, jeden na druhého sahají dlouhými táhlými pohyby a do toho jeden na toho druhého řve: „Dělej, makej, kurva, tahej, přidej, ještě jednou, zaber!“ A do toho se ještě stává, že ten, kterému je poskytována pomoc u toho heká a řve také.

*„Člověk je v tom peaku, v té špičce, opravdu a teď potřebuje vydat nějaký ten zvuk, tak potom většinou je tam s ním ten sparing, když je ten člověk na tom limitu, nějak ho ještě nabudí, řve na něj i sprostě mu jako nadává, ono to v něm vyvolá nějakou agresi, nebo nějakou prostě jako větší sílu a když si u toho zařve, tak občas to pomůže.“ (Lubor)*

Kdyby tedy v celém aktu pomoci nebyl přítomný agresivní prvek v podobě sprostých nadávek v rámci hecování, situace by vypadala tak, že by na sebe dva muži sahalí a jeden z nich by při tom hekal. Takové chování je nemyslitelné v kontextu tabuizovaných projevů homosexuálních vztahů a sexuality obecně na veřejnosti. Domnívám se, že jakýkoliv projev citlivého, empatického či kolektivního chování, musí

být vykompenzován nějakým agresivním, moc a sílu demonstrujícím činem. Opět to koreluje s Wellardovým tvrzením, že „muži nejsou schopni projevovat své emoce, dokud napřed nepodají důkaz o tom, jak jsou muži“ (Wellard 2009: 17). Tak tedy v rámci pomoci druhému muži demonstrují agresivitu a zakrývají tím pomoc, která může být chápána jako slabošská. Přiznání sounáležitosti s nějakou kolektivní identitou je také možné díky tomu, že fitness a posilování je považováno za individuální sport, kde je člověku soupeřem jen on sám. Tak je v narativu uspokojena potřeba mužského individualismu a kolektivní identita je tím pádem legitimizovaná.

Když jsem poprvé přišla do fitness centra a slyšela jsem někoho hekat na stroji, tak jsem si pomyslela, že se ten člověk zbláznil a už opravdu neví, jak na sebe více upozornit než tím, že vydává nespécifikovatelné zvuky rozléhající se po celé posilovně. Ale časem jsem si na to zvykla, což dokazuje teorii Matthewse, že totiž „každodenní rutina umožňuje, že nějaké tabuizované chování se stává na daném místě logickým a přístupným“ (Matthews 2016: 327). Když se vrátíme k oné pomoci mezi muži, kterou jsem zmiňovala výše, je to úplně stejný případ.

Co se týče kolektivní identity a nějaké party v posilovně, domnívám se, že ženy jsou z tohoto společenství vyloučeny. Muži jim méně často tykají a jak zmiňuji v kapitole věnující se konstrukci ženské identity, tak mají tendenci se k nim chovat jinak než k mužům, gentlemany si udržovat odstup.

*„Hele, takhle ono záleží. Tak jako s těmi, co tam cvičí, tak si normálně tykám. A jinak jako s holkami si vykám, dokud si nepotykáme.“ (František)*

*„Za mě nejdřív bylo období někomu tam vykat, ale prostě беру to tak, že my jsme tam prostě všichni sportovci, že jsme tam prostě přišli s jedním cílem, takže chlapům tykám všem, protože víceméně prostě přijdeš do šatny a řekneš ahoj a potom když odcházíš, tak řekneš nazdar, ale jsou tam samozřejmě výjimky [...] nebo nějakým starším ženám taky vykám, prostě jako z hlediska slušnosti, ale více se tam tyká.“ (Lubor)*

František se ale od nějaké kolektivní identity distancoval. K lidem v posilovně nemá nějaký bližší vztah a na otázku, proč si vybral právě tohle fitness centrum, jestli to nebylo třeba kvůli lidem, odpověděl následovně:

*„To myslím, že ne. Je to spíš kvůli těm strojům, a že jsem na to zvyklý. Kvůli lidem určitě ne.“ (František)*

Tento narátor chodí do fitness centra většinou sám, moc se s nikým nevybavuje a během cvičení často s někým telefonuje, nebo je na sociálních sítích. V posilovně tedy je nějaká parta skalních cvičenců, kteří o sobě vědí a navzájem se kontrolují, ale ne každý, kdo chodí do fitness centra, se s touto kolektivní identitou ztotožňuje.

V rámci fitness centra je možné pozorovat dvě do značné míry protichůdné linie konstrukce maskulinity. Z výroků mužů vyplývá, že tím, že cvičí, se zařazují k hegemonnímu typu maskulinity, tedy k tvrdým, agresivním, silným a mocným mužům (Connell 2005:76) – viz název kapitoly. Na druhé straně jsou někteří muži posedlí svým vzhledem, užívají si obdiv okolí a v neposlední řadě je možné pozorovat, že si s ostatními muži navzájem pomáhají a třeba se při tom i dotýkají, což není tak časté u běžného chování mužů. Je zde tedy rozpor, jak fitness centrum na jednu stranu konzervuje hegemonní maskulinitu a podporuje stereotypní uvažování o obou genderech, ale na druhou stranu pomáhá mužům projevovat emoce, city a sounáležitost s ostatními muži.

*„Tak samozřejmě že ty kulturisti jsou takový jako stejně citlivý, jako nějaký stejně citlivý ženský, co si hlídají postavu.“ (Lubor)*

Dále bych se chtěla věnovat hodnotám, které hierarchizují muže v rámci fitness centra. Jedná se o nějaká obecná měřítká, nebo chtěné charakteristiky, které muži mezi sebou uznávají. Prvním z nich je určitě vzhled.

*„[...] protože má velký svaly a všichni chtějí vypadat jako on.“ (Jana)*

*„Jsou lidi, kteří mají vidět břišní svaly celou jakoby sezonu a mají třeba problémy mít žíly na ruce a já mám zase žíly na ruce celý život, ale prostě mám tuk usazený kolem pasu a ty tukový zásoby jdou dolů jako poslední. [...] A zase ty ostatní lidi mají třeba problémy zase s tím se extrémně vyrýsovat, ale ty svaly jsou všechny nějak vidět třeba.“ (Lubor)*

Je tedy několik věcí, které lze na mužském těle pozorovat a které by měly být ukazateli postavení jedince. Je to objem svalů, jejich vyrýsovanost, souměrnost celého těla, anebo třeba viditelnost žil na rukách. Toto jsou věci, které jsou viditelné na první pohled. Muži jsou posedlí budováním svalové hmoty, a zatímco dříve bylo svalnaté tělo spojováno s nižší manuálně pracující třídou, dnes jsou svalnatí muži zhmotněním ideálu a stojí v hierarchii mnohem výše než kdy dřív. (Gill, Henwood, Mclean 2005:40) Muži tedy nabíráním svalové hmoty budují svůj status.

Dále jsou zde uznávané charakteristiky, které nejsou vidět na první pohled. Důležitým faktorem je, jaké váhy je schopen cvičenec zvednout, a tudíž s nimi cvičí.

*„My o osobě víme s těma ostatními kluky, kolik jako zhruba je takový ten jeho daný průměr a když ten člověk se jako dlouhodobě nad tím průměrem pohybuje, nebo v tom fitku předvádí nějaký velmi dobrý trénink, co se týče třeba síly, tak mu to samozřejmě dáme znát a jako pochválíme ho [...]“ (Lubor)*

*„Chlapa dám na bench, protože každý se chce pochlubit, kolik zvedne, v hospodě se ho zeptají, kolik zvedáš.“ (Honza)*

Otázka „kolik zvedáš“ je často ve fitness centru skloňována. Neustále se řeší, kolik si má kdo naložit na tyč, aby řádně posiloval. V rámci pozorování mých čtyř přátel jsem mnohokrát slyšela, že jeden si naložil příliš málo. Často jsem pak byla využívána jako pokořující prvek, kdy mě můj klíčový narátor vybízel a říkal mi, ať jdu za nimi a ukážu tomu, který si naložil málo, jak se to má dělat a že utáhnu víc. Nebyla by pravda, že bych utáhla víc, ale vzhledem k mému genderu jsem byla využívána pro hecování ostatních mužů, že by přece netahali stejnou váhu jako žena. Často jsem slyšela rozhovory mužů o tom, kolik byli schopni vzepřít, když vážili 60 kilogramů a kolik jsou schopni vzepřít teď, když váží 80 kilogramů. Vlastně se trumfovali, který unesl víc, ale poměrně. Ve výpočtu hraje roli výška a potenciál člověka. Vyšší muž unese více než nižší. Navíc je kromě váhy, kterou člověk tahá, důležitá i váha, kterou on sám má. Člověk ale nesmí být tlustý a vážit 120 kilogramů, tím si úctu nezíská. Oněch 120 kilogramů musí být pevných a vyrýsovaných, potom je tato váha chápána pozitivně.

Dalším důležitým měřítkem je dřina investovaná do tréninků. Ta rozhodně není vidět na první pohled. Abyste se mohli rozhodovat, jak dobrý či zasloužilý „fitkař“ je daný člověk podle měřítka investované dřiny, musíte vědět, jak často lidi do posilovny chodí a jak se jejich trénink v průběhu času mění. Ke slovu se tedy opět dostává otázka permanentní kontroly od okolí. Níže uvedený citát představuje hned několik hodnot najednou.

*„A samozřejmě i já, a to můžu říct, že v tom fitku jsou vidět lidi, kteří na těchto látkách [steroidy] jako jsou, a jsou to většinou lidi, který tam jako často nevidíš, pak se tam objeví, hrozně rychle nabydou i třeba do tvých rozměrů, který prostě ty si zasloužíš za 13 let toho svého dření a on si je zaslouží za půl roku a pak většinou zmizí. Protože ten člověk [...] toho dosáhne velmi rychle za pomoci*

*těchto látek a pak už ho to přestane bavit, nebo přestane mít tu motivaci. [...] potom nevydrží, takže oni potom zase splasknou, takže on pak přijde, naběhne, teď tam řve, protože prostě si myslí, že je jako skvělý, že ho všichni vidí, je obrovský a za čtvrt roku tam přijde a je poloviční a vypadá, jako kdyby do něj někdo píchnul a vypustil ho.“ (Lubor)*

Lubor stále akcentuje význam vzhledu, jako měřítko pro dobrého „fitkaře“. Zároveň ale velice silně vyžaduje u cvičících dřinu, která by měla být s budováním specifického vzhledu spojená. Pokud se dostaví viditelné výsledky bez předchozí snahy, dřiny, výdrže a překonávání, jsou tyto výsledky odsouzené a rozhodně nejsou chápány jako plnohodnotné. Dochází zde tedy k propojení viditelných znaků, ale zároveň i toho, co není vidět a je to nějaká dřina, kterou člověk musel odpracovat, aby se dostal k tomu vzhledu, kterého dosáhl. Pokud bychom chápali dřinu jako bolest, jako opakované mučení těla, jak o tom mluvila Jana, je tato bolest hodnocena přesně v duchu teorie Wellarda. Bolest je totiž chápána jako zranění z bitvy, které zvedá prestiž závodníka. (Wellard 2009: 15) Čím více si toho cvičící vytrpí a překoná, tím větší je jeho cena v kolektivu.

*„A jsou tam prostě lidi, kteří jsou neskuteční dřiči a jako obětují tomu celý život a potom chodí po soutěžích a opravdu tím žijí [...] ty mistři olympiád a ty vítězové, tak jsou to extrémní dřiči. To si normální smrtelník nedovede představit [...].“ (Lubor)*

Lubor vítězům olympiád připisuje nadlidské dovednosti tím způsobem, že oproti nim staví „normální smrtelníky“. Buduje tak jejich – potažmo svou – identitu „fitkaře“ jako identitu bojovníka, který si hodně vytrpěl, a právě proto si zaslouží úctu. Ustavuje tím také hierarchii, ve které klade mistry kulturistiky na její úplný vrchol. U vítězů olympiád se totiž kloubí oba požadované ideály – vypracované tělo, přinesené oběti v podobě dřiny a disciplíny v rámci stravování.

#### **3.4.5. Fitness centrum jako komerční prostor**

Během rozhovorů někteří z účastníků a účastnic silně tematizovali svou identitu zákazníka či zákaznice a zároveň z toho vyplývalo, že fitness centrum vnímali jako komerční prostor. Nechtěla jsem toto téma nějak rozdělovat a připojovat vždy k jednotlivým kapitolám týkajících se identit a zároveň prostoru, a proto jsem se rozhodla popsat komerční charakter dané instituce v této krátké kapitole.

Sassatelli definuje fitness centrum jako komerční instituci. (Sassatelli 1999: 229) Obchodní charakter fitness centra má na pocity a chápání mých účastnic a účastníků výzkumu velký dopad. Prostor je bezpochyby komerčním. Při vstupu do fitness centra je umístěno spousta produktů a výživových doplňků, které je možné si ve fitness centru zakoupit. Není se čemu divit, když si prodejem těchto výrobků majitel přivydělává. Po cvičení si zase můžete koupit proteinový nápoj, nebo například banán. Lidé si tam ale především chodí kupovat službu, a to v podobě připravených funkčních strojů, čistého prostředí a milé a schopné obsluhy na baru. Někdy si platí i soukromé lekce s trenérem či trenérkou. Pokud zákaznice či zákazník něco zaplatí a služba není dokonalá, cítí se ošizení.

Markéta níže popisuje situaci, kdy si zaplatila hodinu se soukromým trenérem a služba, kterou si zaplatila, nebyla v pořádku.

*„A teď já jsem šla cvičit s tím Honzou, tyvole. A teďka on tam do mě začal valit, jak chce koupit ten Thermomix, jak je to super [...] A teďka to do mě valil v tu chvíli, kdy já jsem si ho zaplatila za to cvičení, chtěla jsem si zacvičit a teď tam tohle, do mě prostě jel. A já už po těch dvaceti minutách říkám, jo dobrý [...] třeba pochopí, že mě to úplně nebere [...] Až jsem se nasrala a říkám: ‚Kurva Honzo, doprdele, já jsem si tě zaplatila, protože si chci zacvičit, kdybych měla zájem o přednášku o kastrolo, tak ti řeknu‘ [...] No pak to teda skončilo, zaplat’ pán bůh [...] Protože mě připadá, že oni už začínají od všeho dělat něco, co jim vynáší, než aby se věnovali tomu prvotnímu, kvůli čemu tam člověk jde. A podle toho samozřejmě kvalita té služby vypadá.“ (Markéta)*

Identita zákaznice, která chce dostat službu, za kterou si platí, je zde zcela evidentní. Z neformálních rozhovorů v rámci zúčastněného pozorování také vyplývalo, že cvičícím vadí například neochota personálu a jistá neschopnost při odbavování návštěvníků a návštěvnic fitness centra. Dále si stěžovali na nečistotu ve fitness centru.

*„[...] mám zlobu na majitele, který se třeba ne vždycky stará o nás tak, jak si představuju. [...] Já si myslím, že v průměru, když si tam člověk ještě koupí pití, tak mu tam třeba tisícovku měsíčně nechá, takže za těch 13 let to dělá, já nevím, třeba 120 tisíc, možná i víc, rozhodně, a ten majitel, si myslím, že na to nehledí.“ (Lubor)*



*„Kdyby tam byl někdo stálý, tak by to bylo asi o něčem jiným, ale takhle, když tam přijde cizí člověk na ty stroje, tak nikdo není schopný poradit [...] Třeba se mi stalo dvakrát, že tam na recepci byla slečna a byla tam na internetu a jela si to svoje a já jsem tam čekala dobu, než si mě všimla.“ (Simona)*

Špatné hygienické podmínky nevnímají jen zákazníci a zákaznice ale i samotný majitel posilovny. Lidi se podle něj chovají ve fitness centru jako „prasata“. Neváží si toho, co on pro ně vybuřoval a tím pádem ničí jeho majetek.

*„Jsem z toho docela zděšený, protože udělal jsem hezkou novou čistou posilovnu, myslel jsem si, že se k tomu budou chovat jinak než ve starý, asi ne. Jo takový to, že koš mám támhle a tu slupku házím přes tu šatnu, nebo ji hodím na skříňku.“ (Honza)*

Do vyjednávání identit v rámci fitness centra tedy určitě zasahuje i fakt, že fitness centrum je komerční institucí a lidé, co ho navštěvují, očekávají určitou kvalitu služeb. Osvojí-li si cvičící identitu zákazníka, který má být obsloužen, stanovují tím hierarchii, do níž sami sebe kladou výše než majitele.

#### **3.4.6. Stravování, hubnutí a zdraví u cvičících**

Když jsem začínala se svým výzkumem ve fitness centru, domnívala jsem se, že tematiku hubnutí a zdravého stravování budu řešit především se ženami. To byl jeden z největších omylů, s nimiž jsem vstupovala do terénu. Během několik návštěv se ukázalo, že správným stravováním se zabývá většina lidí, co chodí do fitness centra bez ohledu na jejich gender. Obdobně je tomu s hlídáním váhy. Jak jsem nastínila v teoretické části, diskurs hubnutí a diskurs zdraví jsou propojeny, a to se mi potvrdilo i u mých narátorů a narátorek.

Jeden oddíl mého rozhovoru byl zaměřen právě na stravování fitkařů a fitkařek. Dva moji narátoři uváděli právě stravování při posilování jako největší rozdíl oproti jiným sportům. Pokud chce člověk nějakým způsobem regulovat a kontrolovat tvary své postavy, měl by se zaměřit především na stravování. Samozřejmě to opět odkazuje k disciplinaci těla skrze speciální praktiky. Praktiky spojené se stravováním se ukázaly v mém výzkumu jako značně kontrolované a disciplinované.

*„Ten samotný trénink je dejme tomu 20 %, kuchyně 70 % a potom 10 % je nějaký kvalitní spánek, jako dejme tomu. Ale prostě to gró se dělá v kuchyni a*

*přípravou toho kvalitního jídla. Takže i když by se třeba dalo říct, že je to hodně jako o cvičení, tak je to spíš o tom jíst zdravě.“ (Lubor)*

Diskurs zdraví se v narativech ve fitness centru používá vlastně jako obhajoba určitého typu stravování. Klasická strava průměrného fitkaře nebo fitkařky, kteří chtějí budovat svalovou hmotu, je třeba půl kila kuřecího masa denně, rýže, tvaroh a zelenina, popřípadě ovoce. Nedokážu říci, jestli je tento typ stravování zdravý, ale rozmanitý příliš není. Jakoby se slovo „zdravý“ používalo pouze k legitimizaci specifického typu stravování, který přispívá ke kontrolovanému formování postavy. Pro některé lidi znamená zdravé jídlo takové, které jim pomáhá budovat svalovou hmotu a pro jiné je zdravé jídlo takové, které jim pomáhá hubnout.

*„No, ten člověk, který chodí do fitka, by měl ne držet dietu, ale myslím si, že ten fitkař má nějaké zásady, jako dejme tomu: Jím tvaroh, jím ovoce, v tuhle hodinu, nedám si čokoládu v deset, nedám si brambůrky v tolik a v tolik. Jakože oni moc podle mě nemají žádný hříchy.“ (Simona)*

*„[...] takže já jsem třeba jedl kilo tvarohu denně, jinak bych na ty závody nemohl.“ (Honza)*

To, co chápeme pod pojmem zdravá strava je značně relativní. Obdobně je relativní i tloušťka, jak popisují někteří autoři a autorky (Dworkin, Wachs 2004, Appeltoová 2016). Význam „tloušťky“ je značně relativní obzvláště v prostředí fitness centra. Někteří muži v posilovně váží třeba 120 kilogramů na 180 centimetrů své výšky a rozhodně by o nich nikdo neřekl, že jsou tlustí. Mají svalnaté ruce, ramena, nohy a hmota, která je na nich „navíc“ oproti necvičícím jsou svaly, nikoliv tuk. Pokud si ale zadáte tyto rozměry do kalkulačky na vypočítání BMI, vyjde vám, že trpíte obezitou druhého stupně a měli byste určitě zhubnout. Hranice tloušťky nejsou jasně definované, ale stále se s ní operuje. Tento stav ale například majitel fitness centra do značné míry reflektoval.

*„[...] já jim vždycky vysvětluju, že když jdete po ulici, tak nemáte na čele napsáno číslo, kolik vážíte. Ony jsou schopný se vážit každý den. To je úplně zbytečný. Ony začnou cvičit, a tak jim začne růst ta svalová hmota, protože tam žádná nebyla. On totiž může jít dolu objem, protože tuk je objemnější, ale ta svalová hmota je těžší, takže ta váha může stát a já vždycky říkám, dobrý, ale*

*kalhoty jsou vám volnější? Jo to jo. A oni furt všichni řeší tu váhu, ale já říkám: váha není rozhodující.“ (Honza)*

Zde je ve věci základního měřítka patrný obrat od váhy ke vzhledu a spokojenosti. U mužů ve fitness centru je váha vnímána do značné míry opačně než u žen. V prostředí fitness centra totiž dochází k tomu, že váhu, kterou běžně vnímáme jako kvalitativně nediferenciovanou, chápou zkušení cvičící jiným způsobem. Pokud se baví o váze, předpokládají, že váha není vahou klasického těla s běžným obsahem tuku, ale jedná se o váhu těla kvalitativně odlišného – je to váha „správných“ svalů. Byla jsem svědkem diskuze, kdy se dva muži trumfovali, kdo z nich váží více kilogramů a kdo měl víc, tak vyhrál. Jedná se totiž o kilogramy svalů, nikoliv tuku. Ale pokud se bavíme o fenoménu hubnutí, tak opět narážíme na všudypřítomnou disciplinaci vlastního těla. Zároveň je nutné připomenout, že stigmatizování tloušťky a potřeba hubnutí je velice výnosným byznysem, ať už ve jménu zdraví, kdy na tom nejvíce profituje farmaceutický průmysl, nebo ve jménu krásy, kdy na tom vydělává krášlicí průmysl (Appeltová 2016: 16). Podobným způsobem funguje i průmysl produkující potravinové a výživové doplňky pro lidi, co chodí do posilovny. Doplňky slibují lepší výkony při cvičení a rychlejší vybudování svalové hmoty díky kvalitnější výživě, přičemž záleží na tom, k čemu je daná poživatina určena.

*„Tak samozřejmě že ty kulturisti jsou takoví . jako stejně citliví, jako nějaký stejně citlivý ženský, co si hlídají postavu. Dokonce jsem i četl, že ty poruchy příjmu potravy, od těch anorexií a bulimií je druhý extrém a do toho se často dostávám jako já. To jsou prostě zase lidi, kteří si to musí hrozně hlídat a potřebují to mít hrozně načasovaný, takže rozhodně si jako myslím, že možná jako i (smích) z hlediska nějakého toho mentálního jdu možná do nějaké jako deviate.“ (Lubor)*

Z výroků Honzy i Lubora je patrné, že témata hubnutí a hlídání váhy a postavy jsou připisována obecně ženám, předpokládá se, že u nich je tato starost o postavu normální. Zároveň ale Lubor připouští, že muži ve fitness centru si svou postavu také velice hlídají a formují ji dle specifických představ.

*„[...] ale prostě mám tuk usazený kolem pasu a ty tukový zásoby jdou dolů jako poslední. To znamená, já kdybych chtěl vypadat jako ty ostatní lidi, tak bych prostě musel být na nějaké tvrdé dietě a podvyživený.“ (Lubor)*

*„Já jsem vážil nějakých 78 kilo na svých 180 centimetrů výšky, což je docela dost na běhání. Tak jsem teda uvažoval, jestli shodit pod těch 70 kilo nebo radši přibrat. Tak radši vždycky přibereš. (Smích) Ne, že by to bylo jednoduchý, ale mně to přišlo, že je lepší být chlap než chcípák. No. Takže tak jsem se rozhodl.“*  
(Honza)

Poukazuje to také na to, že primárním měřítkem u mužů není eliminace tuku z těla, ale celková „velikost“, což je vlastně objem svalů. Kdežto u žen je stále důležitější hubnutí a zbavení se tuku, oproti získávání svalové hmoty. Narátora tedy příliš netrápí, že nemá vyrýsované břišní svaly, ale stačí mu, že má objemné paže a ramena. V prostředí fitness centra se fenoménem hubnutí zabývají i muži a svá těla se snaží formovat tím, že hubnou. Ovšem hubenost je u nich vnímána dvojím způsobem, jedno je „vychrtlost“, což lze chápat jako hubenost bez svalů, a druhé je vyrýsovanost tedy hubenost s přítomností svalů. Jeden způsob s sebou přináší pohrdání a druhý uznání.

Problematice zdraví a maskulinit se věnuje Will Courtenay zmiňovaná v teoretické části mé práce (Courtenay 2000). Courtenay vysvětluje současnou situaci, kdy si muži ve jménu větší mužnosti osvojují nezdravý způsob života, což má reálné dopady na jejich zdraví. (Courtenay 2000: 1386) Ve fitness centru ale tento způsob vyjednávání identity rozhodně neplatí celoplošně. Moji narátoři si libovali v popisování toho, jak dbají o své tělo, jedí zdravě, nepožívají alkohol nebo nekouří. Cítili se naprosto svobodní mluvit o péči o sebe samého. Pokud bychom toto brali jako projev intimity, lze předpokládat, že onu mužnost dohánějí jiným způsobem. Jedním z nich může být způsob podání informace, že pečují o své tělo.

*„[...] sebekriticky to přirovnávám, jak když máš formuli a liješ do ní nějaký vysokooktanový benzín a nalila bys do ní benzín normální, který se tankuje do normálních aut, tak to těm autům taky nebude dělat dobře. A já to i pozoruju na tom, že když prostě to tělo je zvyklé na nějakou normální stravu z mého hlediska, což je třeba strava, která je jako opatrná na ty škodlivé tuky [...] a když potom si těchto tuků vezmu víc, tak normálnímu člověku to nic neudělá, mně to udělá křeče a pak mám průjem.“* (Lubor)

K dohnání své maskulinity zde Lubor používá přirovnání svého těla k rychlému autu. Ubírá se vlastně tím nejvíce genderově stereotypním způsobem směrem k legitimizaci svých výroků o zdravé stravě. „Správní muži se přece zajímají o auta.“ Chování charakteristické péčí o sebe samotného je kompenzováno „mužskou“ optikou,

kteřá je v popisu pouřžita. Ale uřž jen to, řže muřži v mēm vřzkumu přřznávají, řže pečují o svá tēla, dbají na zdravřý pohyb a vhodnou stravu, nabourává teorii Courtenay. Muřži mi sami od sebe řřkali, řže nepijí alkohol a buď je to ve jmēnu zdravří jako takovēho, anebo ve jmēnu efektivnřho budování svalovē hmoty, tzn. správnē regenerace svalů. V kontextu Āeskē republiky se jedná o vřraznē přřkročení přřjimanřých norem muřžnosti. Adam Gajdoř provedl shrnutí vřech mořžnřch studiř zabřvavajřících se stravováním muřřů. AĀkoliv se domnřvává, řže jsou genderovē stereotypy spojované se stravováním v dneřní době ĀásteĀnē nabourávány, stále přřvládá přředstava „správnēho muřže“, kterēmu je jedno, co jř a nezajřmá ho, jestli je daná strava zdravá, Āi nikoliv. (Gajdoř 2011: 29-30) „Zdravē stravování je s dominantnřm obrazem západoř muřžnosti v principu nekompatibilnř, protoře zřkladnř charakteristikou správnēho muřže je svoboda a nezávislost [...] Břt muřřem znamená jřst to, co muřř přřvē chce a kolik toho chce, a to navzdory doporuĀenřm Āi přřkazům autorit.“ (Tamtēř 30) Obdobnē o tom přřse Courtenay: „Ve jmēnu demonstrace správnē maskulinity si chlapci a muřži osvojujř nezdravē nřvyky a zdravř škodlivá přřsvēdĀenř.“ (2000: 1397) Muřži ve fitness centru tento aspekt „správnēho muřřstvř“ přřkraĀujř a volř si cestu zdravē stravy, která mřže zahrnovat i abstinenci. I v tomto přřpadē tedy přřkraĀujř hranice pevnē danē hegemonnř maskulinity a nabourávajř vřžitē stereotypy.

Pokud chce nēkdo dēlat fitness, mēlo by to pro nēj znamenat, řže zmēnř i svē stravovacř nřvyky, jinak totiř nebude dosahovat tēch cřlů, kterē vlastnē ztēlesnřujř fitness. Kromē tedy pobytu ve fitness centru a s nřm spojenē organizaci Āasu a pohybu v tomto prostoru podlēhř disciplinē i chování mimo fitness centrum, a to přřdevřim v podobē stravování, jak jsem jřř popsala v kapitole 3.4.1. Nejedná se jen o typ potravin, ale i o Āas, kdy se potraviny pořřívajř, a Āas, kdy si jřdlo Ālovēk přřpravuje. V diskursu fitness centra docházi k tomu, řže je zdravá strava Āhápána znaĀnē relativnē v kontextu toho, Āeho chce daná osoba ve fitness centru dosáhnout. Pokud chce nēkdo hubnout, jř zeleninu a maso, pokud chce nēkdo přřbrat, je to takē legitimnř cřl a přřstředky jsou posvēcenē.

*„Objemovř fřze znamená, řže Ālovēk chodř do fitka mřř a vřc řzere. A řzere si vřc, co mu chutnř a vřc takovřch tēch z nařeho pohledu nezdravřch potravin. Je to asi od toho, řže se Ālovēk v zimē neukazuje tolik v plavkřch.“ (Lubor)*

V mnohřch odbornřch Ālancřch se mřžeme doĀřst, řže jřst by se mēlo pravidelnē. Mřj narřtor prokazatelnē střřdř fřze, kdyř jeho slovy „řzere“ a naopak, kdy rřsuje svaly

a jí tak, aby hubnul. Narátor sice přiznává, že část roku konzumuje nezdravé potraviny, ale nijak si to nevyčítá. V objemové fázi Honza jedl kilo tvarohu denně a také mu to přišlo jako zcela nevyhnutelné a prospěšné. Pojem slova „zdraví“ je tedy i v prostředí fitness centra relativní.

### **3.4.7. Limity sportu fitness (třída, gender, genetika, věk)**

Fitness jako specifický sport má určité limity, které se týkají lidí cvičících v posilovnách. V této kapitole se snažím nabídnout intersekcionalní přístup k fenoménu fitness založený na specifických kategoriích. Kategorie, které níže používám, nechápu jako objektivní pojmy, které jsou apolitické, spíše naopak. Ve své práci je ale využívám jako analytické nástroje, šablony, které mi pomáhají utřídit získaná data z výzkumu. Využívané kategorie jsou následující: gender, třída, věk a genetické předpoklady.

Cvičení ve fitness centru není zadarmo. Každá návštěva stojí 90 Kč. Studenti mají slevu a za vstup platí 75 Kč. Je možné si koupit permanentku, která přináší určité slevy, ale zároveň zavazuje k častějšímu cholení. Pokud tedy člověk chodí dvakrát týdně do fitness centra a platí si klasický každý vstup, za měsíc ho fitness centrum vyjde na 720 Kč. Když jsem se ptala, jestli si moji narátoři a narátorky myslí, že je sport fitness pro některé lidi nedostupný z hlediska financí, dostala jsem různé odpovědi. Narátoři a narátorky se shodli na tom, že do posilovny vlastně mohou chodit i „chudí“ studenti, tudíž si to může dovolit každý. Ale jsou lidé, kteří si nemohou dovolit dát 700 Kč za měsíc na sportovní aktivity. Tudíž si myslím, že se u účastnic a účastníků projevilo nevnímání situace nemajetných lidí, které vlastně jako by přehlíželi při svém odpovídání. Z mého pohledu je tedy sportování ve fitness centru umožněno pouze určitým lidem s určitým finančním příjmem. Lidé z nižší socioekonomické třídy nebudou platit za to, aby si mohli jít zacvičit. Brabazon píše o tom, že pouze lidé dostatečně finančně movití mají čas zabývat se tím, jestli jsou atraktivní, či nikoliv, jaký je jejich jídelníček a jestli „žijí zdravě“ (Brabazon 2006: 72). S tímto tvrzením na základě svého výzkumu souhlasím. Brabazon dále tvrdí, že lidé z nižší pracující třídy ani nemají potřebu chodit někam cvičit, protože celý den pracují rukama, a tudíž to pro ně nemá smysl (Brabazon 2006: 71). V tomto postoji zrovna František nepodléhá zmiňovanému tvrzení. Jako zahradník pracuje svými rukama každý den, a i přes to chodí do fitness centra a cvičí. Ale je pravda, že užívá doplňky, které u něj mají stimulovat výkon.

*„[...] jako záleží, jak jsem unavený z práce, takže jako podle toho pak tvrdě cvičím a podle toho to vypadá. V zimě, když jsem míň unavený, tak cvičím víc, v létě zase míň. [...] Třeba když přijedu pozdě z práce, tak to vynechám, ale jinak většinou, když to jako stáhám, tak jdu klidně i na hodinu nebo na půl hodiny.“ (František)*

František jako součást svých tréninků požívá suplementy, které podporují výkon. Pokud bychom do sportu fitness zařadili i složku stravování a používání suplementů, což jsou různé nápoje, tablety, gely, tyčinky, vitamíny, minerály stimulující výkon, růst svalů a spalování tuků, odpovědi narátorek a narátorů už nebyly jednoznačné v tom smyslu, jestli je stravování levné nebo drahé.

*„Fitness jako sport je dostupný všem, ale to zdravý stravování je drahý. [...] když to budu stavět na kuřecích prsou [...] a to už samo o sobě je drahý a ty, když nechceš tyhle křehčený a polský a já nevím co, všechno ten humus, tak si budeš kupovat bio [...] ty průměrný je cena 120 korun a bio budou stát 180.“ (Honza)*

Z neformálních rozhovorů v rámci mých návštěv ve fitness centru jsem zjistila, že muži, kteří to s cvičením „myslí vážně“ a „pracují na sobě“, snědí minimálně půl kila kuřecích prsou denně, někdo sní i kilo. V takovém případě se fitness jako sport zkrátka prodrazí. Kromě klasické stravy konzumují cvičící i nejrůznější doplňky a suplementy, které mají také pomoci zformovat tělo. Jedná se o další finance, které cvičící investuje do provozování daného sportu.

*„Tenhle protein má dejme tomu nějakých čtyřicet dávek, diskutabilní potom je, jestli ta jedna dávka je dostačující z hlediska živin, ale budeme říkat, že jo, že se budeme držet podle toho výrobce. A ten protein stojí třeba 1 000 Kč. Je to na měsíc a jedna ta dávka toho proteinu stojí 25 Kč. Což by mělo plně suplovat jedno jídlo, což i tak odpovídá, protože, kdyby si člověk připravil nějaký kuřecí plátek a rýži, tak je třeba na těch stejných penězích.“ (Lubor)*

Při definování finanční náročnosti navštěvování fitness centra je důležité, co všechno lze označit jako součást sportu. Je to pouze vstupné, nebo i stravování? Mělo by tam patřit oblečení? Oblečení do fitness centra nemusí být nijak speciální, z tohoto hlediska bych fitness centrum považovala za dostupné. Člověk si může kupovat

speciální pomůcky, ale není to nutné. Například je možné si koupit rukavice na cvičení, ale rozhodně to není podmínka návštěv.

*„Jediný, co je oblečení, který se dost často mění, jsou u mě rukavice, který já rozedřu, nebo je člověk potom propotí do takového stavu, že smrdí a nejdou už ani pořádně vyprat. Ty rukavice zase stojí v rozmezí 300 až 500 korun a dejme tomu vydrží tak půl roku.“ (Lubor)*

Lubor si už na rukavice zvyknul a cvičí s nimi. Po posilovně se ale pohybuje mnoho mužů a žen, kteří je nenosí. Většina žen nenosí rukavice a u mužů je to tak půl na půl.

Tím se dostáváme k omezení z hlediska genderu cvičících. Takové omezení nereflektoval ani jeden z mých narátorů. Domnívám se, že je to způsobeno tím, že fitness jako sport znamená něco jiného v provedení mužů a něco jiného v provedení žen. Ženy i muži využívají například nějaké stroje v posilovně značně limitovaně kvůli jejich genderu, který jim diktuje, jakým způsobem by měly formovat svá těla. Výpověď Honzy o tom, jakým způsobem rozděluje cvičení žen a mužů v posilovně, jsem uváděla v jiné kapitole, ale i zde vystihuje to, jak jsou ženy a muži omezeni v pohybu či v praktikách v posilovně.

*„Když přijde pár, že chtějí cvičit spolu, tak já jim řeknu, že jim to nedoporučuju, protože já pro ty chlapy mám jiný cviky než pro ženský.“ (Honza)*

Kromě konkrétního působení cvičících ve fitness centru se omezení z hlediska genderu promítá i do oblasti profesionálního sportu, nebo alespoň do jeho interpretací v rámci výpovědí mých narátorů a narátorek. Fitness lze dělat na vrcholové úrovni a existují i různé soutěže pro lidi, co dělají fitness. Nutné je ale rozlišovat fitness a kulturistiku.

*„Kulturistika jako sport taková je o tom objemu o těch svalech, je to o nabírání strašný hmoty, kdežto fitness je spíš tak jako o kondičce, dobře vypadat a mít tu kondičku. [...] Takže každý má svoje. No a já to nerozlišuju tak ani tak.“ (Honza)*

V diskursu jsou s nabíráním svalové hmoty, a tedy s kulturistikou spojování spíše muži, kdežto ženy jsou spojovány spíše s fitness. V rámci obou sportů existují různé kategorie soutěží. Existuje jedna speciální soutěž pro ženy – bikiny fitness, kterou mi Jana popsala následovně.



*„Ty holky jsou samozřejmě hodně jako štíhlý a mají na sobě bikiny. A můj manžel tomu říká, že se tam chodí nakrucovat před porotou, vystrkují různé zadek a různé pozice v tom dělají. Je to takový zvláštní, ale ty chlapi se na to samozřejmě těší, že až bude bikiny fitness.“ (Jana)*

Na základě této výpovědi jsem se jí začala dále vyptávat na soutěže, jaké existují a ona mi popisovala, že pro muže a pro ženy existují jiné soutěže. Podle ní je kulturistika jak pro ženy, tak pro muže. Ve fitness soutěžích jsou pak převážně ženy, které musí prokazovat pomocí sestav, jak zdatné jsou a pak je soutěž speciálně pro ženy, ve které nemusí dokazovat, že mají sílu, ale musí „jen“ dobře vypadat. Jana jsem se dále ptala, jestli existuje ekvivalent bikiny fitness u mužů a ona že ne, ale potom si vzpomněla na další soutěž.

*„A pak je ještě odvětví, které teď úplně nevím, jak se jmenuje, ale to jsou chlapi, kteří mají vlastně bermudy, nemají vypracovaný nohy, mají kraťasy, ale jsou vypracování nahoře [...]“ (Jana)*

Když popisovala, ženské soutěže, mluvila o tom, že ženy se natřásají a nakrucují před porotou. To samé ale dělají všichni v rámci kulturistických soutěží. Není tam důležité, jestli má sval sílu, ale jak vypadá a muži se obdobně nakrucují, ale Jana to interpretovala, jako že „pózují“. Tak vlastně svým příběhem vytvářela představu nakrucujících se žen a pózujících mužů. Pokud bych v diskursu použila slovní spojení „muž pózoval“, byla by mu připisována zženštilost, v kulturistickém diskursu je to ale zcela normální a oproti „natřásání“ to zní mužně.

Soutěže definované Svazem kulturistiky a fitness České republiky jsou následující: soutěže v kulturistice, soutěže v klasické kulturistice, soutěže ve fitness, soutěže v body fitness, soutěže ve fitness dětí, soutěže v bikiny fitness, soutěže v atletickém fitness, soutěže ve physique. (SKFČR 2018: 3) Z těchto soutěží jsou body fitness, physique a bikiny fitness pouze soutěže pro ženy. V rámci soutěží v kulturistice pak existuje nepřeborné množství kategorií mužů, které jsou podle jejich váhy, ale ženská kategorie je pouze jedna. Váha u žen není brána v potaz. I systémové nastavení kulturistiky a fitness ztvárněné propracovanou strukturou soutěží nepřístupuje k oběma genderům stejně a nastavuje ideály a nějaké vzory rozličně pro muže a ženy. Například u soutěže bikiny fitness jsou definovaná speciální pravidla, co se má na ženách vlastně hodnotit: „zdravý vzhled, make-up, kvalita a barva pokožky (pokožka musí být oholená, opálená, zdravá bez kožních onemocnění)“. (SKFČR 2018: 28) Zároveň je v soutěžním řádu

uvedeno, že „nadměrně muskulaturní a příliš vyrýsovaná postava bude známkována dolů“. (SKFČR 2018: 28) V oficiálních stanovách daného sportu jsou tedy pravidla, která ukotvují genderové stereotypy.

Ve výpovědích mých partnerek a partnerů ve výzkumu jsem rozpoznala další kategorii, která funguje jako limitující prvek a tou jsou „genetické predispozice“. Do „genetických predispozic“ lze vlastně zařadit všechny charakteristiky těla, které nějakým způsobem vzdorují disciplinaci. Jestli lze s genetickými predispozicemi něco „dělat“, jestli proti nim lze „bojovat“, na to jsem nedostala jednoznačnou odpověď. V každém případě jsou ale takové predispozice interpretovány jako nepřátelské, protože je vlastně nelze ovládat, kontrolovat a disciplinovat. I když podle některých narátorů a narátorek je to možné, tak pořád je to určitá překážka, kterou je nutné zdolat. Zároveň mohou být „genetické předpoklady“ používány k ospravedlnění dlouhodobého neúspěchu při formování těla.

*„[...] to je hrozně zajímavý, nakolik se říká, že když má třeba někdo velký zadek, že to má jakoby geneticky daný, že vlastně s tím nemůže vůbec nic dělat. Tak tady byla holčina, která mě absolutně přesvědčila o opaku, protože ta měla opravdu jako hodně širokou pánev a vlastně šla na bikiny fitness a kdybyste ji viděli, fakt masakr tohle dokázat. [...] Takže člověk, když to tady vidí, tak si pak řekne, že opravdu je možný úplně všechno. Že prostě neexistují nějaký limity.“*  
(Jana)

*„Spíš asi záleží na tom, jaký máš genetický základ na to, jak budeš vypadat, nebo jak dobře ty svaly nabereš [...] Tak třeba i když žeru jako prase a cvičím jako lehce, tak ty svaly mám. (Smích) A někdo jiný cvičí hodně a snaží se a nic no.“* (František)

*„Když se tady občas ve fitku objevil nějaký černochoch, tak prostě ten černochoch vypadá jako cvičenec, který opravdu to myslí vážně, tvrdě dře a dře třeba deset let. A ten černochoch tam přijde, a i když to fitko neviděl, [...] tu muskulaturu má dost podobnou. Takže rozhodně ty dispozice tam jsou. Mluví o tom i ty kulturisti a vidíš to i na těch lidech [...] i v našem okolí prostě [...] Ho vidíš a řekneš si, to je kus chlapa, a přitom je to člověk, který se třeba ani moc nehýbe a jenom prostě tak narostl, protože má i velkého tatínka. [...] Jo to je člověk, který vlastně nikdy necvičil a kdyby začal, tak jsem přesvědčený o tom, že i třeba*

*s poloviční nějakou kuráží nebo nějakou motivací by to mohl dotáhnout velmi daleko. [...] Ta genetika a proti ní se většinou nedá moc jako bojovat.“ (Lubor)*

Z výpovědí je patrné, že genetika je interpretována jako překážka z toho důvodu, že ji nelze ovládat a kontrolovat. Lubor při vysvětlování toho, čeho člověk může ve fitness dosáhnout, používá kategorii rasy, které připisuje určité naturalizované charakteristiky. Díky tomu si pak může sám sobě ospravedlnit svůj „nedokonalý“ vzhled, protože i přes značné úsilí nikdy nebude vypadat jako někdo, kdo má lepší „genetické predispozice“. Tím legitimizuje své úsilí, i když nemá třeba tak „dobré“ výsledky, jako někdo jiný, kdo se snaží méně. Fitness jako sport do značné míry záleží na „genetických předpokladech“, ale to zřejmě platí i u jiných sportů, jen u fitness je to umocněné jeho podstatou, že úspěch je měřitelný pohledem. Ve fitness není důležité, jestli svaly mají skutečně sílu, ale je důležité, jak vypadají.

Dalším omezením v cvičení by mohl být věk. Pozorováním lidí jsem zjistila, že lidé nad 60 let do fitness centra často nechodí. Věková kategorie 50–60 let je zastoupena taky velice řídko a v této kategorii zcela dominují muži. S přibývajícím věkem tedy ubývá hodin strávených ve fitness centru, ale kdo chce, tak ten cvičí dále. Lidé účastníci se výzkumu všichni doufají, že budou cvičit až „dokud to půjde“ nebo až do smrti.

*„Myslím, že věk tě omezuje v tom, co můžeš cvičit a jak, ale jako jinak myslím, že je úplně jedno, kolik ti je. Spíš záleží prostě na člověku, jestli se ještě chce udržovat nebo ne.“ (František)*

*„Taky tady k nám chodí pán, kterému je pětasedmdesát, je jako ve výborné kondici vlastně. A teď zrovna chodí na tréninky paní, které je taky kolem sedmdesáti, ta teda v tak dobrý kondici není.“ (Jana)*

*„Limituje to člověka samozřejmě věkem, ale je to jenom z hlediska odhodlání. Protože s přibývajícím věkem přibývají i nějaký jako zranění, nebo dejme tomu nějaký indispozice. Jenom člověk musí zase chtít to nějakým způsobem překonat, nebo si najít v tom fitku cestu, jak dál pokračovat. Ale prostě znám lidi, který mají prostě odoperovaný kyčle, lokty, kolena, ramena a furt do toho fitka chodí a udržují se nějakým způsobem v kondici. Právě třeba více dělají nějaký ty rehabilitační cvičení, ale prostě chodí tam. [...] A ty si jako zaslouží náš respekt. [...] v tom starým fitku [...] chodil vždycky během léta tam takový, já tomu říkám motorkář, protože byl takový jako starší pán, tomu bylo*

*minimálně šedesát, měl takovou šedivou bradku, [...] ale bylo vidět, že je takový statný. A právě jako tahal tam váhy, které jsme tam tahali i my mladí silní kluci, a právě vždycky jsme jako ho tak s obdivem respektovali právě kvůli tomu, že tam s tím tak dlouho vydržel, a i jako on vypadal, že je v kondici a že je jako tam mezi námi rád. Takže já si myslím, že naopak právě ty starší ročníky, když u toho vydrží, tak je to úplně nejlepší, anebo když si právě začnou v tom věku, tak je to dobrý a dělá to prostě dobře i jim určitě.“ (Lubor)*

Starší lidé do fitness centra chodí, akorát se jim redefinuje to, co znamená „dělat fitness“. Nějakým způsobem obmění cviky, zařadí jiné a tím se samozřejmě i oni podílí na tom, jakých významů cvičení ve fitness centru nabývá. Lubor zmiňoval i určité fyzické indispozice, které mohou být pro člověka limitující. Znamená to, že člověk, pokud má vůli, nepřestane chodit, ale jen uzpůsobí cvičení tomu, na co ještě stačí. Přetváření vlastního těla je aktuální i pro starší lidi. Domnívám se ale, že tam výsledky cvičení nejsou měřitelné vzhledem, ale kondicí, tedy tím, jak fitness centrum pomáhá starším lidem zůstat samostatnými a funkčními. Kromě výrazu emancipace a posílení bychom to opět mohli interpretovat jako touhu po zdokonalení těla kvůli tomu, aby například i starší lidé byli stále schopni pracovat. A nejen starší lidé nahání ve fitness centru nějaký ideál – Honza měl zkušenost i s lidmi handicapovanými.

*„V podstatě tam je to minimální omezení... Mně sem taky přišla jedna paní, která [...] neměla kyčelní kloub od narození. [...] A teď potřebovala zhubnout. Ale když mám koleno vyosený každý o pět centimetrů, tak jde většina strojů někam, se nedá. Nebo sem chodil pán, co měl jednu nohu, a doktorka mu řekla, že musí zhubnout. Tak samozřejmě kardio jediný, na co chodil, je veslování, protože tam u toho sedíš. [...] A pak samozřejmě, on, jak je těžkej a on, jak popíjí [...] tak se to nikam nehýbalo [...] takže nakonec přestal.“ (Honza)*

Lidé s handicapem necvičí všechno jako ostatní, ale minimálně je jim prostor centra přístupný. Tak mohou být i značně nekonformní těla kontrolována a deformována ve jménu zdraví. Výroky také dokazují, jak silně je v obecném diskursu propojen diskurs zdraví a diskurs hubnutí.

Jakýkoliv limit, který je člověku ve fitness centru nastaven, přispívá k redefinici a vyjednání nových významů „chození do fitka“. Důraz kladený na vzhled se v případě lidí, kteří nemohou dosáhnout konformního ideálu krásy, přesouvá na ideál zdravého těla v kondici. Ideál zdravého těla už není tak ostře ohraničen jako ideál krásného těla,

a hlavně není možné ho kontrolovat pouhým pohledem. Sassatelli píše, že „fitness centrum je otevřené lidem, kteří mají specifický kulturní a ekonomický kapitál.“ (Sassatelli 1999: 229) Ekonomický kapitál je nutný kvůli vstupnému do dané instituce, dále kvůli stravování a speciálnímu vybavení, které cvičícím pomáhá přibližovat se k ideální postavě.

### 3.5. Shrnutí empirické části

V empirické části jsem nejprve popsala metody, pomocí nichž jsem ve výzkumu získávala data a následně je analyzovala. Vycházela jsem především z feministické metodologie a příručky týkající se kvalitativního výzkumu od Hendla (2016). Celý výzkum vychází z konstruktivistického paradigmatu a tomu byly podřízeny zvolené metody sběru, analýzy a interpretace dat. Dále jsem reflektovala průběh výzkumu a popisovala jsem, jak konkrétně jsem při získávání a interpretaci dat postupovala. Reflexe vlastních postupů by měla přispět především k tomu, aby byl můj výzkum ověřitelný a transparentní.

Největší podíl empirické části jsem věnovala analýze a interpretaci získaných dat. V rámci výzkumu jsem identifikovala sedm základních kategorií: disciplína ve fitness centru i za jeho hranicemi; klasická kulturistická činkárna a smrad'árna, konstrukce ženské identity, lepší být chlap než chcípák; fitness centrum jako komerční prostor; stravování, hubnutí a zdraví u cvičících; limity sportu fitness (třída, gender, genetika, věk).

V první kapitole se věnuji permanentní kontrole přítomné v prostorách fitness centra. Jeho návštěvníci a návštěvnice jsou pod dohledem ostatních i sebe samých. Cvičící kontrolují svá těla a těla ostatních. Tělo je v diskursu fitness centra vnímáno vždy jako nedokonalé, a proto je nutné posilovat, anebo například hubnout, aby bylo dosaženo určitého ideálu. Podoba ideálu je však již zvnitřněná, a proto moji narátoři a narátorky trpěli výčitkami svědomí, když vynechali trénink. Disciplína se z fitness centra dostává i za jeho hranice. Někteří cvičící podřizují návštěvám fitness centra veškerý svůj osobní i pracovní život. Čas mají zorganizovaný tak, aby vyhovoval potřebám posilování – mají naplánovaná jídla, mají přesný denní rozvrh, odchází z práce dříve, aby stihli trénink. Fitness není jen sport, ale je to životní styl, který u některých cvičících může zasahovat do každého aspektu jejich života.

Pohyb v prostoru fitness centra podléhá specifickým pravidlům. Rozmístění strojů v posilovně rozděluje prostor na určité zóny. U některých z těchto zón se předpokládá, že do nich budou chodit jen ženy anebo jen muži. S prostorem jsou spojené i představy o praktikách, u nichž se také předpokládá, že ženy a muži by měli cvičit jiné cviky, protože každý z nich chce formovat postavu jiným způsobem. Další nepsaná pravidla, platí pro oba gendery. Například sluchátka fungují jako znak toho, že cvičící nechce být rušen. Ručník pak signalizuje, že je stroj, na kterém ručník leží, obsazen. Prostor posilovny je značně maskulinizovaný. Muži v posilovně dominují, jak svou početní převahou, tak i svým chováním.

Konstrukce ženské a mužské identity probíhá různorodými způsoby. Lidé konstruují své identity cvičících pomocí oblečení, gest, mimiky či pohybu po fitness centru. Tyto aspekty jsou patrné už i z pouhého pozorování. Další nástroje konstrukce jsou způsoby vyjadřování a narativy, v nichž mluví cvičící o sobě nebo o „těch druhých“. Při zkoumání konstrukce ženských identit jsem zjistila, že ve fitness centru jsou přítomné dva ideály krásy, které se částečně prolínají. Oba ideály představují vysportovanou ženu, jejíž tělo je zpevněné. Ženy si v obou případech myslí, že jejich tělo je nedokonalé, a proto je nutné ho „mučit“ a formovat do vhodného tvaru. Kde se ideály rozcházejí, je představa o různém objemu svalů na ženském těle. Některé ženy podporují převládající ideál krásy, kdy by ženské tělo mělo být hubené a „malé“. V rámci formování těla k podobě druhého ideálu ženy budují svalovou hmotu a tvar jejich postavy se přibližuje tvaru těla, který je očekáván u mužů. Snaha po zdokonalení těla v obou případech je interpretačně nejasná. Některé výroky narátorek podporují teorie, v nichž se žena podřizuje pravidlům a disciplinuje své tělo. Druhá možnost interpretace je taková, že ženy se pomocí návštěv fitness centra dostávají z domácí sféry a mohou se naučit „jak být silné“. Konstrukce ženské identity v rámci posilovny je tedy rozporuplná. Ženy se sice podřizují ideálu krásy, jehož podoba je u nich zvnitřněna, ale možnost mít cíl a nějak na něm pracovat u nich vzbuzuje pocity uspokojení a vlastní kompetence. Je nutné zmínit, že ženy mezi sebou mají určitou hierarchii stanovenou podle toho, která z nich se přibližuje ideálu krásy nejvíce. Zjistila jsem, že ačkoliv ženy ve fitness centru nesdílejí nějakou kolektivní identitu „fitkařek“, tak i přesto se jedna pro druhou stávají inspirací a skrytě se navzájem motivují ke změně a tedy k tomu být aktivní.

Konstrukce mužské identity s sebou přináší také rozporuplné momenty. Specifické prostředí posilovny na jednu stranu konzervuje hegemonní představu mužnosti: agresivní, svalnatý, silný; na druhé straně umožňuje mužům chovat se takovým způsobem, který by mimo prostředí fitness centra způsobil ztrátu statusu „správného muže.“ V posilovně na sebe totiž muži sahají, pomáhají si a navazují až rodinné vztahy – toto chování a vyjadřování by mohlo být považováno za „zženštilé“, ale v prostředí maskulinního fitness centra si to mohou dovolit. Zároveň mužům záleží na zdravé stravě a na tom, jak vypadají, což je také chování překračující klasické genderové stereotypy. U mužů jsem identifikovala konstrukci kolektivní identity „srdcařů“, kteří se vymezují vůči „pozérům“. Pro „srdcaře“ je nejen důležité, kolik má člověk svalů a jak vypadá, ale oceňují především dřinu a obětování se ve jméno vysněné postavy. Obětování a útrapy na cestě za budováním svalové hmoty zvyšují prestiž „fitkaře“ a zlepšuje tak jeho postavení ve společenství posilovny.

Další aspekt, který ovlivňuje konstrukci identit jak mužů, tak žen, je komerční charakter fitness centra. Návštěvníci a návštěvnice se ztotožňují s identitou zákazníků a zákaznic. Cvičení ve fitness chápou jako službu, která je poskytována speciální institucí a měla by splňovat určité náležitosti. Ve fitness centru by mělo být čisto, obsluha za barem by měla být vždy připravena pomoci cvičícím. Lidé chodí do posilovny cvičit a nechtějí být obtěžováni soukromými záležitostmi majitelky a majitele fitness centra. Zároveň i prostor je uzpůsoben tak, že téměř všude je vidět snaha o co nejlepší prodej veškerého nabízeného zboží (výživové doplňky, ovoce, iontové nápoje, oblečení...) a služeb (kolektivní lekce, soukromé hodiny s trenérem).

V další kapitole jsem se věnovala diskursu, který vznikl propojením oblastí stravování, hubnutí a zdraví. Strava je důležitou součástí tohoto sportu, napomáhá totiž k formování vlastního těla. Praktiky spojené se stravováním jsou kontrolované a disciplinované. O „zdravém stravování“ mluvili všichni moji partneři a partnerky ve výzkumu. Zmiňované slovní spojení ale nabývalo různých významů. Pro někoho je zdravé takové jídlo, které mu pomůže budovat svalovou hmotu, pro někoho jiného může být zdravá strava taková, která mu pomůže zhubnout. Slovo „zdravý“ tak funguje k legitimizaci zvolené stravy a může pod sebou skrývat velice různorodé pokrmy, doplňky a nápoje. Probíraným tématem ve fitness centru je váha. Není ale vnímána klasickým způsobem – kdo váží hodně, je tlustý. Vyšší váhu lze kvalitativně odlišit na dvě formy. Buď je vysoká váha způsobená přítomností nadměrného množství tuku

anebo svalů. Ačkoliv někdo váží i přes 120 kilogramů, je za to oceňován a jeho váha není vnímána nezdravě, ačkoliv to může mít dopad například na jeho kondici. Váha v posilovně není rozhodujícím faktorem tloušťky ani dobrého pocitu ze cvičení, důležité je, jak člověk vypadá.

Cvičení ve fitness centru je určitým způsobem limitováno. V poslední kapitole věnující se identifikovaným tématům přistupuji k fenoménu fitness ve vztahu ke kategoriím věku, genderu, genetických predispozic a třídy. Posilování je sport, který není dostupný všem stejně a dokonce pro všechny nezahrnuje ani stejné činnosti. Z ekonomického hlediska vyjde permanentka ve fitness centru zhruba na 700Kč za měsíc. Sport fitness je značně propojen s určitým typem stravování, které vyžaduje zvýšené finanční výdaje. Do posilovny chodí lidé oblečení podle specifických pravidel, což také předpokládá investici. Z ekonomického hlediska fitness jako sport není dostupné všem, ačkoliv si toho partneři a partnerky ve výzkumu nebyli vědomi a tvrdili mi spíše opak. Fitness není limitováno ani věkem ani genderem, jen se pod cvičením žen a mužů a mladých a starých skrývají jiné činnosti. Cvičení ve fitness centru je ztělesňováno jinými praktikami u mužů a jinými u žen. Limita v tomto případě určuje charakter činností. Obdobně je tomu i s věkem. Cvičící pomáhají utvářet a redefinovat významy, které by se mohli ve fitness centru zdát pro posilování univerzální. Limita „genetických předpokladů“ ztotožňuje rezistenci těla proti kontrolovanému a disciplinovanému formování. Účastnice a účastníci výzkumu tímto slovním spojením označují takové tělesné znaky, které lze jen těžko změnit nebo to nejde vůbec formovat podle jejich představ. Nutkání k tematizaci rezistence těla v podobě nepřekonatelných „genetických předpokladů“ odkazuje k silné touze mých partnerek a partnerů ve výzkumu po kontrole a disciplinaci těla, která pokud není úspěšná, musí být nějak legitimizovaná.



## 4. Závěr

Ve své diplomové práci jsem se snažila najít odpověď na hlavní výzkumnou otázku: Jak je konstruováno fitness a identita aktérů a akterek z pohledu feministických teorií? Snažila jsem se na ni odpovědět pomocí kvalitativního výzkumu založeného z části na zúčastněném pozorování a z části na polostrukturovaných rozhovorech. Vycházela jsem z feministických teorií a z konstruktivistického paradigmatu. Mým cílem nebylo získat data a výsledky, které by byly generalizovatelné na všechny fitness centra v České republice. Chtěla jsem poznat jedno konkrétní fitness centrum a popsat, jak funguje, jaká pravidla je nutné dodržovat a jak v posilovně dochází ke konstrukci identit cvičících. Při interpretaci získaných dat jsem čerpala z feministických teorií, které se zabývají sportem, tělem, disciplínou, diskursem zdraví a sociálním prostorem.

Můj výzkum ukázal, že prostor fitness centra je tvořen jeho návštěvníky a návštěvicemi stejně tak obsluhou a majitelem a majitelkou. Do prostoru jsou promítány různé představy všech aktérů a akterek. Na jednu stranu fitness centrum jako instituce pomáhá udržovat genderově stereotypní uvažování. Muži a ženy cvičí převážně na různých strojích v různých částech fitness centra. Snaží se dosáhnout rozdílného ideálu krásy a své praktiky ve fitness centru podřizují formování svého těla. Prostor fitness centra je jasně maskulinizovaný, muži mu dominují jak početně, tak svými projevy a chováním. Prostředí posilovny je vhodné pro to, aby zde muži demonstrovali svou sílu a agresivitu, což také dělají. Na druhé straně v prostoru fitness centra muži projevují svou intimitu a nestydí se za zdravý životní styl. Ženy se učí „jak být silné“ a opouští stereotyp křehké a slabé ženy. V určitých aspektech je tedy možné pozorovat, že fitness centrum je prostor, kde dochází k nabourávání klasických genderových stereotypů a může to přispívat k destabilizaci genderového řádu obecně.

Téma, které prostupuje celou mou práci je disciplína. Fitness centrum je platforma, kde jsou prezentována a oceňována disciplinovaná těla a disciplinované praktiky. Lidé v posilovně kontrolují sami sebe i ostatní. Nehledě na gender cvičící chápou svá těla jako nedokonalá a snaží se je formovat do požadovaného tvaru. Touha po dokonalejším těle je u cvičících zvnitřněná. Pokud se návštěvnice a návštěvníci fitness centra nepřibližují vysněné postavě, tak se za to trestají například v podobě nepříjemných pocitů a výčitek. Nespokojenost se svým tělem může být i permanentní, protože někteří si své cíle stále posouvají a nejsou nikdy spokojeni. Fitness není sport, ale je to životní styl, který zasahuje do mnoha aspektů životů cvičících.

## Zdroje

- Appeltová, M. (2016). „Tlusté“ tělo v normalizačním Československu: povinná zdatnost a gender v kampani proti obezitě. *Gender, rovné příležitosti, výzkum*, 17(1), Str. 15-28
- Bartky, S. L. (1997). *Foucault, femininity, and the modernization of patriarchal power*. V: Bordo, S., Diamond, I., & Quinby, L. *Feminism & Foucault: Reflections on Resistance*. Boston: Northeastern University. Str. 93-111.
- Berger, P. L., Luckmann, T. (1999). *Sociální konstrukce reality: pojednání o sociologii vědění*. Přeložil: Marada, R. Brno: CDK
- Brabazon, T. (2006). Fitness is a feminist issue. *Australian feminist studies*, 21(49), 65-83.
- Coffey, A., & Atkinson, P. (1996). *Making sense of qualitative data*. London: SAGE Publications.
- Connell, R. W. (1995). *Masculinities: Knowledge, power and social change*. Berkeley: University of California Press.
- Connell, R. W. (2005). *Masculinities: The social organization of masculinity*, Berkeley: University of California Press.
- Courtenay, W. H. (2000). Constructions of masculinity and their influence on men's well-being: A theory of gender and health. *Social science & medicine*, 50(10), Str. 1385-1401.
- Crossley, N. (2006). In the gym: Motives meaning and moral careers. *Body & Society*, 12(3), Str. 23-50.
- Disman, M. (1993). *Jak se vyrábí sociální znalost. Příručka pro uživatele*. Praha: Univerzita Karlova v Praze – Nakladatelství Karolinum.
- Dworkin, S. L., & Wachs, F. L. (2004). “Getting your body back”: Postindustrial fit motherhood in shape fit pregnancy magazine. *Gender & Society*, 18(5), Str. 610-624.
- Fialová, L., & Krch, F. D. (2012). *Pojetí vlastního těla – zdraví, zdatnost, vzhled*. Praha: Karolinum.

- Foucault, M. (2000). *Dohlížet a trestat: kniha o zrodu vězení*. Přeložil: Pelikán, Č. Praha: Dauphin.
- Gajdoš, A. (2011). Chlieb náš každodenný: maskulinita a jedlo v odbornej tlači prvej dekády 21. storočí. *Gender, rovné príležitosti, výzkum*, 12(1), Str. 25-34.
- Gill, R., Henwood, K., & McLean, C. (2005). Body projects: masculinity, identity and body modification. *Body & Society*, 11(1), Str. 37-62.
- Guba, E. G., a Lincoln, Y.S. (1994). Competing paradigms in qualitative research. In *Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. Handbook of qualitative research*. London: SAGE Publications. Str. 105-116.
- Heikkala, J. (1993). Discipline and excel: Techniques of the self and body and the logic of competing. *Sociology of Sport Journal*, 10(4), Str. 397-412.
- Hendl, J. (2016) *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál.
- Heyes, C. J. (2006). Foucault goes to weight watchers. *Hypatia*, 21(2), Str. 126-149.
- Kaufmann, J. C. (2010). *Chápající rozhovor*. Sociologické nakladatelství (SLON).
- Matthews, Christopher R. (2016). "The tyranny of the male preserve." *Gender & Society*, 30(2), Str. 312-333.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. Beverly Hills: Sage Publications.
- Nichter, M., & Vuckovic, N. (1994). Fat talk: Body image among adolescent girls. In *Many mirrors: Body image and social relations*. Rutgers University Press.
- Postow, B. C. (1982). Women and masculine sports: Androgyny qualified. In Vetterling-Braggin, M.(ed.). „Feminity“, „Masculinity“, and „Androgyny“. *A modern philosophical discussion*. Totowa: Littlefield, Adams & CO.
- Reinharz, S. (1992). *Feminist methods in social research*. New York: Oxford University Press.
- Renzetti, C. M., Curran, D. J. (2003). *Ženy, muži a společnost*. Praha: Karolinum.

- Sassatelli, R. (1999). Interaction order and beyond: A field analysis of body culture within fitness gyms. *Body & Society*, 5(2-3), Str. 227-248.
- Sekot, A., (2006). *Sociologie sportu*. Brno: Masarykova univerzita a Paido.
- SKFČR [Svaz kulturistiky a fitness České republiky], (2018). *Soutěžní řád a pravidla soutěží*.
- Spielvogel, L. G. (2002). The discipline of space in a Japanese fitness club. *Sociology of Sport Journal*, 19(2), Str. 189-205.
- Valdrová, J., Knotková-Čapková, B., Paclíková, P. (2010). *Kultura genderově vyváženého vyjadřování*. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy.
- Wellard, I. (2009). *Sport, masculinities and the body*. Routledge.
- Whitson, D. (1990). Sport in the social construction of masculinity. In Messner, M., Sabo, D. (ed.). *Sport, men and gender order. Critical feminist perspectives*. Illinois: Human Kinetics Books. Str. 19-29.
- Wolf, N. (2000). *Mýtus krásy*. Přeložily: Sýkorčinová, A.; Červenčíková, S.; Cihlová, J. Bratislava: Aspekt.
- Wood, J. (2012). *Gendered lives*. Nelson Education.
- Washington, M. S., & Economides, M. (2016). Strong is the new sexy: Women, crossfit, and the postfeminist ideal. *Journal of Sport and Social Issues*, 40(2), Str. 143-161.
- Zábrodská, Kateřina. (2009). *Variace na gender. Poststrukturalismus, diskurzivní analýza a genderová identita*. Praha: Academia.

## Přílohy

### Scénář rozhovoru

Proč chodíš do fitka?

Popiš mi tvou klasickou návštěvu fitness centra?

- Máš nějaký program, který jedeš? Jak sis ho vypracoval, kdo ti s tím pomáhal?
- V kolik hodin chodíš nejčastěji?
- Strávíš nějaký čas v šatně a ve sprchách?

Máš nějaké zvyky spojené s chozením do fitka?

- Chodí sám\_a nebo ve skupině?
- Je podle tebe oblečení při cvičení důležité?

Proč jsi tam začal/a chodit?

- Kdo tě k tomu přivedl? (Kamarádi\_ky, kolegové\_yně)
- Vlastní rozhodnutí?

Jak dlouho už do fitka chodíš?

- Proč tam chodíš opakovaně/pořád/už 5 let?
- Jak to, že jsi to vydržel\_a? Co tě motivuje? Co tě drží?

Vedeš si tréninkový deník?

- Jak vypadá?
- Co všechno si do něj zapisuješ?
- Diskutuješ to s někým?

Čteš časopisy nebo navštěvuješ nějaké stránky, kde jsou typy jak sestavit tréninkový plán:

- které to jsou?

Máš nějaké trenéry/trenérky nebo sportovce/sportovkyně, které jsou pro Tebe vzorem?

Myslíš, že existuje nějaké správné nebo nejlepší cvičení?

Co cvičíš nejraději?

Označil by ses za fitkaře/fitkařku? Proč ano/proč ne.

- Myslíš si, že existují nějaké vrozené dispozice pro chození do fitka?
- Kdo by měl chodit do fitka?

### **Fitness a zdraví a hubnutí**

Kdy vynecháš cvičení?

Co si myslíš o tom, když někdo říká, že cvičení musí bolet?

- Už jsi někdy utrpěl\_a nějaké zranění ve spojitosti s chozením do fitka?
- Zranil\_a jsi se při cvičení? Co jsi dělal\_a pak? Nepřemýšlel\_a jsi nad změnou sportovní aktivity?

Co si myslíš o tom, že někteří lidé přizpůsobují svůj jídelníček svému cvičení/tréninku?

Co jíš před a po tréninku?

### **Fitness a prostor**

Kde všude se po fitku pohybuješ?

- Jaké stroje, využití šatny atd.? Cítíš se v tom prostoru dobře?
- Kdy nebo kde se ve fitku cítíš nejlépe?

Co si myslíš o produkované hudbě ve fitness centru?

- Ruší, motivuje?

Jsou zrcadla ve fitku užitečná? Používáš je nějak?

- Kontroluješ se ve fitku – jak cvičíš, jak vypadáš?

Chodíš i do jiného fitka?

- Proč sis vybral\_a tohle? Ve městě jsou další jiná fitka, tak proč tohle?

### **Fitness jako sport**

Dělal\_a jsi i nějaké jiné sporty?

- Co ti na nich vyhovovalo?
- V čem je ve srovnání s nimi fitko lepší?

### **Fitness a rasa a třída**

Jak bys charakterizoval\_a lidi, kteří jsem chodí?

- Co si myslíš o rozdílných cílech (hubnutí, posílení) těch lidí?

Co ostatní lidi ve fitku, znáš je, máš k nim nějaký vztah?

- Scházíš se s někým z fitka i mimo fitko?
- Bavíš se s nimi?
- Tykání je v pohodě?
- Srovnáváš se s lidmi ve fitku? Jak to srovnání vypadá?
- Hecujíc tě výkony druhých lidí k lepším výkonům u tebe?

Ovlivňuje cvičení nějak tvůj osobní či pracovní život?

- Jaké je tvoje zaměstnání?
- Je důležité abys v práci vapadal\_a dobře?
- Je důležité, abys v práci působil\_a zdravě?
- Je důležité abys byl\_a v práci fyzicky zdatná\_ý?

Jak náročné je cvičení ve fitku finančně?

- Máš permanentku? Na jaké období?
- Kolik peněz dáš na oblečení?
- Kolik peněz dáš na speciální výživové doplňky?
- Dáš více peněz do stravování obecně?
- Nezvažoval\_a jsi že začneš dělat nějaký levnější sport?

### **Závěr**

Máš nějaké zážitky ze svých návštěv ve fitku? Něco zajímavého se ti tam přihodilo?

- Nejhorší zážitek z fitka?
- Máš někdy stres nebo třeba strach když jdeš cvičit?
- Nejlepší zážitek z fitka?

Stalo se ti někdy, že ses v tom fitku cítil\_a nepříjemně?

- Kdy, popiš...

Jak se změnil Tvůj život od doby, kdy jsi začal\_a chodit do fitka?

- Co Ti to dalo? Co Ti to vzalo
- Jak dlouho budeš ještě cvičit?
- Je to omezené věkem?
- Je to omezené životní etapou?
- Je to omezené typem zaměstnání?

Máš nějaký cíl, kterého chceš dosáhnout?

Máš nějaký ideál, co se týče tvého vzhledu, kterého bys chtěl\_a dosáhnout?

Chceš mi říct ještě něco, co je důležité a na co jsem se nezeptala? Něco, na co sis třeba myslel\_a, že se budu ptát?

## Informovaný souhlas s poskytnutím rozhovoru

Tento rozhovor se uskutečňován za účelem získání dat a informací pro kvalitativní výzkum k diplomové práci Heleny Psotové. Výzkum probíhá v rámci magisterského studia na Fakultě humanitních studií Karlovy Univerzity v Praze. Tématem práce je fenomén fitness.

Vaše účast na projektu je dobrovolná. Účast na projektu spočívá v nahrávaném rozhovoru, který potrvá přibližně 1-1,5 hodiny. Vaše identita zůstane v plné anonymitě (jméno bude změněno) a Vaše odpovědi jsou důvěrné, určené pouze pro potřeby tohoto výzkumného projektu. Na kteroukoliv otázku můžete odmítnout odpovědět a kdykoliv v průběhu rozhovoru můžete rozhovor ukončit. Ukončení rozhovoru a vystoupení z projektu pro Vás nebude mít žádné negativní důsledky.

V případě dotazů týkajících se tohoto projektu se můžete obrátit na jeho řešitelku, Helenu Psotovou ([psotahel@gmail.com](mailto:psotahel@gmail.com)). V případě otázek týkajících se Vašich práv jako komunikační/ho partnera/ky v projektu se můžete obrátit na vedoucí této diplomové práce, Lubicu Kobovou ([Lubica.Kobova@fhs.cuni.cz](mailto:Lubica.Kobova@fhs.cuni.cz)).

Tento informovaný souhlas je vyhotoven ve dvou kopiích. Jedna náleží komunikačnímu partnerce/komunikačnímu partnerovi, druhá náleží řešitelce projektu Heleně Psotové.

Svým podpisem souhlasíte se svou účastí na tomto projektu.

Jméno komunikačního partnera/komunikační partnerky:

Podpis:

Jméno řešitelky projektu:

Podpis: