

Obsah

PŘEDMLUVA	5
JAK VŠECHNO ZAČALO	9
Kalendář ukazoval minulé tisíciletí	9
Na scéně se objevil Monster Kníže	10
Byly na začátku garážové zápasy?	11
KECY V KLECI	12
Časy, kdy se kopal do koulí	14
Nářez! První kolo mělo 20 minut	16
BLOG: 24. SRPNA 2016	18
Zápasy bez rukavic	20
KECY V KLECI	22
Trenky a holé tělo	23
BLOG: 11. KVĚTNA 2017	24
Kdo chtěl, zápasil	27
Radek John a násilí	28
Jak se trénovalo?	29
Tréninky šestkrát v týdnu	31
Příklad rozložení tréninku:	34
Tréninkový plán do gyму, rok 2000, posilování 3x týdně:	34
Jídelníček, rok 2000:	36
Až 50 tisíc za pyramidu	37
BLOG: 23. KVĚTNA 2017	38
Informace ze Západu	41
KECY V KLECI	43
Ten, který hlídal Prahu zvenčí a seděl (údajně) na Werichově klíně	44
Láska k filmovým hvězdám	46
BLOG: 14. SRPNA 2017	49
Překročit vlastní stín	52
Když se v zápase tahalo za vlasy	54
Zvířata v kleci	56
První mistrovská korunovace	58
Našli kluka, který mě seknul	61
Je konec, na Angličana nedošlo	62
BLOG: 7. DUBNA 2016	63

Na svět se hrabe nový sport	67
Ručička tachometru nešla pod 200 km za hodinu	69
Na žíněnce s Gustafssonem	70
KECY V KLECI	71
Nový začátek. Míla zmizel a boj s financemi	72
Trénink a gayové za zády	75
BLOG: 28. ZÁŘÍ 2016	77
Talent nemusíte odhalit hned	79
Přišel slávistický chuligán	84
John Kavanagh přijel na návštěvu	86
Z Portugalska jsem jel jako mistr Evropy	87
Zrození silné generace	90
Magda se toho nebojí, šla i proti chlapům	91
Přelom v českém MMA, zrodilo se GCF	93
Emocionální výstřel v Říčanech	93
Rok 2013 a založení Českého svazu MMA	94
BLOG: 8. DUBNA 2019	98
Když vám nezaplatí za zápas	100
Zlobiví kluci na scéně	101
Na druhé straně veterán UFC	103
BLOG: 5. ČERVNA 2019	105
Tréninky po půlnoci kvůli časovému posunu	107
BLOG: 11. ČERVENCE 2016	109
Cesty za hranice všedních dnů	113
Cesta s Mamutem přes velkou louži	114
Přišel novinář, chtěl se porvat	117
BLOG: 26. BŘEZNA 2016	118
Jak jsem odmítl nehynoucí slávu	122
Na Evropě cinkla bronzová	123
Za tři týdny padlo Japonsko, Itálie a Anglie	125
Jak Magda přišla o šampionku UFC	129
A voňavka přetřela šlachu	132
BLOG: 20. DUBNA 2017	132
Peštův návrat do Prahy	135
VIP host, to vždy potěší	136
BLOG: 16. ŘÍJNA 2017	138
Pešta se přiblížil k obávanému Jemeljaněnkovi	140

Začali jsme zápasit pod XFN	143
BLOG: 22. PROSINCE 2018	143
MMA je stejně nevypočitatelné jako život sám	146
Manh Cuong Nguyen si říká Tomáš bronzový	148
BLOG: 4. BŘEZNA 2019	149
BLOG: 6. KVĚTNA 2019	153
Kundosaki skočila do neznáma	156
BLOG: 28. ČERVENCE 2019	157
Poznám magickou tisícovku zápasů v rohu?	159
BLOG: 30. ŘÍJNA 2016	160
A popularita šplhá po žebříku nahoru...	162
Sociální sítě jako valící se tsunami...	164
Rivalita XFN a OKTAGON MMA	165
Ten třetí vzadu...	167
BLOG: 28. PROSINCE 2018	168
Trashtalk aneb Báby na pavlači ...	170
Virtuální svět rád špiní	171
BLOG: 1. BŘEZNA 2019	174
Holky v kleci	177
Z Penty do Kambodže	179
Lucie Pudilová, holka z Příbrami v UFC	182
BLOG: 21. ČERVENCE 2017	183
Shazování váhy	186
Nejpřísnější pravidla byla v Japonsku	189
A jelo se do nemocnice	190
Vyluxovaná lednice	191
UFC, vrchol, ke kterému většina vzhlíží	193
S MMA po krásách světa	194
KEY V KLECI	195
Zranění	196
BLOG: 20. KVĚTNA 2019	198
PSALO SE PŘED LETY	200
BLOG: 1. ÚNORA 2017	202
PSALO SE PŘED LETY	205
BLOG: 31. ČERVENCE 2016	210
PSALO SE PŘED LETY	213
BLOG: 6. ZÁŘÍ 2019	217

Cestování. Co třeba 1 300 km autem?	219
Nejdál jsem byl v Karviné	220
KECY V KLECI	222
Od sekané k zeleninovým salátům	224
PĚT JMEN, KTERÁ PSALA HISTORII PENTY	227
VÁCLAV ŠAMŠA	227
STANISLAV FUTERA	232
BLOG: 6. ČERVNA 2017	235
JIŘÍ MAMUT PALUSKA	237
MAGDALENA ŠORMOVÁ	243
VIKTOR PEŠTA	248
BLOG: 14. ZÁŘÍ 2016	251
OSOBNOSTI ČESKÉHO MMA	255
MICHAL HÁŠA HAMRŠMÍD	255
JAROSLAV ČÍŇAN POBORSKÝ	260
TOMÁŠ KUŽELA	263
LUCIE PUDILOVÁ	265
JIŘÍ DENISA PROCHÁZKA	268
KARLOS TERMINÁTOR VÉMOLA	270
TROJITÝ POHLED NA 20 LET VÝVOJE	277
Ondřej Novotný: Půl života dal boji	277
Josef Melen: Dostával fanoušky do varu	285
Aleš Hradecký: Obr s krásnou přezdívkou	291
POHLED PSYCHOLOŽKY	299
DOSLOV	307
JMENNÝ REJSTRÍK	310