

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury

**ANALÝZA VÝVOJE AKTIVITY PADDLEBOARDING V ČR**

Diplomová práce

(bakalářská)

Autor: Šárka Kafaňková

Rekreologie – pedagogika volného času

Vedoucí práce: Mgr. Rudolf Rozsypal

Olomouc 2014

**Jméno a příjmení autora:** Šárka Kafaňková

**Název bakalářské práce:** Analýza vývoje aktivity paddleboarding v ČR

**Pracoviště:** Katedra rekreologie

**Vedoucí práce:** Mgr. Rudolf Rozsypal

**Rok obhajoby diplomové práce:** 2014

### **Abstrakt**

Bakalářská práce se zabývá analýzou paddleboardingu v České republice – novou a rychle se rozvíjející pohybovou aktivitou v přírodě. Hlavním cílem práce je stanovení dalšího možného vývoje této aktivity v našich podmínkách. V začátku práce definuje pojmy z teorie, se kterými se v této oblasti setkáváme. V praktické části je provedena analýza. Pro dosažení cíle práce bylo provedeno dotazníkové šetření a to ve skupině respondentů, kteří mají kladný vztah k vodním sportům a již provozují některý z těchto sportů. Dále byl proveden sběr dat z dostupné literatury a internetových zdrojů. Na základě výsledků jsou zpracované závěry, které jsou základem pro stanovení možného dalšího vývoje paddleboardingu v České republice.

### **Klíčová slova:**

paddleboarding, pohybová aktivita, volný čas, rekreace, sport, vodní turistika, metoda dotazování

Souhlasím s půjčováním diplomové práce v rámci knihovních služeb.

**Author's first name and surname:** Šárka Kafoňková

**Title of the bachelor's thesis:** The analysis of the Paddleboarding activity development in the Czech Republic

**Department:** Department of Recreationology

**Supervisor:** Mgr. Rudolf Rozsypal

**The year of presentation:** 2014

### **Abstract**

The bachelor's thesis is focused on the analysis of the Paddleboarding in the Czech Republic – the brand-new and quickly developing kinetic activity in the nature. The main goal of the thesis is the setting of the further possible development of this activity in our conditions. In the opening there are defined the theoretical notions which are used in this lay. In the practical part there is performed the analysis. For achieving the goal of the thesis the questionnaire investigation was performed. The asked respondents were the people with positive bearing on water sports who have been doing some of these sports. Further the data collection from the affordable literature and Internet sources was effected. By virtue of the results the conclusions were processed. These conclusions are the essence for setting the further possible development of Paddleboarding in the Czech Republic.

### **Keywords:**

paddleboarding, the kinetic activity, the spare-time, the reaction, the sport, the water tourism, the questioning method

I agree the diploma thesis to be lent within the library service.

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci zpracovala samostatně pod vedením Mgr. Rudolfa Rozsypala, uvedla všechny použité literární a odborné zdroje a dodržovala zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 23. března 2014

.....

## OBSAH

1 Úvod.....	7
2 Přehled poznatků.....	9
2.1 Sport a volný čas.....	9
2.1.1 Volný čas.....	9
2.1.2 Pedagogika volného času.....	11
2.1.3 Pohybová aktivita.....	13
2.1.4 Rekreace.....	13
2.1.5 Sport.....	14
2.1.6 Životní styl.....	14
2.1.7 Zdraví.....	15
2.2 Vodní turistika.....	16
2.2.1 Historie vodní turistiky.....	17
2.2.2 Rozvoj vodní turistiky v našich podmínkách.....	18
2.2.3 Typy lodí a od toho odvozené druhy vodáckého sportu.....	19
2.2.4 Formy vodní turistiky.....	22
2.2.5 Stupně obtížnosti vodních toků.....	22
2.3 Paddleboarding jako volnočasová pohybová aktivita.....	25
2.3.1 Paddleboarding.....	25
2.3.2 Historie paddleboardingu.....	26
2.3.3 Paddleboarding na jezerech, řekách a divoké vodě.....	28
2.3.4 Vybavení na paddleboarding.....	30
2.3.5 Zdravotní a fitness výhody paddleboardingu.....	35
2.4 Paddleboarding v České republice.....	36
2.4.1 Historie paddleboardingu v ČR.....	36
2.4.2 Vývoj paddleboardingu v ČR.....	36
2.4.3 Česká paddleboardová asociace.....	37

3 Cíle.....	39
4 Metodika.....	40
4.1 Analýza.....	40
4.1.1 Primární analýza.....	40
4.1.2 Sekundární analýza.....	43
5 Výsledky.....	45
5.1 Dotazníkové šetření.....	45
5.2 Rozhovor.....	58
5.3 Empirické šetření.....	61
5.4 Sekundární analýza.....	62
5.4.1 Lokality v České republice.....	63
5.4.2 Připravované sportovní akce na rok 2014.....	64
6 Diskuze.....	65
7 Závěry.....	67
8 Souhrn.....	69
9 Summary.....	70
10 Referenční seznam.....	71
11 Seznam tabulek.....	74
12 Seznam obrázků.....	75
13 Přílohy.....	76

# 1 Úvod

Tato bakalářská práce se zabývá analýzou vývoje paddleboardingu v České republice.

K rozhodnutí o vypracování této bakalářské práce mne vedl dlouhodobý zájem o vodní sporty provozované v rámci mého volného času, jako jsou sjíždění divoké vody na kajaku, raftu a kánoi a touha po poznání nových alternativ tohoto druhu vodních aktivit.

S paddleboardingem jsem se poprvé setkala na 9. ročníku Krumlovského vodáckého maratonu, který se uskutečnil 8. října 2011. Tento závod byl rozšířen o „SUP“ kategorii a již v roce 2011 startovalo v této nové kategorii 19 paddleboardistů.

Před zahájením mé bakalářské práce jsem se již o novou pohybovou aktivitu zajímala, shromažďovala dostupné informace, zapůjčila si paddleboard a sjela první vybrané úseky na českých řekách. K mé inspiraci k napsání bakalářské práce na téma paddleboarding také významně přispěl článek ve vodáckém magazínu HYDRO 2/2012, jenž napsal pan Jan Rott, se kterým jsem diskutovala o paddleboardingu již před zvolením tématu mé práce.

Aktivity provozované v přírodním prostředí spojené s dobrodružstvím, výzvou a určitým stupněm rizika se stále častěji stávají náplní trávení volného času. Lidé touží po aktivním odpočinku, přirozeném prostředí, něčem novém a zajímavém, chtějí objevovat nové zážitky. Právě proto se paddleboarding stále více dostává do povědomí veřejnosti a tím jej více lidí provozuje i samostatně a spontánně.

Cílem mé bakalářské práce je představit novou možnost aktivního trávení volného času, seznámit s paddleboardingem jako takovým, analyzovat jeho minulý, současný a budoucí vývoj v České republice a dojít, v rámci této práce, ke zjištění, zda je paddleboarding plnohodnotnou samostatnou sportovní aktivitou nebo jen módním trendem, díky kterému se výrobci snaží v rámci svých prodejních aktivit zajistit formou inovace nový prostor pro své výrobky.

V rámci mého předběžného průzkumu jsem zjistila, že k dané problematice neexistuje v České republice žádná ucelená publikace v českém jazyce a informace jsou dosud prezentovány pouze v několika článcích v časopisech specializovaných na vodní sporty a na internetu. Nedostatek dostupných informací považuji za možné riziko. Přínos mé práce vidím v tom, že se mi současně s hlavním cílem práce, tj. provést analýzu dalšího možného

vývoje paddleboardingu v ČR, snad povede přinést ucelený přehled informací pro případné zájemce o tuto sportovní pohybovou aktivitu.



## 2 Přehled poznatků

V bakalářské práci jsem pracovala s pojmy, které se týkají oblasti volného času a sportu. S ohledem na širší tématu se klíčovými pojmy budu věnovat podrobněji v následujících kapitolách.

### 2.1 Sport a volný čas

Již po několika desetiletích setrvává sport v popředí zájmu společnosti i jednotlivců. Stal se běžnou součástí života a společenského dění.

Sport je výrazným fenoménem současné doby. Nelze jej pominout jako jev pro jednu daný, neměnný. Je velmi složitý a rozmanitý, neboť je úzce vázán na společenský vývoj. Například francouzský sociolog Dumazdier, považuje dvacáté století za století zrodu volného času pro sport a pro určitou rehabilitaci lidského těla. Historický vývoj v našem století ukázal, že s tímto pohledem lze bezpochyby souhlasit (Kaplánek, 2011).

#### 2.1.1 Volný čas

Volný čas lze v souhrnu definovat jako dobu, časový prostor, v němž jedinec nemá žádné povinnosti vůči sobě ani druhým lidem a v němž se pouze na základě svého vlastního svobodného rozhodnutí věnuje vybraným činnostem. Tyto činnosti ho baví, přinášejí mu radost a uspokojení a nejsou zdrojem trvalých obav či pocitů úzkosti (Slepičková, 2005, 14).

Vážanský (1992) chápe volný čas ve dvou úrovních. V první úrovni volný čas vnímá jako časový prostor, s kterým může člověk disponovat a to, co v něm provádí je jeho svobodné rozhodování. Tento čas se též dá také nazvat „říše svobody“. Ve druhé úrovni ho chápe negativně jako čas, který je zbytkový, tedy čas mechanicky odečtený po práci.

H. W. Opaschowsky (in Vážanský et al., 1995) přeložil překlad osmi stěžejních potřeb uspokojovaných ve volném čase:

- Rekrece – potřeba zotavení, osvěžení, zdraví
- Kompenzace – potřeba vyrovnání, rozptýlení a potěšení

- Edukace – potřeba poznání a dalšího učení
- Kontemplace – potřeba uvědomění si sama sebe
- Komunikace – potřeba kontaktu, sdělení a družnosti
- Integrace – potřeba kolektivního vztahu a společnosti
- Participace – potřeba sociálního sebepojetí, spoluúčasti na dění
- Enkulturační – „označení procesu, jehož prostřednictvím si člověk v průběhu svého života osvojuje kulturu dané společnosti“

Němec (2002) uvádí, že volný čas je považován za takový, kde člověk osobně volí a dělá takovou činnost, která mu dělá radost, přináší zábavu, odpočinek, potěšení, pomáhá mu v obnovení a rozvíjení jeho tělesné i duševní kondice. Je to čas, který máme jen sami pro sebe, kdy konáme svobodně a dobrovolně činnosti pro sebe či své blízké.

Dohnal poukazuje na to, že volný čas je nedílnou součástí života člověka a způsob jeho využití má vliv zejména na zdraví, socializaci, kultivaci a rozvoj osobnosti (Dohnal, 2009).

Autoři Hájek, Hofbauer, & Pávková o volném čase říkají, že je nedílnou součástí každého člověka ve společnosti, je přítomen ve všech jeho životních fázích, nezávisle na sociálním prostředí, přičemž zvláštního významu nabývá pro rozvoj, výchovu a vzdělávání mládeže. „Volný čas poskytuje dnes jednotlivci i společnosti možnosti, jež nikdy předtím nebyly v takové míře k dispozici; současně je však také výzvou, s níž se každý musí učit vyrovnávat“ (Hájek, Hofbauer & Pávková, 2003, 4).

World Leisure Organization je v oblasti volného času významnou celosvětovou společností, s historií existence přes padesát let. Je to dobrovolná organizace a jejím cílem je objevovat a podporovat podmínky, které umožňují využití volného času. Organizace se orientuje zejména na pořádání kongresů a odborných aktivit. Na světovém kongresu, pořádaném v říjnu 2008 v Quebec City se sešli delegáti z více než 70 zemí k projednání volného času jako faktoru určujícího udržitelný rozvoj obce. Delegáti se zabývali vlivem volného času v komunitách po celém světě. V závěru deklarace čl. 4 organizace uvedla: „Volný čas hraje zásadní roli v rozvoji komunity: to má vliv na kvalitu života a blahobyt jednotlivců, přispívá k rozvoji sociálních vazeb a sociálního kapitálu a představuje místo pro vyjádření a zapojení do demokratického života“ (<http://www.worldleisure.org/>).

### 2.1.2 Pedagogika volného času

Pedagogika volného času je jedním z oborů pedagogiky.

„Pedagogika volného času je společenskovědní obor, věda o výchově ve volném čase“ (Pávková, 2008, 65).

Autoři zabývající se pedagogikou volného času se vesměs shodují v tom, že českou pedagogiku volného času vidí jako obor bezprostředně navazující na dříve rozpracovávanou teorii mimoškolní a mimotřídní výchovy, resp. teorii výchovy mimo vyučování. Přitom však označení *pedagogika volného času* není pouze novým pojmenováním stávajícího, ale spíše výrazem nově definovaného a promyšleného obsahu, který je od 90. let 20. století sycen novými impulzy.

Podle definice Velkého sociologického slovníku je pedagogika věda o výchově a vzdělání, která zkoumá, popisuje a objasňuje procesy a činnosti, zabývá se jejich cíli, úkoly, předmětem, obsahem, prostředky, metodami a organizací (1996, 760).

Pedagogika volného času je podle Smékala & Vážanského (1995) nauka o volném čase a pro volný čas, zabývá se konkrétními poznatky, shromažďuje a hledá nové informace, dovednosti a zkušenosti, které mohou vést ke zkvalitnění života. Autoři vyjadřují, že plnohodnotnou výchovou ve volném čase lze dospět „...k rozvoji volnočasových postojů, hodnot, znalostí, dovedností a východisek“ (Smékal & Vážanský, 1995, 69).

„Pedagogika volného času je pedagogickým jednáním, které se podílí na formování světa volného času s cílem nabídnout a zajistit jedinci optimální předpoklady pro jeho růst a učení, vývoj a existenci“ (Smékal & Vážanský, 1995, 73).

Autoři dále podle W. Nahrstedta (1990, 33) rozdělili pedagogiku volného času na:

- 1) pedagogiku volného času jako pedagogiku volna
- 2) volný čas jako aspekt a princip obecné pedagogiky

Faltýsková (1997) popisuje pedagogiku volného času jako disciplínu, která vznikla zejména ze dvou důvodů. Za první jako nástroj praxe využití volného času mladou generací a za druhé jako teorie specifik volného času mládeže jako sociálního jevu. Za výchozí považuje výchovu jedinců v čase a výchovu jedinců pro volný čas. Podle vyjádření

Faltýskové, hlavní náplní pedagogů volného času by měla být pomoc mladým lidem a to v době mimo vyučování a při „...organizování jejich odpočinku, zábavy a zájmové činnosti. Jde o to, aby děti trávily volný čas kulturním, zdraví prospěšným způsobem a aktivně odpočívaly“ (Faltýsková, 1997, 131).

Rovněž zajímavý je příspěvek Kaplánek (2011), který se zmiňuje o principech pedagogiky volného času. Upozorňuje, „...že právě výchovné zaměření, které je podstatou pedagogiky volného času, dovedlo tuto vědu do slepé uličky. Jestliže volný čas je právě ten čas, s nímž může člověk nakládat podle svého, stává se základním principem pedagogiky volného času právě *svoboda*“ (Kaplánek, 2011, 43).

Kaplánek (2011) rovněž pohlíží na negativní dopad pedagogického přístupu, který podle něho může znamenat omezení svobody volného času. Volný čas se podle něj může změnit za nástroj výchovy, nebo se stát dokonce manipulací, která slouží cizímu zájmu a tím popírá samotnou podstatu volného času. Autor tento negativní jev popisuje jako „*pedagogizaci volného času*“.

Bauman (2010) uvádí, že na nejobecnější rovině v literatuře nalzáme tři způsoby užití výrazu „pedagogika volného času“.

1. Pedagogika volného času jako studijní obor, resp. vyučovací předmět, přednáškový kurz apod.: o tomto podrobněji pojednáme v následující části.
2. Pedagogika volného času jako výchovně-vzdělávací praxe: toto pojetí se objevuje zejména v literatuře navazující na publikace německých autorů, bylo ovšem opakovaně předmětem kritiky (srov. např. Kratochvílová, 2004) a v současnosti se jeví spíše jako překonané, a to zejména proto, že rezignuje na důsledné odlišení pedagogické praxe a její výzkumné reflexe.
3. Pedagogika volného času jako vědní obor: ačkoli se v minulosti objevily také určité pokusy pojímat pedagogiku volného času jako samostatný obor vedle pedagogiky, v současnosti v podstatě panuje všeobecná shoda v chápání pedagogiky volného času jako jedné z disciplín pedagogiky (srov. např. Kratochvílová, 2004; Průcha, 2006; Koťa, 2007; Žumárová, 2009).

### **2.1.3 Pohybová aktivita**

Volný čas může být využíván pasivně, ale také aktivně, pomocí různých volnočasových pohybových aktivit. Ty mají v životě člověka nezastupitelný význam. Pomáhají utvářet podmínky k životu se zdravým životním stylem, a tím zcela samozřejmě předcházet negativním sociálním faktorům, které současná přetechizovaná společnost přináší.

„Záměrná pohybová aktivita je dobrým prostředkem relaxace a regenerace sil, kompenzuje jednostrannost dnes často převažujících duševních zátěží, umožňuje odreagování napětí z běžných starostí a obtíží. Sportovní aktivity také mnohdy pozitivně působí na rozvoj tvořivosti“ (Paulík, 2006, 13).

Pokud si chceme udržet své zdraví, pak by měla být pohybová aktivita nedílnou součástí našeho života. Mnoho lidí si utváří vztah k pohybu již od dětství. Je-li dítě vedené od útlého věku k pohybu, pak je velice pravděpodobné, že se bude pohybové aktivitě věnovat i v dospělosti a ve stáří. Proto je velice důležité, aby děti vnímaly pohyb jako zálibu a zábavu. Důležitou součástí vlivu přístupu k pohybové aktivitě je jistě i kladná zkušenost dětí z tělesné výchovy na základní škole, kde se utváří a dále vyvíjí jejich osobnost.

### **2.1.4 Rekreace**

Volný čas poskytuje prostor pro naplnění řady lidských potřeb. Mezi základní patří také nutnost odpočinout si, zregenerovat své fyzické a psychické síly, zrekreovat se. Rekreace má v našem životě své nezastupitelné místo, je jeho větší či menší součástí.

Slovo rekreace je odvozené z latinského slova „recreate“. Create značí tvořit, předpona re dává tomuto slovu význam opakování, opětovného vytvoření. V přenesené slova smyslu pak recreate značí obnovit, osvěžit.

Podle Slepíčkové (2005, 33) v sobě rekreace zahrnuje aktivity, které přináší zábavu, znovunabytí psychických a fyzických sil a odpočinek.

Rekreace v reálném slova smyslu je nedílnou a nutnou součástí lidského individuálního i společenského života. Plnohodnotný život bez ní není možný, zapadá tedy zcela logicky

do celkové struktury života. Je známo, že individuální i společenský život člověka se odehrává ve třech oblastech – oblast činností nezbytně nutných, oblast regenerace sil a oblast prožitků a prožívání (Hodaň, 2000).

„Rekreace nemá jedinou formu, možný rozsah potenciálně vykonávaných aktivit je nekonečný, může být organizovaná či neorganizovaná, individuální či skupinová. Na určení, zda se jedná o rekreaci či ne, má rozhodující vliv její motivace a smysl vykonávané činnosti“ (Dohnal & Hodaň, 2005, 57–58).

### **2.1.5 Sport**

Pohled na sport se ve světě v posledních letech výrazně změnil. Stejně jako volný čas i sport prošel vývojem souvisejícím se změnami společnosti. Sport doznal obrovských proměn z hlediska obsahu, organizačních forem a institucionálního zabezpečení. Jeho vývoj probíhá v úzké vazbě na vývoj technologií, které společně s masovostí volného času a tudíž i sportu umožňují rozšiřovat spektrum sportovních činností a způsoby jejich provádění (Slepičková, 2005).

Sport je v dnešní době nedílnou součástí životního stylu moderního člověka. Není již pouze výsadou mladých talentovaných jedinců předvádějících vynikající výkony, ale i lidí starších či handicapovaných. Není spojen pouze s vítězstvím a prohrou, ale také s radostí, zábavou, zdravím nebo dobrodružstvím.

Pro potřeby Evropské charty sportu je definice sportu vymezena následovně: „Sportem se rozumí všechny formy tělesné činnosti, které ať již prostřednictvím organizované účasti či nikoliv si kladou za cíl projevení či zdokonalení tělesné a psychické kondice, rozvoj společenských vztahů nebo dosažení výsledků v soutěžích na všech úrovních“ (Slepičková, 2005, 28).

### **2.1.6 Životní styl**

Životní styl je jedním ze základních faktorů ovlivňujících kvalitu života. Vytváří se v průběhu života, kdy se člověk dostává do interakce s okolím. Střetávají a kombinují se vlivy výchovy, sociálního prostředí, ekonomických podmínek, kulturních zvyklostí a

mnohé další. Svou váhu pochopitelně mají i vrozené předpoklady a vlastnosti člověka. Životní styl je tak projevem lidské osobnosti v nejširším smyslu.

„Životní styl lze charakterizovat jako paletu prakticky všech lidských aktivit od myšlení, přes chování až po jednání a to takových, které zaujímají v životě trvalejší místo, většinou se opakují, jsou typické a předvídatelné. Nejčastěji se posuzuje podle názorů, postojů a chování“ (Slepičková, 2005, 41).

Vodáková, Maríková & Petrusek (1996, 1246) definují životní styl jako „strukturovaný souhrn životních zvyků, obyčejů, resp. akceptovaných norem, nalézajících svůj výraz v interakci, v hmotném, věcném prostředí, v prostorovém chování a v celkové stylizaci. Předpokládá se, že životní styl nějakým způsobem vyjadřuje i hodnoty a zájmy jedince, skupiny, či společnosti vůbec“.

Životní styl může být chápán na dvou úrovních: individua a na úrovni celé skupiny. Životním stylem jednotlivce lze chápat životní způsob jedince, kde si vzájemně odpovídají jednotlivé části, mají společné jádro, resp. určitou jednotící linii, která se prolíná všemi činnostmi, zvyklostmi a vztahy nositele daného stylu života.

V jiné literatuře se dočítáme, že: „Zdravým životním stylem se rozumí individuální souhrn postojů, hodnot a dovedností, který se odráží v činnosti člověka, interpersonálních vztazích a komunikaci“ (Pokorný, 2003, 156).

### **2.1.7 Zdraví**

Podle Slepičkové (2005) v kvalitě života zaujímá důležité místo zdraví. Je zřejmé, že mezi zdravím a sportem existuje vazba. Zdraví je individuální záležitostí jedince. Je však také věcí společnosti. Závisí tedy na tom, jak ke svému zdraví přistupuje sám člověk a jaké podmínky pro zdravý život vytváří společnost.

Zdraví může být definováno negativně jako absence nemoci, funkcionálně jako schopnost vyrovnat se s denními aktivitami nebo pozitivně jako způsobilost a podoba vyrovnanosti. V každém organismu je zdraví forma homeostáze. Jedná se o stav vyrovnanosti s příjmem a výdejem energie a látky v rovnováze.

Světová zdravotnická organizace (World Health Organization) definuje zdraví jako „stav fyzické, psychické, sociální a estetické pohody“. Tedy nejedná se jen o absenci nemoci nebo vady. Přestože toto je užitečná a přesná definice, dá se považovat za idealistickou a nerealistickou. Podle této definice WHO se dá klasifikovat 70–95 % lidí jako nemocných nebo postižených (vadou, nepohodou) (<http://cs.wikipedia.org/wiki/Zdrav%C3%AD>).

Od svého vzniku v roce 1948 podporuje Světová zdravotnická organizace mezinárodní technickou spolupráci v oblasti zdravotnictví, realizuje programy na potírání a úplné odstranění některých nemocí a usiluje o celkové zlepšení kvality lidského života. Cílem činnosti organizace je dosažení co nejlepšího zdraví pro všechny.

## 2.2 Vodní turistika

*„ Kdo se seznámí s řekou, uvidí, že jest nejen živel, daleká cesta a lodní silnice, ale i skoro živá bytost, Velký Přítel“ (Zizius, 1947).*

Tato samostatná kapitola je věnovaná vodní turistice, jelikož z ní vychází jak téma této bakalářské práce, tak i samotný paddleboarding.

Každoroční mnohatisícová návštěvnost našich řek jednoznačně vypovídá o oblibě vodní turistiky, jejíž tradice sahá až do 30. let 20. století. Je jako forma rekreace velmi atraktivní a dobře dostupná pro většinu populace. Přírodní prostředí má významný rekreační efekt.

Kráčmar (1998) uvádí: „Vodní turistiku chápeme v nejširších souvislostech jako formu turistiky spjatou se specifickým, zde vodním prostředím, které z ní vytváří jednu z nejatraktivnějších pohybově rekreačních aktivit, dobře dostupnou pro většinu celé populace. Díky intenzivnímu působení přírodního prostředí (voda, sluneční záření, klimatické změny) dochází k výraznému rekreačnímu efektu“.

Vodní turistika je tvořena třemi základními složkami:

- Specifickou pohybovou činností
- Kulturně poznávací činností
- Odborně technickými dovednostmi a znalostmi



### **Pohybová činnost**

Jedná se o pohybovou aktivitu, jejímž obsahem jsou návyky a dovednosti získané při vodáckém výcviku. Pohybová činnost může být různé intenzity, závisující především na charakteru zdolávání konkrétního terénu.

### **Kulturně poznávací činnost**

Předmětem kulturně poznávací činnosti je cílené, komplexní poznávání oblasti, ve které se pohybujeme. Získáváme přehled zeměpisný, přírodovědný, kulturní a hospodářský, ke kterému přistupuje poznávání ekologie dané oblasti. Kulturně poznávací činnost je specifickou složkou, jež vodní turistiku odděluje od všech ostatních aktivit, spojených s vodním prostředím.

### **Odborně technické dovednosti a zdatnosti**

Odborně technické dovednosti dovolují vodnímu turistovi řešit problémy s materiálem, opravovat loď, stavět stan, vařit v přírodě apod.

## **2.2.1 Historie vodní turistiky**

Používání nejrůznějších plavidel při překonávání řek a vodních toků je staré jako lidstvo samo. Za nejstarší dochovaný důkaz je pokládán člun zhotovený ze stříbra, který byl nalezen v hrobce sumerského krále. Stáří se odhaduje na 6000 let.

Plavidla, která měla rozhodující vliv na pozdější sportovní a turistické pádlování, mají původ u severoamerických Indiánů. Jsou to plavidla otevřená se zvednutými špičkami, poháněná pádlem, typická svou charakteristickou stavbou, kdy na pevnou kostru zhotovenou z přírodně rostlých žeber se připevňuje obšívka z březové kůry. Stejný způsob stavby se používal ještě v padesátých letech 20. století, ten se změnil až s vynálezem vodovzdorných lepidel, která umožnila skořepinovou stavbu. Další velký zlom nastal s příchodem laminátu, který vytlačil používání dřeva na stavbu turistických lodí (Doležal, 1991).

Kanoe se do Evropy dostala pravděpodobně s objevy Kolumbovými. Slovo kanoe je termín používaný pro malý člun poháněný pádly.

Druhé plavidlo, které můžeme pokládat za rozhodující pro rozvoj turistiky a kanoistiky vůbec, je eskymácký kajak. Jeho původ je u Eskymáků v severních oblastech naší

zeměkoule. V tamních tvrdých povětrnostních podmínkách vzniklo plavidlo celé uzavřené, s otvorem pouze pro sedícího člověka. Tento otvor se ještě překrýval krycí zástěrou pevně připevněnou ke kajaku (Doležal, 1991).

Kajak se v Evropě rozšířil hlavně ve skandinávských zemích. Z těchto oblastí se postupně šířil do ostatní Evropy, kde byl využíván hlavně k rekreačním a později i ke sportovním účelům (Doležal, 1991).

Rozmach rekreačního a sportovního využívání kánoí a kajaků vedl ke vzniku prvních kanoistických klubů. Nejstarším je Royal Canoe Club v Anglii založený roku 1866.

### **2.2.2 Rozvoj vodní turistiky v našich podmínkách**

V našich podmínkách je kanoistika velmi rozšířeným a oblíbeným sportem. Je to dáno zeměpisnou polohou naší země, kde značná délka středních toků řek umožňuje jejich masové využití pro vodní turistiku. Mnohotvárnost našich řek umožňuje vybírat různé obtížné úseky řek (Kodeš, J., Doležal, T., & Vambera, L., 1977).

U nás má největší zásluhy o rozvoj vodní turistiky a kanoistiky Josef Rössler-Ořovský, který při ČYK (Český Yacht Klub) propagoval a dal podnět ke stavbě kánoí, které byly využívány pro turistiku na našich řekách. Po vzniku řady kanoistických klubů došlo u nás v roce 1913 k založení Svazu kanoistů království českého, předchůdce dnešního Českého kanoistického svazu.

Dne 20. 1. 1924 byla založena v Kodani mezinárodní kanoistická federace (IRK), zástupci Švédska, Dánska, Německa a Rakouska. Náš svaz přistoupil k IRK roku 1925 jako pátý člen a je počítán mezi pět zakládajících zemí.

V roce 1933 se v Praze uskutečnilo první mistrovství Evropy v rychlostní kanoistice, které přispělo k zařazení kanoistických soutěží do programu olympijských her roku 1936.

Mistrovství republiky v rychlostní kanoistice se poprvé uskutečnilo v roce 1925, mistrovství ve vodním slalomu v roce 1939 a ve sjezdu 1957. Všechny soutěže se pořádají každoročně.

V době 2. světové války IRK zanikla a v roce 1946 vznikla na jejích základech Mezinárodní federace kanoistiky – ICF, která pracuje dodnes.

V roce 1958 se konalo mistrovství světa v rychlostní kanoistice v Praze. Roku 1967 se uskutečnilo mistrovství ve vodním slalomu u nás na Lipně a ve sjezdu v témž roce na Labi ve Špindlerově Mlýně. (Doležal, 1991)

Česká republika patří ve vodní turistice k předním zemím světa.

### **2.2.3 Typy lodí a od toho odvozené druhy vodáckého sportu**

Vodní toky, peřeje, vodopády, horské potoky, jezera a mořská pobřeží lákají atraktivitou i vysokým stupněm svého rekreačního potenciálu mnoho vyznavačů kanoistiky. Specifickým podmínkám pak odpovídají i různé varianty a aplikace vodáckého sportu. Setkáváme se s turistikou na vodních plochách jezer a mořského pobřeží, s jízdou na příbojových vlnách, s využíváním vodních válců na horských řekách nebo v umělých kanoistických kanálech k akrobatickým prvkům, či se skoky z vodopádů. (Kračmar, 1998)

Různým aktivitám pak odpovídá i použitá výzbroj a výstroj. Můžeme říci, že technický pokrok, progresivní technologie používané při konstrukci závodních plavidel i pádel se projevují i při výrobě a konstrukci plavidel pro rekreační sport. Ve vodní turistice i v ostatních formách vodáckého sportu se používají kánoe, kajaky, nafukovací a skládací plavidla, pramice.

Jak uvádí Bílý (2001), podle původu určení členíme lodě na rychlostní, slalomové a sjezdové. Ve vodní turistice používáme především lodě slalomového typu. Oproti závodní slalomové lodi je turistická loď poněkud vyšší, aby měla vyšší výtlak a tím i nosnost. Tvary turistických lodí se potom odlišují podle toho, zda jsou určeny pro sjíždění náročnějších až extrémních úseků vodních toků, nebo jsou určeny do klidnějších vodních terénů.

#### **Kánoe**

Z původních dvou forem, dlouhé s rovným kýlem pro plavbu na jezerech a kratší s prohnutým kýlem a zvednutými špičkami pro proudící vodu, se v současné době vyvinula řada modifikací pro závodní využití i pro rekreační sport. Podle své funkce a určení jsou zhotovovány kánoe s palubou či bez paluby (Bílý, 2001).

## Rozeznáváme kánoe

- Zcela otevřené – bez paluby, mají velký výtlak. Jejich použití je zejména při vodní turistice, v oblasti rekreačního „sportu pro všechny“. Zcela dostačují při použití do II. WW stupně obtížnosti.
- Polokryté – přední a zadní špička, resp. luby jsou pevně kryté. Bývají uzpůsobeny na upevnění krycí zástěry na celý povrch lodě pro jízdu v peřejnaté vodě až do IV. stupně obtížnosti (WW IV). Dnes je tento typ nejrozšířenější a nejvhodnější typ lodě pro rodinnou turistiku v ČR.
- Celokryté – loď s palubou ze stejného materiálu jako je dno lodi. Slouží výhradně pro slalom a sjezd a pro náročnější formy vodáckého sportu rekreačního, případně pro expedice.

Nejčastěji potkáváme na našich řekách laminátové a plastové polokryté a otevřené kánoe vhodné pro turistiku.

## Kajak

Původně eskymácké plavidlo dospělo díky novým technologiím ke své dnešní sportovní podobě. Ve vodní turistice ustoupily skládací kajaky kajakům pevným a nafukovacím. U nás převažují kajaky jednomístné. Je to velmi rychlá a obratná loď, poskytující prožitek z jízdy v peřejnatých úsecích na technicky náročnějších tocích.

### Modifikace kajaků

- Kajaky pro divokou vodu – jejich univerzální tvar je určen pro všeobecné použití a pro učení začátečníků. Vyznačují se velkým výtlakem (přes 250 litrů) a mají kulaté boky, které se nezařezávají do vody. Vhodné i do velmi vodnatých terénů.
- Playboty – jsou lodě pro surfování na vlnách, pro hry ve vlnách. Jsou dlouhé kolem 2,5 m, mají menší výtlak a ostřejší zadní hrany a ploché dno pro lepší surfování na vlnách.
- Lodě pro rodeo (Freestyle) – mají prohnuté paluby, extrémně nízký výtlak, ostré hrany, jsou krátké a ploché, dno je úplně rovné. Lodě se vyznačují velkou manévrovací schopností.
- Squirt – je akrobatická loď (delší než rodeová) s extrémně nízkým výtlakem. Při správném výběru se celé plavidlo i s jezdcem sotva udržuje na hladině a dovoluje

provádět triky. V našich oblastech nejsou pro tuto loď dostatečně hluboké vodní toky.

- Surfovací kajaky – jsou modifikací freestylových lodí, jsou vhodné do příbojových vln v přímořských oblastech.
- Sit-on-top – z rekreačního použití na klidných vodách přešly na divokou vodu otevřené kajaky tohoto typu. Jezdec je usazen a přichycen k anatomicky profilovanému povrchu.
- Creekboats – jsou určeny k jízdě v nejobtížnějších až kaskadérských úsecích vodních toků. Jsou to krátké a velmi výtlačné lodě, špičky jsou zakulacené, podélná pevnost je zesílena proti zlomení lodí.
- Lodě pro expedice na divoké vodě – jsou dlouhé a objemné.

Kajak pro turistiku a rekreaci je ve verzi jednomístné i dvoumístné, je dobře vodivý, s odolným, mírně prohnutým kýlem. Provedení je pro říční turistiku s malým prostorem pro bagáž.

### **Pramice**

Turistické vybavení pramice se u nás datuje od konce první světové války. Místo pohonu vesly se začala používat pádla, za účelem plavby v peřejích. Sportovní pramice se dvěma špičkami umožňuje kolektivní jízdu v družstvu (5–7 lidí) při poměrně dobré stabilitě a ovladatelnosti až do WW II.

### **Nafukovací plavidla**

Rozvoj nafukovacích plavidel byl způsoben skutečností, že doprava složených nafukovacích člunů do méně přístupných míst je snazší nebo dokonce jediná možná. Dalším důvodem rozvoje je možnost využití zvláště větších plavidel pro terény, které byly pro klasické sportovní lodě nesjízdné. Velkých člunů je využíváno rovněž ke komerčním účelům.

Nafukovací plavidla jsou konstruována z bočních válců, sedaček, dna, polopaluby, upevňovacích ok a popruhů pro jezdce v lodi a ze záchytných lan.

- Kajaky – jsou jedno nebo dvoumístné, mohou být opatřeny krycí dekou pro využití na divokou vodu.
- Kánoe – jsou dvoumístné, uzpůsobené ke klečení.

- Rafty – pro čtyři a více jezdců, dnes velmi využívané ke komerční jízdě. Rafty uzavřené jsou vybaveny samovylévacím dnem či drenážemi. Mají velkou torzní pevnost a jsou určeny pro obtížnější terény (Bílý, Kráčmar, & Novotný, 2001).

## 2.2.4 Formy vodní turistiky

Vodní turistika je tradičně rozdělena na formy krátkodobé a dlouhodobé.

Krátkodobou formou vodní turistiky rozumíme vodáckou akci nepřesahující rámec víkendu, resp. dvou dnů. Obsahem bývá sjíždění takových vybraných úseků vodních toků, které mají optimální vodní stav a svoji technickou náročností jsou přiměřené pro účastníky akce. Na území ČR jsou využívána období jarního tání sněhu, přívalových vod při průtržích či vysokého vodního stavu v potocích a říčkách při podzimním vypouštění rybníků.

O dlouhodobé formě vodní turistiky hovoříme, jedná-li se, o vodácké akce převážně v době dovolených a prázdnin. Jsou náročnější než formy krátkodobé jak při plánování a přípravě, tak při vlastní realizaci akce. Jedná se například o dětské putovní tábory. Zde je nutné klást důraz především na vhodný výběr řeky, rámcový program vybudovaný na základě zkušeností, výběr účastníků (plavci) a vedoucích (odborná licence), materiální zajištění, výběr vodácké výzbroje a výstroje pro určenou skupinu a vybraný tok.

## 2.2.5 Stupně obtížnosti vodních toků

Tabulka 1. Stupně obtížnosti vodních toků

Označení obtížnosti	Charakter	Typická rizika	Co je třeba umět	Jak se vybavit
ZW A-C klidná	stojatá nebo jen klidně proudící voda, rychlost proudu do 2 m/s, bez překážek a peřejí	minimální, na otevřených rozlehlých vodních plochách riziko velkých vln v důsledku větru	základy ovládání lodi, plavání a na větších tocích také samozáchrana v hluboké vodě	libovolná loď zabezpečená proti potopení, plovací vesta

<p><b>WW I</b> lehká</p>	<p>proudící voda s malými peřejemi s nízkými vlnami, překážky malé, řídké, dobře viditelné, lze se snadno vyhnout, řečiště přehledné</p>	<p>rizika jsou ojedinělá, omezují se nejčastěji na nebezpečné jezy; na menších tocích porost na březích, padlé stromy a podemleté břehy</p>	<p>základy ovládnání lodi a plavání v proudící vodě, schopnost rozpoznat proudnici a vyhnout se překážce, samozáchrana v proudu</p>	<p>libovolná loď zabezpečená proti potopení, plovací vesta, házečka, helma je doporučena</p>
<p><b>WW II</b> mírně těžká</p>	<p>mírné přehledné peřeje s jasnou linií průjezdu zřetelnou i z lodí, občas nutno manévrovat v proudu, vlny pravidelné, průjezdné otevřenou lodí bez zalití, válece výjimečné a malé</p>	<p>riziko malé plavbě, při plavání v proudu hrozí lehčí zranění o nerovné dno; mohou se vyskytnout nebezpečná místa, která lze ale snadno rozpoznat a vyhnout se jim či přenést</p>	<p>spolehlivé ovládnání lodi, jízda v proudu a ve vlnách, umět zastavit ve vracáku, znalost a schopnost rozpoznání všech základních charakteristik proudící vody (proudnice, rozhraní, válec apod.), samozáchrana v proudu</p>	<p>loď vhodná pro vodní turistiku nebo divokou vodu, zabezpečená proti potopení, plovací vesta, házečka, helma velmi vhodná na uzavřených lodích, doporučena i na všech ostatních plavidlech</p>
<p><b>WW III</b> těžká</p>	<p>peřeje s nepravidelnými vlnami bez možnosti se jim vyhnout, velká pravděpodobnost zalití otevřené lodí, nutnost manévrovat v rychlém proudu, vyskytují se nepřehledná místa se stupni a malými váleci,</p>	<p>střední riziko, při jízdě jsou nutné ochranné prostředky, při plavání často hrozí poranění nebo tonutí; není-li nadosah pomoc skupiny, riziko roste; mohou se vyskytovat</p>	<p>spolehlivé ovládnání lodi, technika i taktika jízdy v proudu a ve vlnách, dobrá znalost čtení vody a bezpečné jízdy ve skupině, trénovanost, samozáchrana a znalost plavání</p>	<p>pevná či nafukovací loď pro divokou vodu, zabezpečená proti potopení, plovací vesta, vhodné oblečení, helma, nůž, házečka,</p>

	úzká rozhraní a mírně turbulentní vracáky, zvláště na řekách s velkým průtokem	nebezpečné jevy na řece, např. sifony, ledová voda; nepřehledná místa nutno prohlédnout z břehu	v proudu, na kryté lodi eskymácký obrat	telefon
<b>WW IV</b> velmi těžká	dlouhé a silné přeje, velké vlny a válce, které nelze, nebo lze jen obtížně, objet, zablokované koryto s úzkými pasážemi vyžadující rychlé manévrování, vysoké stupně s válci, často nepřehledné, ostrá rozhraní a malé vracáky, průjezdy často jen na jednu loď	riziko střední až velké, samozáchrana obtížná, často nutná pomoc, která vyžaduje praxi; na mnoha místech nutná prohlídka ze břehu, občas se vyskytují nebezpečné jevy (válce, sifony, stromy), na ledovcových řekách nízká teplota vody	precizní ovládnání lodi v silném proudu a ve vlnách, výborná znalost čtení vody, průjezdu válcem, jízdy a jištění ve skupině, znalost a praxe používání bezpečnostních a záchranných prostředků, samozáchrana v proudu, na kryté lodi eskymácký obrat, dobrá fyzická a psychická kondice	pevná loď pro divokou vodu zabezpečená proti potopení nebo raft se sehranou posádkou, plovací vesta, vhodné oblečení, helma, nůž, házečka, telefon, lékárnička, náhradní pádlo ve skupině
<b>WW V</b> extrémně těžká	souvislé a silné zablokované přeje s malým počtem vracáků, nepřehledné, navazující stupně, vysoké vlny a velké válce, které nelze objet, velký spád a/nebo průtok, prohlídka nezbytná,	vysoké riziko, plavání nebezpečné, často se vyskytují nebezpečné jevy, záchrana obtížná, často problematická, komplikovaná nepřístupností	vynikající ovládnání lodi a bohaté zkušenosti s divokou vodou, jištěním, používáním záchranných prostředků a samozáchranou v proudu, vynikající	pevná loď pro divokou vodu, zabezpečená proti potopení, vhodné oblečení, plovací vesta, helma, nůž, házečka, telefon,



	často obtížná	terénu	fyzická a psychická kondice, jízda v sehrané a trénované skupině	lékárnička, náhradní pádlo
<b>WW VI</b> hranice sjízdnosti	obtížnost na hranici současných možností, kombinace mnoha překážek, velkého spádu a nebezpečí, sjízdné jen za určitých optimálních podmínek	extrémní riziko úrazu nebo smrti, záchrana velmi obtížná, často nemožná	bohaté zkušenosti, vynikající schopnosti a forma, touha překonat nepřekonané	speciální kajaky „creekové“, výbava jako na WW V a sehraný podpůrný tým

(<http://www.hydomagazin.cz/clanek/490-stupnice-obtiznosti-divoke-vody/>)

## 2.3 Paddleboarding jako volnočasová pohybová aktivita

Pozitivní účinky sportu ve volném čase jsou již všeobecně známé. Sport, ať se jedná o jakýkoliv druh pohybové aktivity, musí být prožíván s radostí a uspokojením. Jeho pozitivní účinky se projevují dříve na psychice jedince než na jeho fyzickém stavu. Především je to záležitost aktuálního prožívání při samotné aktivitě, které je doplňováno následně pocity z výsledků této aktivity, jako je např. zlepšení postavy, nabytí sebedůvěry, zlepšení zdatnosti, upevnění zdraví apod.

### 2.3.1 Paddleboarding

Paddleboarding je vodní sport, při kterém jezdec stojí na prkně podobnému surfovému longboardu a používá k pohybu vpřed dlouhé pádlo. Paddleboarding je někdy zkráceně nazýván SUP. Zkratka SUP vznikla podle anglického spojení stand up paddling (Vaněček, 2012, <http://www.kanoe.cz/>).

„Paddleboarding je sportem, při kterém člověk rovnoměrně zapojuje celé tělo, zlepšuje smysl pro rovnováhu a fyzickou kondici. Podle lékařských studií při pádlování dochází k zapojení velké skupiny svalů od lýtkových na nohou, přes zádové a šikmé břišní, až po

všechny svaly na ruku. Navíc se jedná o aerobní sport“ (Vaněček, 2012, <http://www.kanoe.cz/sporty/paddle-boarding/o-paddleboarding/>).

Prkno se nazývá paddleboard a lze na něm jezdit na jakékoliv vodě. S paddleboardovými nadšenci se můžeme setkat u moře, kde sjíždějí vlny všech velikostí. Paddleboardu stačí i menší vlna než klasickému surfu. Paddleboarding se ale dá provozovat i na řekách či jezerech. Pokročilejší jezdci se mohou vydat i na obtížnější řeku, začátečníci mohou zvolit jezero či mírně tekoucí řeku (Kelley, 2011).

Základní vybavení:

- Prkno/paddleboard – plovák na kterém jezdec stojí (pevné, plastové, nafukovací)
- Pádlo – jednoduché sportovní náčiní, které používá jezdec k ručnímu pohonu prkna. Skládá se z horního držadla (hlavičky/hrušky), tyče spojující hrušku s listem (dřík/žerd') a listu, tj. plocha která se noří do vody
- Leash – pojistná flexi šňůra na uchycení prkna proti jeho případnému uplávání (se suchým zipem k upevnění na nohu nebo záchrannou vestu)

### 2.3.2 Historie paddleboardingu

Pádlování ve stoje je nazýváno „surfování plážových hochů“ a má kořeny, které jdou na Waikiki pláž na začátek 19. století. Hawaiští plážoví hoši inovovali především techniku, která sahá hluboko do minulosti: ke gondoliérům v Benátkách, k jezdcům na „hasake“ v Izraeli a Arábii, k pádlařům na „caballito de totora“ a možná až na samý začátek, kdy lidé začali dělat malé lodě. Caballitos de Totoro – jedná se o rákosový člun ve tvaru beranidla. Peruánci typicky pádlují na kolenou, nestoupají si, dokud nejedou po vlně. Hasake – konstrukcí se podobá velkému dutému surfařskému prknu. Jezdci stojí vzpřímeně, ovládají pádla, která jsou velmi dlouhá (Marcus, 2012).

Kolem roku 1900 začaly být Hawaiské ostrovy velmi komerční, a to díky Američanům. Jeden z prvních dokumentů pořídil v roce 1906 Robert Bonie, který natočil na svou kameru domorodé muže a ženy, kteří dováděli ve vlnách na malých dřevěných surfovacích prknech „Alaia“ ve stoje. Další významnou zmínkou bylo zveřejnění dobrodružství Jacka Londona v mnoha amerických časopisech o tom, jak surfovat ve stoje. Tito plážoví hoši vzbudili obrovský zájem o Hawaii.

Marcus (2012) dále uvádí, že jednou z významných postav historie pádlování ve stoje byl Duke Kahanamoku. Duke Kahanamoku byl známý především tím, že vytvořil první světový rekord ve freestylové jízdě na surfu.

Spojením mezi Duke Kahanamoku a moderní dobou pádlování ve stoje byl John Zapotocky, který začal s pádlováním ve stoje v roce 1955. U tohoto sportu vydržel až do svých 91 let, tj. rok 2010. Zapotocky je označován za průkopníka a legendu pádlování ve stoje, vyzdvihuje zdravotní výhody pádlování ve stoje a také výhodu proti surfování, že člověk nepotřebuje vlny a je schopen pádlovat i na klidné vodě. Díky němu se tento sport rychle rozšířil po celém světě.

Za moderního průkopníka pádlování ve stoje je označován Laird Hamilton, který s pádlováním ve stoje začal v roce 1995. V roce 2003 natočil surfařský klip, jak pádluje ve stoje ve velkých vlnách. Laird se objevuje v mnoha filmech o surfování, plachetnicích a pádlování ve stoje, a to již od 80. let minulého století. Je to možná nejznámější surfař od dob Duke Kahanamoka. Laird Hamilton společně s Davem Kalamou navrhli první 12' dlouhá prkna a vhodná pádla pro pádlování ve stoje. Laird předvedl, jak je schopný se rychle dostat do vlny a jak dlouho se na ní udrží a tím inspiroval ostatní surfaře. Laird se také proslavil tím, že sjel největší vlnu, jakou kdy surfaři mohli sjet (vlnu zvanou Millenium).

V roce 2002 v San Diegu vzniká další nový sport (nebo možná subkultura) – surfování ve stoje s pádlem (SPS). Zakladateli byli Scott Bass a Rick Thomas. SPS převzali z Hawaie. V roce 2003 byl SPS v plném rozpuku, největšího rozmachu zaznamenalo SPS v letech 2003–2008. V roce 2006 byla založena společnost C4 Waterman, která vyráběla prkna pouze pro pádlování ve stoje (Marcus, 2012).

V roce 2005 byly divize pádlování ve stoje zařazeny do „Hennessey mezinárodního mistrovství“, což byl 10 mílový závod po větru z Hawaii Kai na Waikiki. Závody s divizí „ve stoje“ se rychle rozšiřovaly.

Jak uvádí Vaněček (2012), po několikaleté odmlce do roku 2007 a počáteční nedůvěře v masové rozšíření tohoto sportu se na tento sport zaměřily firmy Starboard a Naish a zavedly produkci paddleboardů do sériové výroby. Od roku 2009 zažívá paddleboarding raketový vzestup nejprve v Americe a poté i v ostatních částech světa. Věnuje se mu široká masa lidí od surferů, windsurferů a později kanoistů a kajakářů. Paddleboardingu se věnuje

jako kondičnímu tréninku i mnoho cyklistů, fotbalistů ale i rekreačních sportovců, kteří v něm objevili vášeň (<http://www.kanoe.cz/sporty/paddle-boarding/historie>).

Marcus (2012) dále uvádí, že k důležitým událostem v historii SUP patří také skupina kajakářů – Dan Gavere, Charlie MacArthur a Luke Hopkins, kteří se vrhli na SUP na řece a tato odnož SUPu díky nim získala na obrovské oblibě. První instruktážní DVD o SUPu na řekách natočili v březnu roku 2010. To bylo první instruktážní video vůbec. Zaměřovalo se na standardní techniky a také dovednosti, které jsou specifické pro jízdu na řece.

První časopis zaměřený na pádlování ve stoje byl časopis „Standup Journal“, který vznikl v roce 2007 a tento sport více přiblížil lidem. V roce 2011 byly již na trhu další dva americké časopisy věnované SUPu, „Stand Up Paddle“ (publikovaný z Hawaie) a „Stand Up Paddler“. Časopisy popisují nová místa, kde se tento sport provozuje, také ukazují extrémní situace v SUPu. Popisují pádlery, kteří jezdí na vlnách, řekách i divoké vodě. Dále ukazují, jak se vyvinula výbava – prkna různých velikostí, typy pádel, oblečení a různé značky vybavení pro SUP.

Počátky pádlování ve stoje jsou nejasné a diskutabilní. Každopádně bylo inspirováno Dukem Kahanamokou, který jezdil na prkně ve stoje na konci 30. let minulého století. Možná, že lidé z Hawaie praktikovali pádlování ve stoje dávno před ním, nicméně nikdo o tom nepřinesl doposud žádný důkaz.

### **2.3.3 Paddleboarding na jezerech, řekách a divoké vodě**

Pádlování ve stoje je lépe začít na klidné vodě nebo jezeru, poté je možné zkusit sjet řeku. Zlepšují se tak dovednosti, stabilita a záběry pádlem. Na pádlování ve stoje má také velký vliv vítr. Pokud fouká z boku, je to především zkouška rovnováhy. Vnitrozemní vodní cesty mají svá nebezpečí: ostatní plavidla, proudy, peřeje, větry, divokou vodu, rybáře. Je zde tedy méně větru a vln než na otevřeném moři, ale zmíněná nebezpečí představují nové výzvy (Casey, 2011).

Charles MacArthur byl prvním člověkem, který začal pádlovat ve stoje na divoké vodě. V roce 2005 začal provozovat SUP na řekách v Coloradu, a to na 12' dlouhém prkně. Zdokonaloval svou jízdu na řece, hodně se pohyboval po prkně a dával důraz na práci nohou (měnil postoje). Začal organizovat první závody v SUPu na řece (Marcus, 2012).

Hodně lidí, kteří se věnují paddleboardingu na řekách, se k němu dostalo přes kajak. Výhodou při pádlování ve stoje je, že má člověk lepší výhled – z kajaku nejde vidět hluboko pod vodu, ani kolem sebe do okolní krajiny.

### **Klidná voda**

Prakticky si lze vybrat kterýkoliv rybník, jezero, přehradu či větší řeku, kam je povolen přístup. Je nutné si cestu na paddleboardu přes jezero či přehradu dobře naplánovat a nepřeceňovat tak své síly. Velkou zradou na dlouhém výletě může být zejména vítr, který může při cestě za dobrodružstvím vát do zad, ale zpátky musíte proti němu, což zejména, když zesílí, může být velmi nepříjemné a vysilující. Stojící člověk má plochu těla cca 1 m<sup>2</sup> a pádlovat s takovým odporem, byť proti větru o síle kolem 5m/s, je o mnohem náročnější. Na delší výpravy je vhodné vzít s sebou záchrannou vestu, dostatek tekutin a něco na ochranu proti slunečnímu záření. Jízda na klidné vodě je snadná a zvládne ji po krátkém čase každý sportovně založený člověk.

### **Tekoucí vody**

Jako mírně až klidné se dají považovat řeky v ČR při normálním stavu vody. Pro začátečníky je mírně tekoucí voda ideální. K více tekoucím vodám patří například umělé kanály, které nabízejí jistotu, ale rozhodně je na místě maximální opatrnost. Sjíždění kanálu je poměrně obtížnější a málo kdo jej zvládne bez pádu. Helma a kvalitní vesta jsou rozhodně nutnou výbavou. Naopak leash se nedoporučuje na kanál brát. Hrozí zachycení a zvýšení rizika úrazu. Ideální je pro začátek na tekoucí vodu najít si vhodné a bezpečné místo a zde trénovat např. přejezdy proudu, zavěšování do vracáků aj.

### **Divoká voda**

Za divokou vodu, nazývanou také „bílou vodu“, se dají v ČR považovat řeky, které mají nad stav, po průtržích, při jarním tání sněhu či při vypouštění přehrad a rybníků. K jistotě „divoké vody“ patří umělé kanály. Za možnou hranici sjízdnosti pro zkušené paddleboardisty mnozí jezdci uvádí obtížnost řeky WW IV. Zde je nutné veškeré bezpečnostní vybavení. Přilba a vesta by měla být nedílnou součástí vybavení každého, kdo se vypraví kamkoli na tekoucí vodu, nejen tu divokou. Leash si na divoké vodě nikdy nepřipínáme ke kotníku, ale ke své záchranné vestě. Vždy je dobré jezdit ve skupině s více zkušenými lidmi a dodržovat zásady pro jízdu na divoké vodě. Pro ježdění na náročnějších vodních terénech, jakými jsou umělé slalomové dráhy a horské řeky, se doporučuje použití

i chrániče páteře, kolen, holení a loktů. Nekontrolovatelný pád z pozice „ve stoje“ na kamenité dno řeky může být velice nebezpečný.

### **2.3.4 Vybavení na paddleboarding**

Pro jízdu ve stoje na řece či divoké vodě je potřeba základní vybavení (prkno a pádlo) a také bezpečnostní výbava. Hrozí zde upadnutí na kámen nebo skálu.

Vaněček (2012) uvádí, že vybavení (prkna a pádla) se liší dle účelu používání. Pro začátečníka, ale i pro extrémního jezdce na divoké vodě je nejlepší volbou nafukovací nebo polyetylenový board, který je prakticky nemožné zničit a vario pádlo s nastavitelnou délkou žerdi tak, aby si mohl najít tu, která mu nejlépe vyhovuje. Vodítkem pro fitness pádlování může být doporučení délky pádla dle výšky jezdce. Nemělo by ji přesahovat o 25–30 cm. Rychlostní boardy jsou delší, do vln a peřejí se naopak používají kratší (<http://www.kanoe.cz/sporty/paddle-boarding/vybaveni-a-bezpecnost>).

#### **a) Prkno**

Při výběru vhodného prkna je nejdůležitější se rozhodnout, na jaké vodě budete jezdit. Zdali se rozhodnete pro jízdu na vlnách či dáte přednost v ČR dostupnému, kondičnímu či rychlostnímu paddleboardingu, divoké vodě nebo budete podnikat několikadenní expedici. Oblíbená jsou i velmi stabilní prkna určená pro rybaření. Všeobecně lze říct, že rychlostní prkna jsou delší, do vln a peřejí se naopak používají kratší.

Prkna pevná – pro kondiční pádlování, ke sjíždění klidnějších a hlubokých řek. Zpravidla mají 3 flosny z toho jedna je významně větší. V ČR dostupná například od firem NAISH, STARBOARD, RRD, ROBFIN, SEVYLOR, ROBSON aj.

Prkna plastová – jsou určena především na divoké řeky, nemají flosny, vedení zajišťuje profilovaný kýl. V ČR například od firmy IMAGINE.

Prkna nafukovací – jsou oblíbená pro svoji skladnost, stabilitu a nerozbitnost. Jejich použití je asi nejširší z celé nabídky. Jsou vhodná pro začátečníky. Mají 2–3 flosny z měkčeného plastu, které jsou nasazovací. V ČR od firmy STARBOARD nebo RED. K českým výrobcům patří například firma PAD BOARDS.

Prkna pevná rychlostní – jsou delší a výrazně vratší, jsou určena k rychlostnímu pádlování na klidné vody. (V roce 2013 se objevila na trhu i nafukovací rychlostní prkna, která jsou podle prvních ohlasů jezdců dobře hodnocena). V ČR především od firmy STARBOARD.

Ceny prken se pohybují od 17.000 Kč do 25.000 Kč za vlnové a all-roundy. Cena rychlostního speciálu může však překročit i hranici 45.000 Kč.

Cena půjčovního se pohybuje kolem 100 až 150 Kč na hodinu. Na den je to pak částka kolem 500 Kč, dále například 3 dny půjčení stojí přibližně 1.300 Kč a 7 dnů 2.400 Kč. Ceny jsou orientační a odvíjí se od lokality a také termínu vypůjčení. Ceny jsou uvedeny včetně zapůjčení pádla a leashu.



Obrázek 1. IMAGINE – plastové prkno



Obrázek 2. PAD BOARDS – nafukovací prkno



Obrázek 3. STARBOARD – rychlostní prkno



Obrázek 4. RED – pevné prkno

## b) Pádlo

Dnes se prodává široká škála pádel – z různých materiálů, o různých délkách, tvarech čepele a tyče. Jsou buď rovné rukojeti, nebo zakřivené, pevné délky, nebo nastavitelné a pádla jsou z hliníku, dřeva, laminátu nebo uhlíkových vláken.

Do vln je lepší pádlo s krátkou čepelí, které umožňuje krátké a rychlé záběry. Na pěnivou/bílou vodu je lepší pádlo s širší čepelí kvůli lepší stabilitě a zatáčení. Pro jízdu na dálku je nejlepší pádlo s hodně širokou čepelí, vzhledem k maximálnímu ujetí vzdálenosti na jeden záběr. Pádlo by mělo být správně o 15–25 cm delší, než je výška postavy. (Některé zdroje uvádějí délku pádla až o 20–35 cm delší, než je výška postavy).

V této oblasti je zatím asi nejdále firma RED, která má v nabídce pádlo s jakousi koulí místo hlavičky, která se pohodlně drží a při otočení se uvolní mechanismus, který umožní změnu délky pádla během chvilky, aniž bychom museli na nějakou delší dobu přestat pádlovat. Český výrobce pádel TNP nabízí široký výběr materiálů, typů, délek s různými typy hlaviček pádel a také s Vario YP spojkou pro nastavení libovolného úhlu listu a plynulého prodloužení pádla až o 20 cm. Velmi kladně hodnotí jezdci přebroušené sklolaminátové a karbonové dřívky, neboť nekloužou, dále listy pádel z polyamidu a



polykarbonátu pro jejich pevnost a současně nízkou hmotnost. Spojky umožňují plynulé nastavení úhlu a prodloužení pádla.

Cenová relace pádel se pohybuje mezi 1.500 Kč za pádlo v kombinaci hliník/plast, přes laminátové pádlo v ceně kolem 3.000 Kč, až ke karbonovému pádlu v ceně 5.000 Kč.



Obrázek 5. Pádlo TNP 2YP SUP



Obrázek 6. Pádlo SEVYLOR SUP

### c) Doplnky pro pádlování ve stoje

- **Leash** – jde o praktickou pomůcku, která umožňuje upevnit prkno k tělu pomocí šňůry. Na řeku se důrazně doporučuje uvázat si leash na tělo, případně na vestu, a ne ke kotníku z důvodu bezpečnosti. Cena se pohybuje kolem 800 Kč.



Obrázek 7. Leash Aquadesign



Obrázek 8. Board Leash

- **Záchranná vesta** – nezbytná pomůcka pro přežití. Na řekách a divoké vodě je vesta nezbytnou součástí výbavy. V žádném případě se nedoporučuje vyrážet na vodu bez vesty. Ceny vest se pohybují od 1.000 Kč.

- **Neoprenové oblečení** – jejich výhodou je, že i po pádu do vody udrží člověka v relativním suchu a teple. Neopren navíc chrání proti větru a prochladnutí.

- **Obuv** – na paddleboarding je vhodné mít obuv, která nám umožní těsnější kontakt s palubou. Z bezpečnostního hlediska jsou nohy chráněny obuví před kameny a ostrými předměty v řece, které můžou člověku poranit nohu. Především ze začátku se často padá do vody. Dále jsou nohy na prkně vystavovány vodě a pokud nejsou v botách, můžou rychleji prochladnout. Ceny od 800 Kč.

- **Helma** – pro jízdu na klidné plytké vodě není tak zapotřebí, jako pro jízdu na divoké vodě. Je potřeba si uvědomit, že na paddleboardu padáte do vody z poměrně velké výšky. Pro pádlování ve stoje nejsou žádné speciální helmy, používají se kajakářské. Ceny od 700 Kč.

- **Pumpa** – pumpy bývají součástí nafukovacího paddleboardu již při prodeji. Doporučuje se pumpa co největší a jednočinná (ve směru nahoru je velmi těžké utáhnout pumpu při dofukování prkna). Cena od 800 Kč.

Orientační součet celkových pořizovacích nákladů za základní vybavení (vlastní paddleboardové prkno, pádlo, leash a pumpa) je 25.000 Kč.

(Ceny jsou uvedeny pouze orientačně. Odvíjí se od různých značek výrobců, typů výrobků a také jsou ovlivněné různými akčními nabídkami prodejců i výrobců.)

### **2.3.5 Zdravotní a fitness výhody paddleboardingu**

Marcus (2012) uvádí nesporné zdravotní výhody pádlování ve stoje. Při pádlování ve stoje se zapojuje celé tělo a je velmi efektivní i při rehabilitaci. Hlavní pohyb – tedy rotace ze strany na stranu při pádlování, zapojuje svaly na celém těle, zlepšuje rovnováhu a stabilitu. Posiluje svaly okolo lopatek a šlachy v kloubech, což optimalizuje mechanismy pro hod, zvedání a pohyb nad hlavu. Při pádlování ve stoje jde dále cítit pálení v bocích, klenbě nohy, což dokazuje efektivitu ve formování svalů, které ovládají chůzi, běh, skok a rovnováhu.

SUP představuje skvělé cvičení pro lidi, kteří trpěli například artritidou. Je to dobrá možnost, jak posílit extrémní případy omezeného rozsahu pohybu a ohybnosti. Jeho aerobní výhody jsou vhodné pro lidi s nadváhou, ti mohou cvičit, aniž by si přivodili zranění. Pádlování je také prospěšné pro zlepšení odolnosti svalů, cirkulaci krve a vyplavení endorfinů.

V neposlední řadě je nespornou výhodou, že se jedná o aktivitu provozovanou v přírodě, na čerstvém vzduchu a slunci.

Laird Hamilton doporučuje pádlování ve stoje například pro odbourání zdravotních obtíží s klouby. Chris Chelios – hokejista v NHL, používal SUP jako součást své letní přípravy na sezonu. Po jeho vzoru začali se SUPem i další hokejisté.

Karen Seade získala certifikát na rehabilitaci na prkně. Vyvinula několik cvičení, které pomáhají pacientům s různými bolestmi. Léčí například pacienty se záněty šlach, artritidou, výrůstky na páteři, poškozením rovnováhy, chronickou únavou a bolestí. Jako surfařka prozkoumala velké výhody pádlování ve stoje a vyvinula novou dimenzi rehabilitace bez zdí kliniky (Marcus, 2012).

## **2.4 Paddleboarding v České republice**

Česká republika je rájem vodáků, a tak se u nás jezdí nejen na klidných vodách, ale stále častěji se odvážlivci vrhají do divočejších proudů oblíbených říčních toků. SUP je také skvělým doplňkem pro jachtaře a windsurfaře, kteří by v bezvětrí jen smutně koukali na vodu.

### **2.4.1 Historie paddleboardingu v ČR**

Paddleboarding je znovuobjevený adrenalinový a rychle se rozšiřující sport na světě. V současné době paddleboardy dobývají doslova celý svět. Jezdí se nejen na mořských vlnách, ale také na řekách a jezerech.

Paddleboarding se dostal do České republiky v roce 2009 a to zásluhou firmy Starboard, kdy uchvátil milovníky vodních sportů. V následujících letech zažívá boom mezi vodáky, věčnými obdivovateli vodních sportů i širokou sportovní veřejností. Od roku 2010 jsou v prodeji i odolná nafukovací prkna firmy RED, což vzhledem k ceně a jejich praktické nezníčitelnosti umožnilo zkusit si tento sport i široké veřejnosti (Rott, 2012).

Prvním centrem, kde bylo možné si paddleboard zapůjčit, byla Loděnice Lipno 2000, která již v létě 2010 pořídila první paddleboardy na půjčení. První půjčovna v Praze byla otevřená také v roce 2010 ve Žlutých lázních. Od letní sezony 2011 jsou v ČR k dostání paddleboardy i od jiných firem jako NAISH JP aj. V sezoně 2012 se vynořila spousta dalších prodejců a vzrostl i počet míst, kde se dá paddleboard půjčit (Vaněček, 2012, <http://www.kanoe.cz/sporty/paddle-boarding/historie>).

### **2.4.2 Vývoj paddleboardingu v ČR**

Od roku 2011 se na území ČR začaly konat první organizované závody, které se postupně rozrůstají.

První ucelený seriál závodů na klidné vodě se uskutečnil v roce 2012 pod názvem Czech Paddle Board Cup 2012. Pořadatelem závodů na klidné vodě je Česká asociace dračích lodí v čele s Petrem Klímou Klimberou. Závod se konal jako součást závodu Gran prix dračích lodí. K nejobsazenějšímu závodě patřil závod v kategorii mužů, který se odjel

v Třebouticích, kde se na start postavilo 32 mužů (Vaněček, 2012, <http://www.kanoe.cz/sporty/paddle-boarding/historie>).

Organizovaný seriál soutěží na divoké vodě v paddleboardingu měl svou premiéru v roce 2013. Jednalo se o soutěž s názvem Spring Paddleboard River Cup 2013, pořádanou uskupením River Paddle-boarding České Budějovice. Závody se konaly na 4 různých řekách ve 4 disciplínách. Nejlépe obsazeným závodem byla Otava ve Strakonících, kde se celkem představilo 22 mužů a 3 ženy (Vaněček, 2012, <http://www.kanoe.cz/sporty/paddle-boarding/historie>).

Vaněček (<http://www.kanoe.cz/sporty/paddle-boarding/historie>) dále informuje, že v srpnu roku 2013 se uskutečnilo historicky první mistrovství České republiky v paddleboardingu na divoké vodě, které se konalo v Českém Vrbném. Na horní části místní umělé slalomové dráhy se paddleboardisté utkali v disciplínách timetrial, boardcross a slalom. Mistrem České republiky v paddleboardingu se v roce 2013 stal Jan Rott. Na 2. místě se umístil Jakub Zíma, 3. místo vybojoval Tomáš Vaněček. Mistrovství se účastnila jediná žena, Gábina Mrázová.

Vrcholem paddleboardové závodní sezony je již několik let Krumlovský vodácký maraton (KVM). Na tomto tradičním závodě se dohromady potkávají jak závodníci z klidných, tak i divokých vod, a lze říct, že tento závod má vysokou sportovní úroveň.

V roce 2011, 9. ročník KVM, byl maraton rozšířen o kategorii „SUP“ a hned v roce 2011 bylo 19 startujících v této nové kategorii. V loňském roce 2013 startovalo na KVM již 37 SUPů. Trať dlouhou 27 km nejrychleji v této kategorii zajel Tomáš Vaněček s časem 2:22:15 hod a za ženy Kateřina Petrlíková s časem 2:41:45 hod. (<http://www.krumlovskymaraton.com/>).

#### **2.4.3 Česká paddleboardová asociace**

Pravidla paddleboardingu nejsou v ČR zatím nijak definována na úrovni nějaké federace či asociace. Pravidla pro každý závod či seriál závodů určuje jejich pořadatel. Dá se ale říci, že se zatím veškeré organizované závody odjeli na nafukovacích prknech typu allround do délky 10'6". Na klidné vodě se nejvíce osvědčil plovák délky 10'6", stejně jako na divoké vodě v "rychlostních" disciplínách. Pro slalom se jako vhodnější jeví prkno

kratší z důvodu lepší manévrovatelnosti ve slalomových brankách (Vaněček, 2012, <http://www.kanoe.cz/sporty/paddle-boarding/pravidla>).

Barbora Kalčíková (<http://www.sport-trend.cz/p/paddleboarding-zabavny-a-netradicni-vodni-sport>) uvádí: „Od roku 2011 u nás působí Česká paddleboardová asociace, která sdružuje všechny milovníky tohoto sportu a také pomáhá nováčkům s jejich začátky.“

Dále i například internetový zdroj <http://trendyzdravi.cz/sport-a-wellness/desatero-paddleboardingu-pro-zacatecniky.html> uvádí: „V roce 2011 byla založena Česká paddleboardová asociace, která sdružuje lidi kolem vody s dlouhými pádly v rukou a vzpřímeným postojem na prknech všech druhů. Pořádá seriál závodů pro širokou veřejnost na klidné vodě i mnoho menších závodů po celé republice“.

Tato informace se objevuje také na <http://www.kanoe.cz/sporty/paddle-boarding/pravidla> nebo na <http://www.ceskapozice.cz/byznys/podnikani-trhy/roman-janousek-uci-cechy-surfovat-po-havajsku> a dalších internetových stránkách.

Tomáš Vaněček mi potvrdil, že asociace byla opravdu „založená“ již v roce 2011 a jmenovaným předsedou byl Jan Rott. Ovšem dále také dodává, že registrace asociace ještě není oficiálně schválena u příslušného ministerstva.

Tudíž nezbyvá než konstatovat fakt, že k dnešnímu dni Česká paddleboardová asociace oficiálně neexistuje.

### 3 Cíle

Hlavním cílem práce je provést analýzu dalšího možného vývoje paddleboardingu v ČR.

Dílčími cíli je:

- Představit paddleboarding jako novou možnost aktivního trávení volného času
- Zmapovat vývoj v našich podmínkách
- Zhodnotit, zda je paddleboarding samostatnou a plnohodnotnou pohybovou aktivitou

## 4 Metodika

„Metodika je pracovní postup směřující k dosažení stanoveného cíle“ (Čihovský, 2006, 10). Pro zpracování bakalářské práce jsem použila primární analýzu a následně sekundární analýzu.

### 4.1 Analýza

Analýza (z řec. *ana-lyó*, rozvazovat, rozebírat) znamená rozbor, metodu zkoumání složitějších skutečností rozkladem na jednodušší. Používá se v mnoha vědách, ve filosofii i v běžném životě, pokud chceme dospět k jistým výsledkům na základě detailního poznání podrobností.

„Analýzou, postupným rozpoznáváním a vydělováním nedůležitého pronikáme k podstatám a obecnému v jevech, věcech či procesech. Analýza však není pouhou metodou, která nám přináší poznatky. Analýza je také způsobem výkladu, jestliže oddělujeme, izolujeme jednotlivé jevy a bereme-li je jako oddělené a izolované“ (Pstružina, 1999).

#### 4.1.1 Primární analýza

Primární analýzou se rozumí prvotní sběr dat v trénu. Pro účely této diplomové práce byla využita metoda šetření – empirické šetření, pozorování a experiment. Dále byla použita metoda dotazníkového šetření.

### Empirické metody

Empirické metody jsou založené na zkušenostních principech, které jsou výsledkem již používaných a vyzkoušených postupů bádání, buď prostřednictvím samotného badatele (či badatelů v minulosti), nebo na základě využití přístrojů. Při jejich použití je třeba mít na paměti okolnosti a podmínky, za kterých byly výsledky získány (Čelíkovský, 1967).

Do souboru empirických metod patří pozorování, srovnávání, experiment, kterých lze užít ke zjištění základních faktů. Uvedené dělení je však určitým umělým zjednodušením, neboť jednotlivé metody lze těžko izolovat jednu od druhé. Za nejdůležitější bývají považovány pozorování a experiment, jež zahrnují i metody zbývající. Jak pozorování, tak



experiment neslouží pouze k vědeckému poznání; v primitivnější podobě se uplatňují v každodenním životě a mají proto historické kořeny (Gavora, 2000).

### **Pozorování**

Pozorování je historicky nejstarší a ve všech oborech lidské činnosti stále nejrozšířenější metodou získávání informací. Je jednou ze základních metod zvláště ve společenských vědách.

Pozorování jako vědecká metoda je založena na přesném konstatování faktů o přírodních jevech a procesech, kdy se pozorovatel snaží co nejméně zasahovat do pozorovaných objektů. Jeho cílem je zjištění dat o jevech a procesech v jejich přirozeném stavu, neovlivněných člověkem (Gavora, 2000).

Charakteristickými rysy pozorování jsou

1. jasně a přesně vymezený cíl;
2. plánovitost postupu;
3. přesnost;
4. objektivní registrace výsledků činnosti.

Jak uvádí Čelikovský (1967), pozorování je uvědomělé, cílevědomé vnímání skutečnosti. Jeho úkolem je především sbírání faktických dat, jež umožňují určit přirozenost zkoumaných jevů. Je základním zdrojem poznatků nejen ve vědecké práci, ale i v denním životě.

Průcha, Walterová, Mareš (2001) definují pozorování jako „sledování smyslově vnímatelných jevů, zejména chování osob, průběhu dějů aj.“.

V případě této práce se jednalo o pozorování paddleboardingu na různých akcích v letní sezoně 2013, (např. KVM, Czech Paddle Board Cup Lipno), uplatňování různých technik jízdy, reakcí a chování pádlerů v různém prostředí. Výsledky pozorování byly zaznamenány, zpracovány a využity ke splnění cílů této práce.

## **Experiment**

Pojem experiment (z latinského *ex-periri*) – pozorování, srovnávání, měření, se objevuje v různých souvislostech. Experimentem rozumíme nějaký zásah do původního stavu, změna, která je zkoumána a jsou z ní vyvozovány důsledky. Experiment je považován za nejdůležitější empirickou vědeckou metodu sloužící ke zjišťování vědeckých faktů a k ověřování hypotéz. Významu metody odpovídá i pozornost, kterou experimentu věnují metodologové.

Gavora (2000) popisuje experiment jako výzkumnou metodu, jejíž síla spočívá v možnosti manipulování s proměnnými. Experimentátor plánovitě zasahuje do proměnných, což mu umožňuje odhalovat hlubší kauzální souvislosti, než je tomu u deskriptivních metod, jako je například dotazník, testy, obsahový analýza aj. Druhou vlastností experimentu je, že v rámci experimentálního postupu se používají různorodé metody sběru údajů (již zmiňovaný dotazník, testy aj.). Experiment je tedy výzkumnou metodou, která synteticky využívá možnosti ostatních výzkumných metod.

Podstata experimentu spočívá v tom, že úmyslně vyvoláme změny nějakého jevu a sami stanovíme podmínky, za nichž bude experiment probíhat. Pro experiment je dále charakteristická možnost zkoumaný jev znovu záměrně vyvolávat, opakovat i regulovat. Při experimentu zasahujeme činně do vývoje zkoumaných jevů (Čelikovský, Teplý, Štěpnička, 1967).

Experimenty, související s touto prací, byly provedeny v září a říjnu 2013 na řece Moravě a Zámecké Dyji se skupinou pěti dobrovolníků, kteří se aktivně věnují jízdě na kajaku, kanoistice a raftingu. Poznatky z experimentu byly zaznamenány a využity pro zpracování této práce.

## **Dotazník**

„Dotazník můžeme považovat za nejpoužívanější výzkumnou techniku pro jeho nespornou výhodu – poměrně snadno, rychle, ekonomicky, nenáročně získané informace (odpovědi) od většího počtu respondentů“ (Čihovský, 2006, 15).

Pro vyplňování dotazníků byla zvolena online elektronická forma – rozesílání dotazníků e-mailem, tzv. CAWI (Computer Assisted Web Interviewing). Jedná se o dosud nejmladší způsob dotazování, založený na využití internetu. (Kozel, Mynářová, Svobodová, 2011).

Tuto formu jsem zvolila z důvodu nižší časové a finanční náročnosti. Za další výhodu online dotazování považuji jeho adresnost, neboť dotazníky byly směřovány přímo na respondenty, kteří mají kladný vztah k vodním sportům a již některý z těchto sportů aktivně provozují. Prostřednictvím internetu jsem mohla dotazníky jednorázově rozeslat po celé ČR. Respondenti se tak mohli sami rozhodnout, zda dotazník vyplní a kdy. Výběr respondentů nebyl tak omezen místem, ale obsáhl širokou vodáckou veřejnost napříč celou Českou republikou a vyhověl tím splnění požadavků na cílovou skupinu respondentů. Dotazníky jsem rozesílala 15. 1. 2014, termín uzávěrky pro vrácení dotazníků byl 31. 1. 2014. Sama jsem rozeslala dotazník osmi respondentům, kteří se zúčastnili dotazníkového šetření, a dále dotazník rozeslali každý dalším pěti osobám, a to 17. 1. 2014. Tímto bylo zajištěno objektivnější rozložení dotazovaných osob. Z celkových 48 rozeslaných dotazníků bylo v řádném termínu vráceno 32 dotazníků. Těchto 32 respondentů splnilo podmínky pro výběr cílové skupiny a všech 32 bylo zahrnuto do dotazníkového šetření. Dotazníky byly anonymní. Na základě získaných informací jsou vytvořené sloupcové grafy a tabulky pomocí programu Microsoft Word 2010. Ke každému grafu je připojen komentář (Příloha 2. Dotazník).

## **Rozhovor**

Další primární metodou analýzy je nestandardizovaný rozhovor. Jedná se o volnou rozpravu na určité téma. Na rozdíl od dotazníku se jedná o časově náročnější techniku sběru informací. Osobně jsem oslovila vybranou skupinu respondentů, kteří mají blízký vztah k problematice a jsou všeobecně považováni za zkušené odborníky v oboru. Respondenti v rámci volného rozhovoru odpovídali na předem připravené otázky. Rozhovory probíhaly od 20. 1. 2014 do 31. 1. 2014.

### **4.1.2 Sekundární analýza**

Sekundární analýzou se rozumí zpracování již existujících dat, která již byla shromážděna pro jiný účel. „Metoda sekundární analýzy, je zvláštní metodou, která systematicky hodnotí několik tematicky stejně zaměřených prací, vyhodnocuje je z nových kritérií a zobecňuje poznatky na kvalitativně nové úrovni“ (Čihovský, 2006, 11).

Pro tuto metodu byly využity dostupné literární zdroje, internetové zdroje a magazíny zabývající se problematikou paddleboardingu. Sběr informací z dostupných zdrojů bylo

zahájeno v první polovině roku 2012. Dále byla provedena sekundární analýza dat zjištěných v rámci dotazníkového šetření.

## 5 Výsledky

V této kapitole budou popsána data, která byla získána o paddleboardingu z dostupných zdrojů a z vlastního výzkumu.

### 5.1 Dotazníkové šetření

Cílovou skupinou pro předmětné šetření byli respondenti z řad široké vodácké veřejnosti, kontaktováni přímo mnou a dále respondenti, jimž byl daný dotazník předán mnou kontaktovanou osobou. Tímto bylo zajištěno objektivnější rozložení dotazovaných osob. Skladba cílové skupiny nebyla limitovaná věkem respondentů, místem jejich pobytu ani do jisté míry mým přímým osobním výběrem.

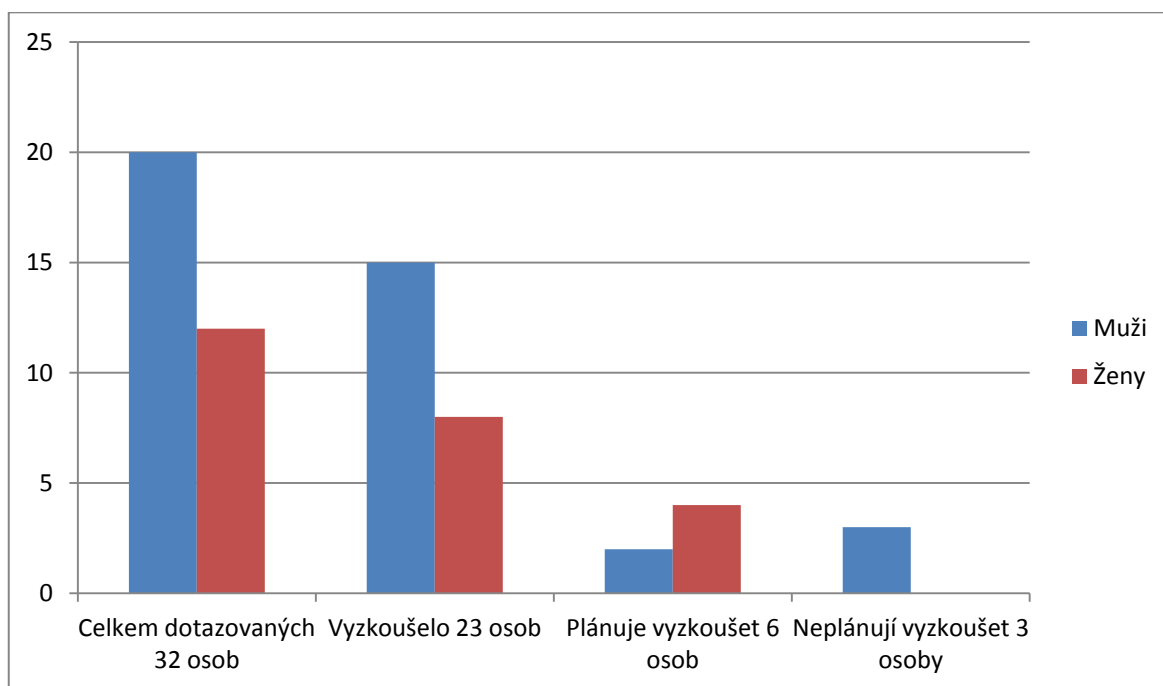
Pro vyplňování dotazníků jsem zvolila online elektronickou formu – rozesílání dotazníků e-mailem. Tuto formu jsem zvolila z několika důvodů. Jednak z důvodu nižší časové a finanční náročnosti. Za další výhodu online dotazování považuji jeho adresnost.

Na základě získaných informací z dotazníkového šetření, jsou vytvořené následující tabulky a grafy. Každý graf je opatřen komentářem.

## 1 Celkový přehled respondentů

Tabulka 2. Celkový přehled dotazovaných osob

	Muži	Ženy
Celkem dotazovaných 32 osob	20	12
Paddleboarding vyzkoušelo 23 osob	15	8
Plánuje vyzkoušet 6 osob	2	4
Neplánují vyzkoušet 3 osoby	3	0



Obrázek 9. Celkový přehled dotazovaných osob

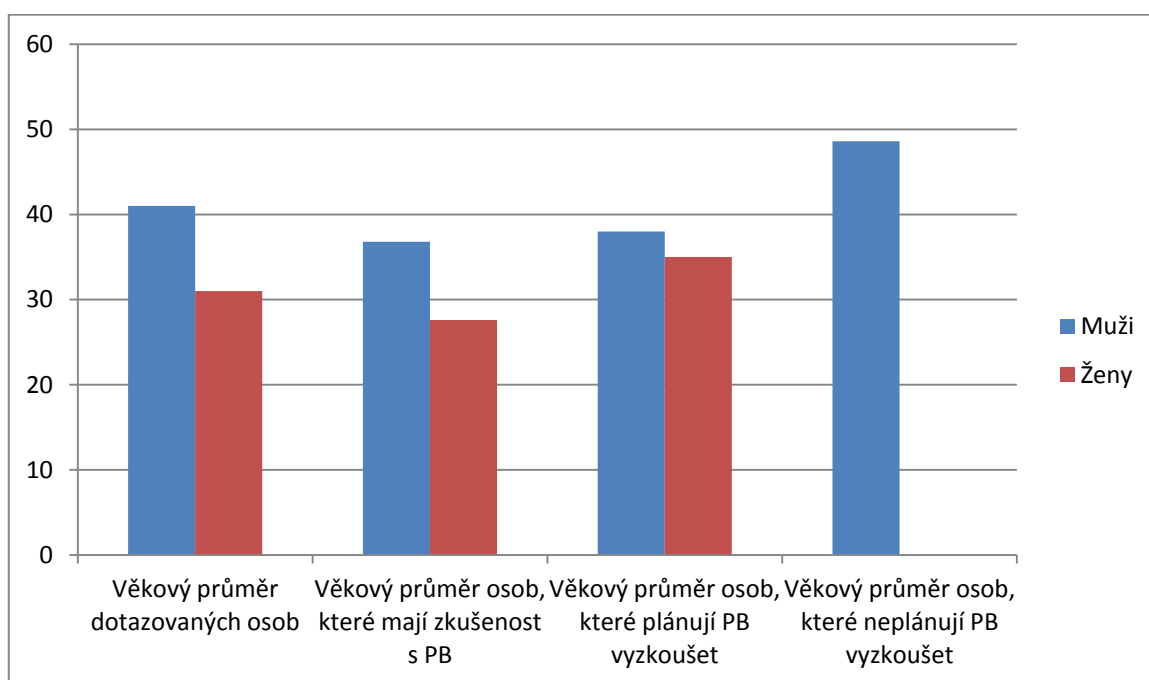
Na základě zjištěných dat obsažených v tomto grafu vyplývá, že převážná část dotazovaných osob, kteří se aktivně věnují vodním sportům, paddleboarding již vyzkoušelo, a to 23 respondentů z celkových 32.

Názorně vidíme podíl respondentů, kteří paddleboarding již vyzkoušeli, těch, kteří ho plánují vyzkoušet a také těch, kteří neplánují o tuto aktivitu nemají zájem. Barevné rozlišení v grafu také znázorňuje podíl mužů a žen mezi respondenty.

## 2 Věk respondentů

Tabulka 3. Věkový průměr dotazovaných osob

	Muži	Ženy
Věkový průměr dotazovaných osob	41	31
Věkový průměr osob, které mají zkušenost s paddleboardingem	36,8	27,6
Věkový průměr osob, které plánují paddleboarding vyzkoušet	38	35
Věkový průměr osob, které neplánují paddleboarding vyzkoušet	48,6	-



Obrázek 10. Věkový průměr dotazovaných osob

Z dalšího šetření vyplynulo, že věkový průměr všech dotazovaných osob je 36 let. Z toho věkový průměr u mužů je 41 let, kdy se věk dotazovaných mužů pohyboval od 21 let do 55 let věku. Věkový průměr dotazovaných žen je 31 let. Věk dotazovaných žen se pohyboval mezi 20 až 43 let věku.

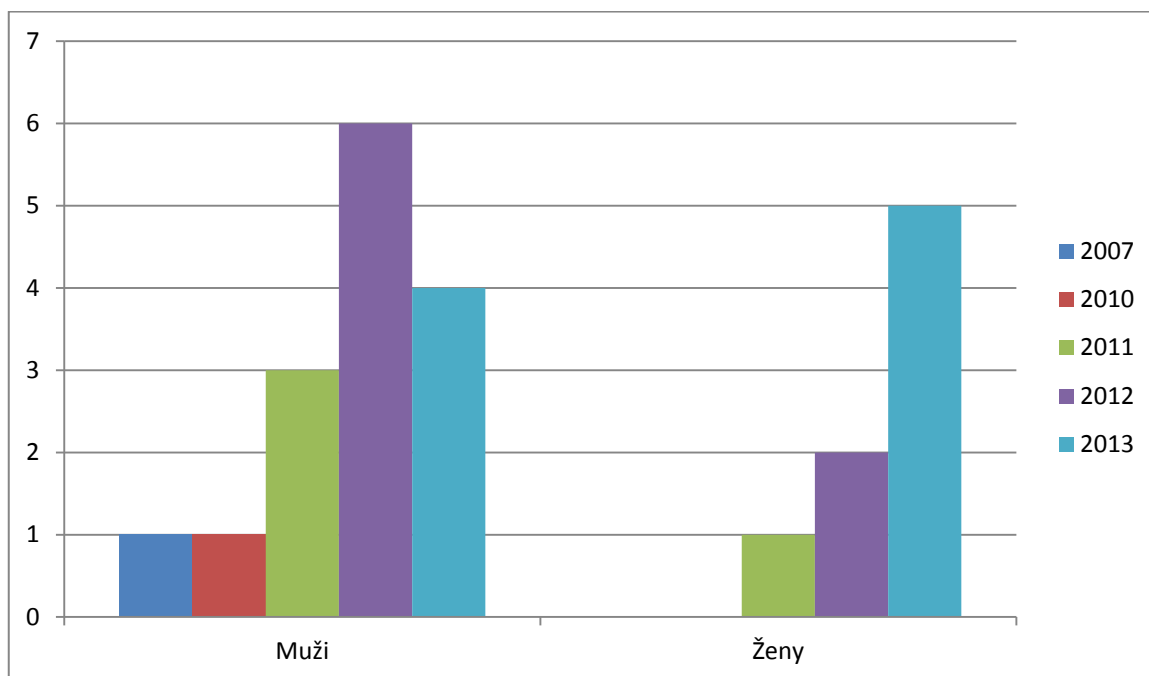
Z grafu dále vyplývá, že věkový průměr mužů, kteří mají zkušenost s paddleboardingem je 36,8 let (v rozmezí 21–50 let) a věkový průměr žen, které mají zkušenost s paddleboardingem je 27,6 let (v rozmezí 20–35 let). Věkový průměr osob, které plánují paddleboarding vyzkoušet, je 36,5 let, z toho 38 let muži a 35 let ženy.

Věkový průměr osob, které neplánují paddleboarding vyzkoušet je 48,6 let. Z celkem dotazovaných to jsou 3 muži, ve věku 41, 50 a 55 let.

### 3 Zkušenosti respondentů s paddleboardem

Tabulka 4. Rok, od kterého mají dotazovaní zkušenost s paddleboardem

	2007	2010	2011	2012	2013
Muži	1	1	3	6	4
Ženy	0	0	1	2	5



Obrázek 11. Rok, od kterého mají dotazovaní zkušenost s paddleboardem

Na další otázku z dotazníkového šetření respondenti odpovídali, od kterého roku mají zkušenost s paddleboardem. Z celkového počtu patnácti dotazovaných mužů, kteří mají zkušenost s paddleboardem, je 1 muž, který vyzkoušel paddleboarding již v roce 2007 (v Thajsku), dále 1 muž, který má zkušenosti od roku 2010 (z Austrálie). Další 3 muži od roku 2011, 6 mužů od roku 2012 a 4 muži od roku 2013.



Z celkového počtu osmi dotazovaných žen, které mají zkušenost s paddleboardingem, je 1 žena, která má zkušenost s paddleboardingem od roku 2011 (z USA), 2 ženy od roku 2012 a zbývajících 5 žen má zkušenost s paddleboardingem od roku 2013.

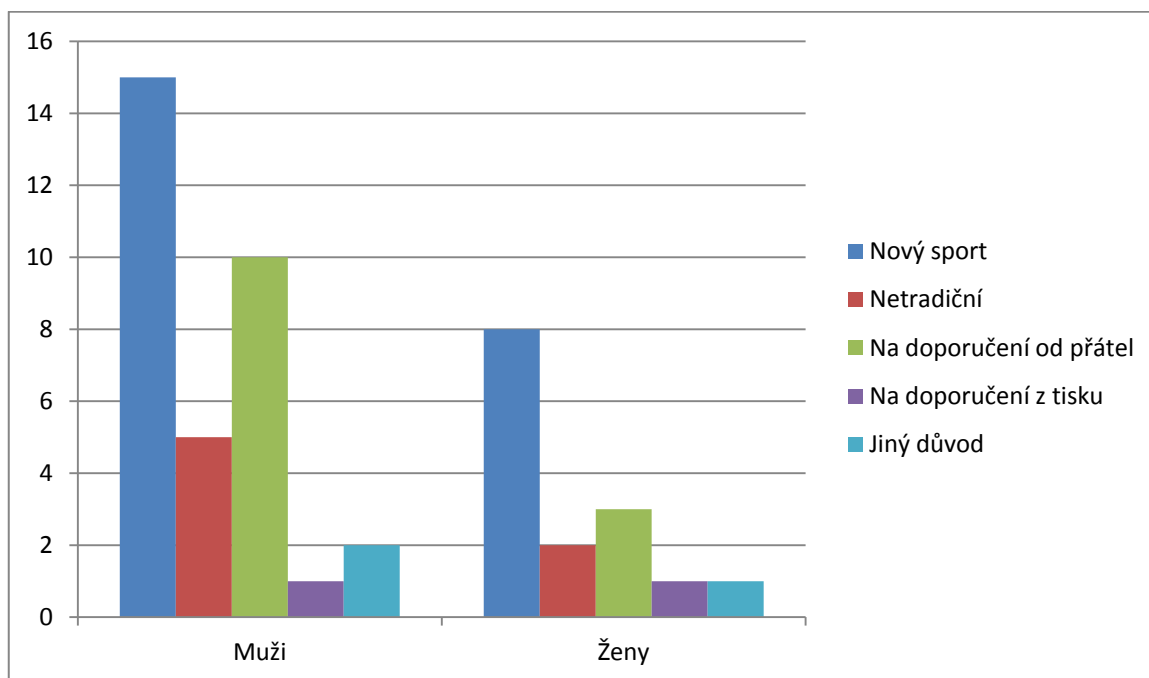
Z grafu tedy vyplývá, že první zkušenosti s paddleboardingem mají někteří respondenti již od roku 2007, což je o dva roky dříve, než se dostal první paddleboard do České republiky. Jak tyto respondenty uvádějí, jejich první zkušenosti jsou ze zahraničí.

K doplňující otázce, kde vyzkoušeli dotazovaní paddleboard, se vyjádřili ve většině případů, že v České republice (např. Praha, České Budějovice, Krumlov, Lipno, Slapy, Pálava – Novomlýnské nádrže, Morava, Dyje, Vltava aj.). Jeden z dotazovaných uvedl Slovenskou republiku – Bratislavu. Dále dotazovaní uváděli místa jako například Dánsko, Thajsko, Kanárské ostrovy, USA, Austrálie, Bahamy, Slovinsko, Rakousko, Chorvatsko.

#### 4 Důvody k vyzkoušení paddleboardingu

Tabulka 5. Důvody k vyzkoušení paddleboardingu

	Nový sport	Netradiční	Na doporučení od přátel	Na doporučení z tisku	Jiný důvod
Muži	15	5	10	1	2
Ženy	8	2	3	1	1



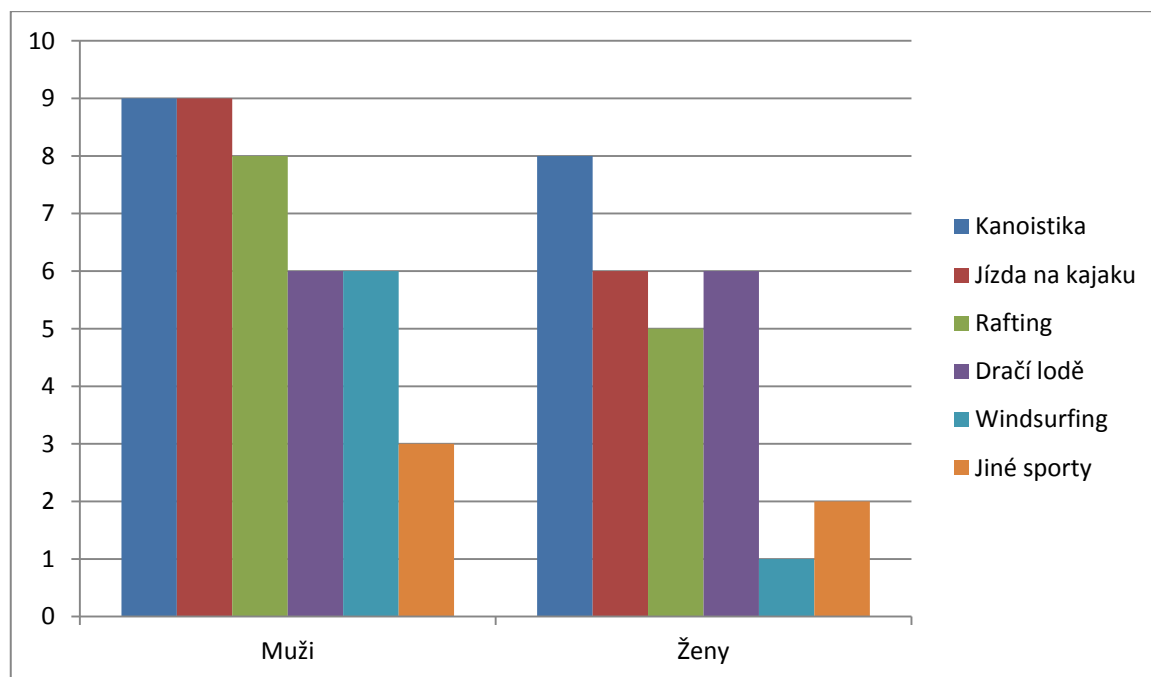
Obrázek 12. Důvody k vyzkoušení paddleboardingu

K otázce, proč jste se rozhodli vyzkoušet paddleboarding, mohli dotazovaní zvolit libovolný počet možností. Z grafu je zřejmé, že muže i ženy motivovalo nejvíce vyzkoušení nového sportu, jako druhý nejčastěji uváděný důvod byl „na doporučení od přátel“, a to u respondentů mužů i žen. Na doporučení z tisku, vyzkoušeli paddleboarding 2 respondenti, oba shodně uvedli vodácký magazín HYDRO. K jiným důvodům pak respondenti uváděli individuální trénink k dračím lodím a trénink k jiným sportům.

## 5 Aktivně provozovaný jiný vodní sport

Tabulka 6. Jiný vodní sport

	Kanoistika	Kajak	Rafting	Dračí lodě	Windsurfing	Jiné sporty
Muži	9	9	8	6	6	3
Ženy	8	6	5	6	1	2



Obrázek 13. Jiný vodní sport

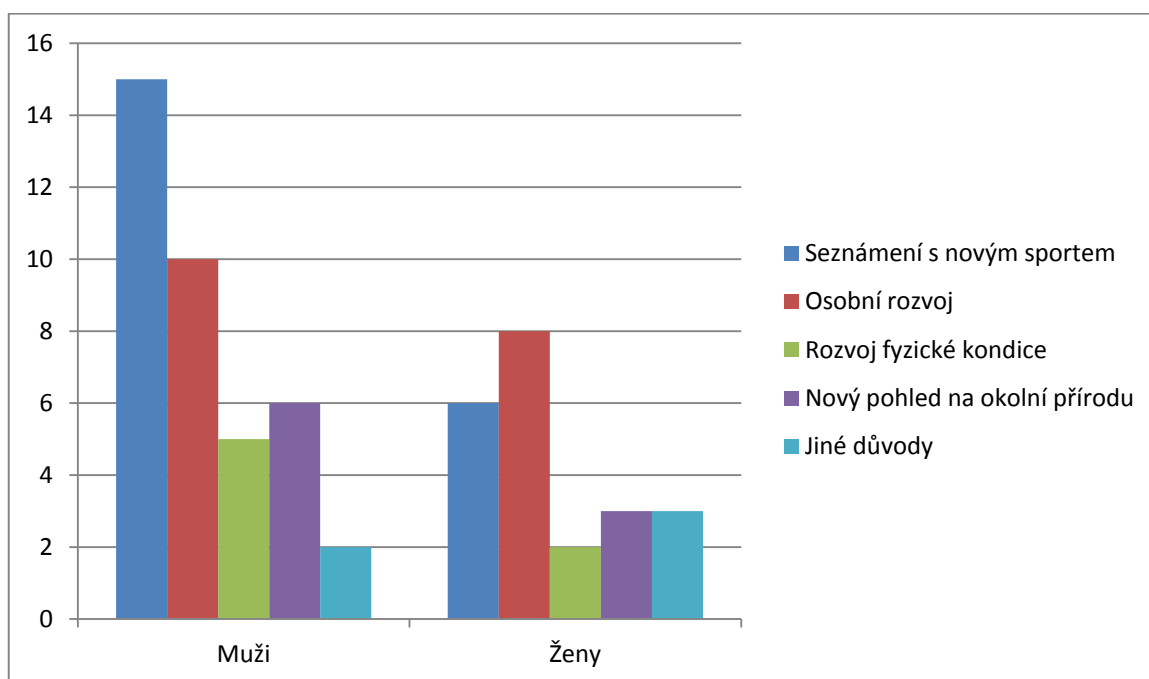
K otázce, který jiný vodní sport respondenti aktivně provozují, se mohli dotazovaní vyjádřit libovolným počtem možností.

Z grafu je zřejmé, že muži i ženy nejčastěji provozují kanoistiku. Muži ve stejném počtu aktivně s kanoistikou provozují i jízdu na kajaku. Třetím aktivním sportem u dotazovaných mužů je rafting. Mezi ženami na druhém a třetím místě v aktivitě jiného vodního sportu skončila jízda na kajaku a jízda na dračích lodích. K jiným vodním sportům, stejně jako u mužů, tak i u žen, patří plavání a potápění. Jedna respondentka uvedla také vodní lyže.

## 6 Očekávání od paddleboardingu

Tabulka 7. Očekávání od paddleboardingu

	Seznámení s novým sportem	Osobní rozvoj	Rozvoj fyzické kondice	Nový pohled na přírodu	Jiné důvody
Muži	15	10	5	6	2
Ženy	6	8	2	3	3



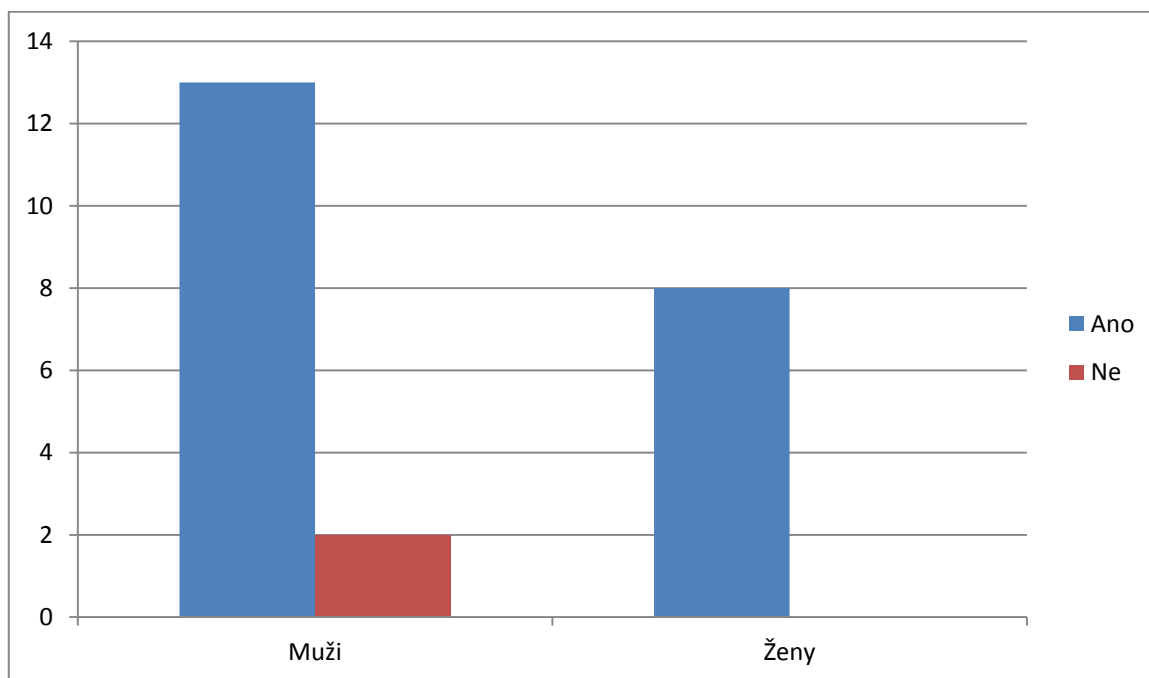
Obrázek 14. Očekávání od paddleboardingu

Na otázku, jaká byla vaše očekávání od paddleboardingu, mohli dotazovaní označit libovolný počet možností. Na základě zjištěných dat, obsažených v tomto grafu vyplývá, že dotazovaní muži nejvíce očekávali od paddleboardingu seznámení s novým sportem, zatímco dotazované ženy nejvíce očekávaly osobní rozvoj. Shodně u mužů i žen na třetí pozici skončilo očekávání nového pohledu na okolní přírodu. K jiným důvodům pak muži nejčastěji uváděli zpestření aktivit na vodě a ženy možnost zábavy.

## 7 Splnění očekávání

Tabulka 8. Splnění očekávání

	Ano	Ne
Muži	13	2
Ženy	8	-



Obrázek 15. Splnění očekávání

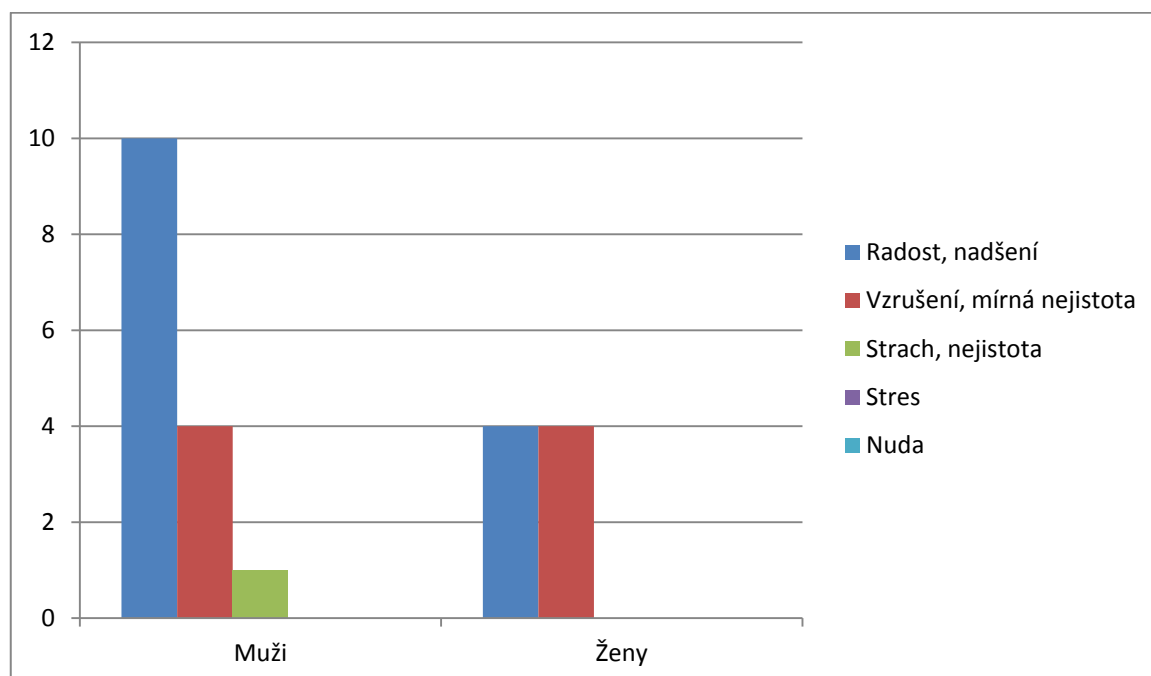
Z výše uvedeného grafu jednoznačně vyplývá, že u všech dotazovaných žen, paddleboarding splnil očekávání, zatímco u mužů jej splnil pouze u třinácti z celkových patnácti respondentů. Důvodem nenaplněného očekávání u mužů byla příliš vysoká fyzická náročnost, a to, že se u tohoto sportu musí stát. Ostatní respondenti, kterým paddleboarding splnil jejich očekávání, uvádí důvody téměř shodně: především nový rozměr pádlování, novou zkušenost, nový pohled na okolní přírodu, nové možnosti na vodě, příjemnou zábavu a zpestření, výborný způsob trávení volného času na čerstvém vzduchu a slunci, rozvoj fyzické kondice, fitness výhody, zlepšení rovnováhy. Dva respondenti (muži) uvádí, že paddleboarding dokonce předčil jejich očekávání, vyzdvihují právě možnost stání u pádlování a pohodlí oproti kajaku, kde se sedí nebo klečí. Jeden

z dotazovaných uvádí jako výhodu možnost rychlejšího přesunu (tento dotazovaný má zkušenost z Kanárských ostrovů).

## 8 Pocity při paddleboardingu

Tabulka 9. Pocity při paddleboardingu

	Radost, nadšení	Vzrušení, mírná nejistota	Strach, nejistota	Stres	Nuda
Muži	10	4	1	0	0
Ženy	4	4	0	0	0



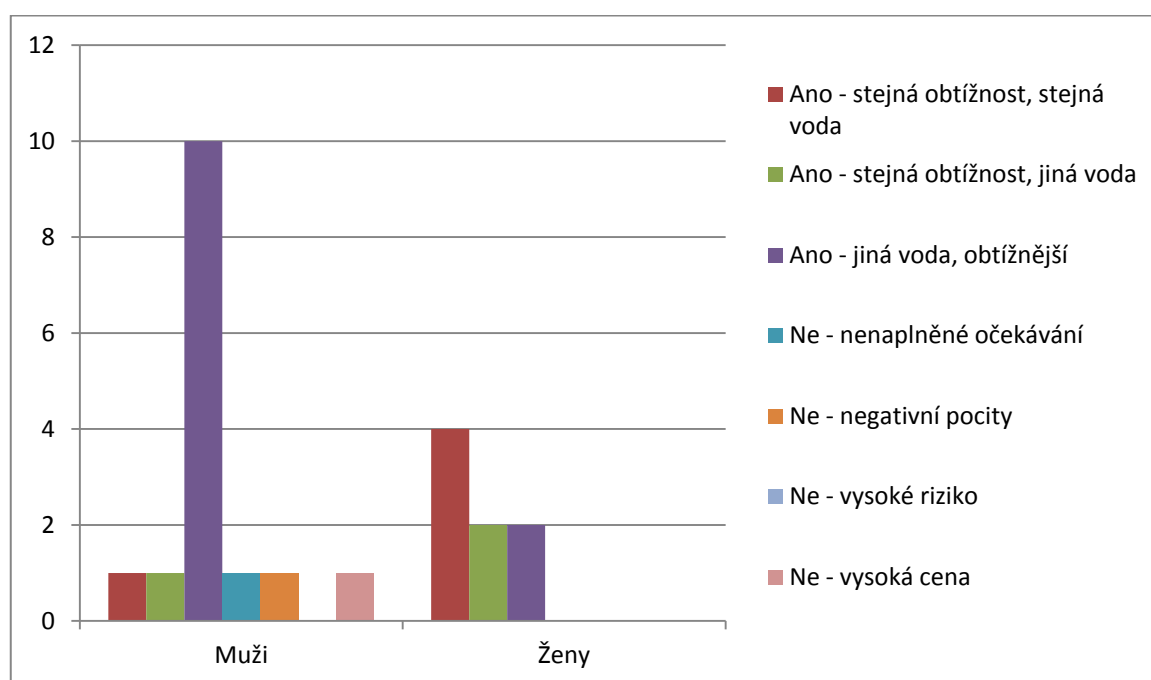
Obrázek 16. Pocity při paddleboardingu

Z následujícího grafu vyplývá, že u dotazovaných mužů při jízdě na paddleboardu, převládá radost a nadšení. Zatímco ženy, mají pocity z jízdy ve stejném počtu u pocitu radosti a nadšení, jako u pocitu vzrušení a mírné nejistoty. Dále vyplývá, že pocit strachu a nejistoty měl u paddleboardingu pouze jediný respondent, a to muž, (tento respondent uvádí, že tuto zkušenost má z jízdy na divoké vodě). Nudu při jízdě na paddleboardu nepocíťoval nikdo.

## 9 Zájem o zopakování paddleboardingu

Tabulka 10. Zopakování paddleboardingu

	Ano – stejná obtížnost, stejná voda	Ano – stejná obtížnost, jiná voda	Ano – jiná voda, obtížnější	Ne – nenaplněné očekávání	Ne – negativní pocity	Ne – vysoké riziko	Ne – vysoká cena
Muži	1	1	10	1	1	0	1
Ženy	4	2	2	0	0	0	0



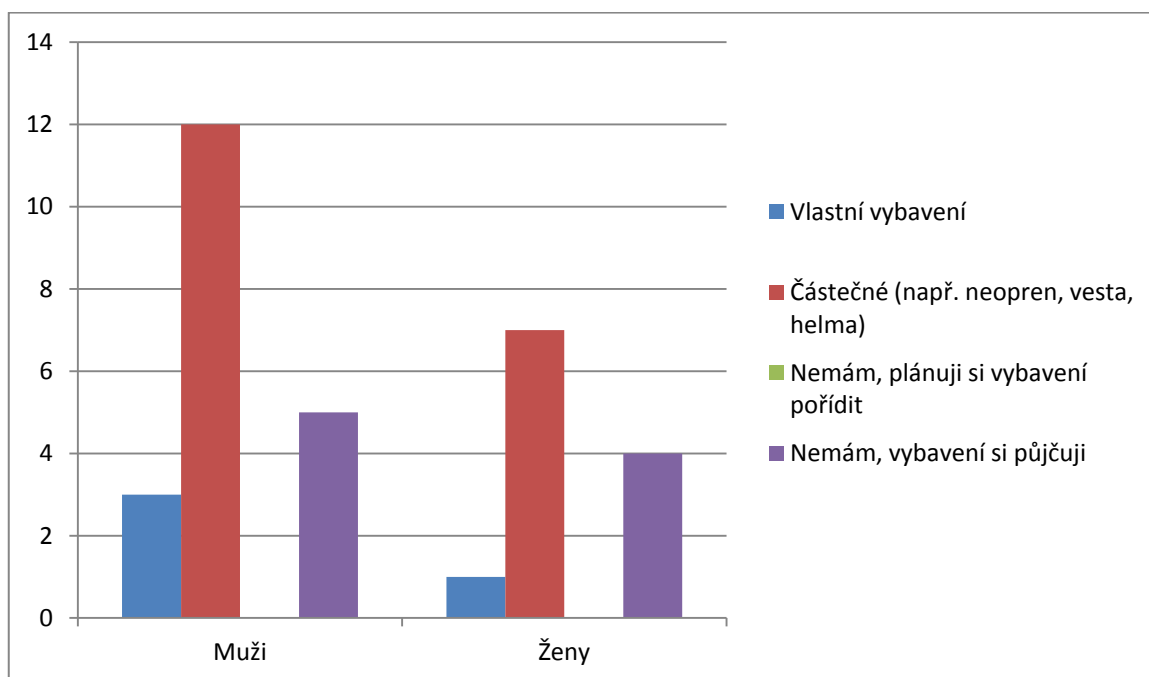
Obrázek 17. Zopakování paddleboardingu

Na základě zjištěných dat vyplývá, že z respondentů, kteří již paddleboarding vyzkoušeli (celkem 23 respondentů), by ho znovu v budoucnu chtělo zopakovat 20 osob. A to všech 8 žen a 12 mužů. Z uvedeného grafu vyplývá, že téměř všichni muži by volili jinou vodu – obtížnější. Naproti tomu polovina žen, které chtějí paddleboarding znovu vyzkoušet, by volila stejnou vodu se stejnou obtížností.

## 10 Vybavení

Tabulka 11. Vybavení

	Vlastní vybavení	Částečné, (např. neopren, vesta, helma)	Nemám, plánuji si vybavení pořídit	Nemám, vybavení si půjčuji
Muži	3	12	0	5
Ženy	1	7	0	4



Obrázek 18. Vybavení

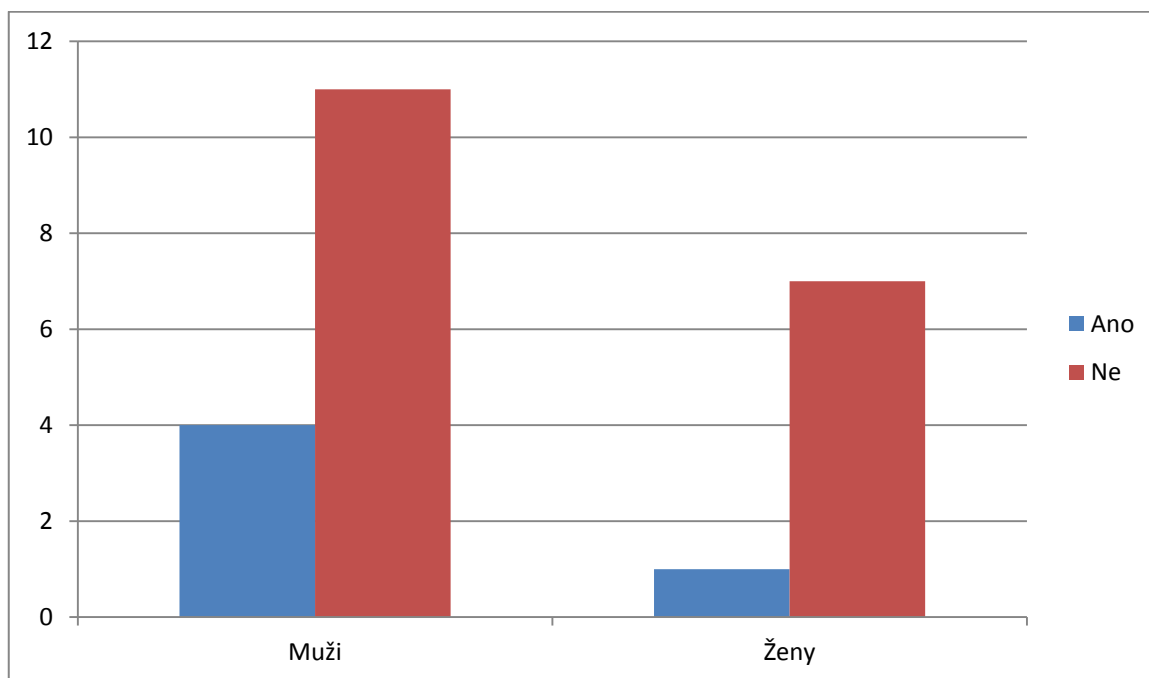
Z následující otázky je zřejmé, že víc jak polovina respondentů, vlastní aspoň částečné vybavení na paddleboarding (např. neopren, vestu, helmu). Dále z grafu jednoznačně vyplývá, že žádný z respondentů, kteří nevládní vybavení, si ho neplánují pořídit. Kompletní vybavení, včetně boardu a pádla vlastní pouze 4 z 32 respondentů, ostatní si vybavení půjčují.



## 11 Účast na závodě paddleboardů

Tabulka 12. Účast na organizovaném závodě paddleboardů

	Ano	Ne
Muži	4	11
Ženy	1	7



Obrázek 19. Účast na organizovaném závodě paddleboardů

Z grafu vyplývá, že se někteří respondenti účastní organizovaných závodů paddleboardů. Je to celkem 5 respondentů z 23. Ze 4 mužů, kteří se závodů účastnili, se 1 muž účastnil 1 × závodů, 2 muži víc jak 5 × a 1 muž více jak 7 ×. Místo závodů uvádí Českou republiku (Lipno, Slapy, Krumlov, Praha, České Budějovice, Strakonice) a 1 × je uvedeno místo závodu Slovenská republika (Bratislava). Jediná žena z dotazovaných, která se účastnila závodů, uvádí, že závodila 5 ×, místo závodů uvádí ČR.

## 12 Doporučení, osobní poznatky

Na závěr dotazníku měli respondenti prostor pro vyjádření, doporučení či osobní poznatek k paddleboardingu. Ti, kteří této možnosti využili, se shodně vyjadřovali pro

podporu k vyzkoušení paddleboardu. Například: „Vřele doporučuji, výborný relax, trénink pro různé sporty, velmi zpevní celé tělo, posílí velkou skupinu svalů, rozvine cit pro rovnováhu, dobře spaluje tuky a reguluje tělesnou hmotnost“ (žena, 26 let). „Kdo má rád vodu, ten by měl paddleboard vyzkoušet. Nebojte se toho, málokdo se na rovné vodě napoprvé vykoupe“ (muž, 36 let). „Pojďte pádlovat, je to jen ve vašich rukách“ (muž, 26 let).

## 5.2 Rozhovor

Osobně jsem oslovila skupinu respondentů, kteří mají úzký vztah k problematice a jsou všeobecně považováni za zkušené v oboru vodních sportů a paddleboardingu. Respondenti v rámci volného rozhovoru odpovídali na předem připravené otázky. Rozhovory probíhaly formou osobního setkání od 15. 1. 2014 do 5. 2. 2014.

**1 Rozhovor s panem Tomášem Vaněčkem** (iniciátor a organizátor série SPRING PB RIVER CUP a MČR na divoké vodě 2013, vítěz KVM 2012 a 2013 v kategorii SUP, 3. místo na prvním českém mistrovství v paddleboardingu, aktivní pádlař a závodník).

Osobní rozhovor ze dne 20. 1. 2014

*Otázka: Jak hodnotíš současnou situaci paddleboardingu v ČR?*

*Odpověď:* Situaci hodnotím pozitivně, jako dobrou. Paddleboarding se dostává do povědomí a nachází si své příznivce, jak závodníky, tak i rekreační a kondiční jezdce. Situace je trochu složitá z pohledu různých asociací a organizací. Zatím neproběhlo žádné celorepublikové setkání všech příznivců tohoto sportu a běží tak současně minimálně dva pokusy o ustanovení reprezentace apod. Ale i situace ve světě je podobná.

*Otázka: Jaký vidíš v paddleboardingu potenciál pro širokou vodáckou veřejnost a co jiného a neobvyklého může paddleboarding nabídnout?*

*Odpověď:* Hlavně výborné kondiční cvičení při zapojení celého těla. Dál pak je potřeba vyzdvihnout netradiční pohled na řeku, např. při splouvání klidných vodních toků máš úplně jiný rozhled do údolní nivy než z kánoe nebo kajaku. Paddleboarding na rybnících a jezerech může nabídnout super bonus koupajícím se rekreantům. Výhodou je nenáročnost

prvního kontaktu s paddleboardem. V létě v teple na rybníce to zvládne opravdu každý, a pokud spadne do vody, nic horšího se nestane.

*Otázka: Co by pomohlo k většímu rozšíření paddleboardingu v ČR – nejen mezi těmi, co již jezdí různé poháry a závody, ale i mezi širokou veřejností?*

Odpověď: K většímu rozšíření dle mého názoru pomůže především čas. Dále by pomohlo zařazení paddleboardingu jako "letní" netradiční aktivity tradičních fitcenter nebo výuka (zkoušení) paddleboardingu v rámci sportovních a turistických kurzů základních a středních škol. Rozšíření do vodáckých půjčoven je otázkou pár let a pokud jede škola třeba na Vltavu, nebude problém strávit jedno odpoledne v kempu na SUP, to by časem mohlo vést k lepšímu povědomí o tomto sportu.

*Otázka: Bude se výrazným způsobem měnit vybavení (prkna, pádla, materiály, tvary, vývoj nových typů aj.) pro paddleboarding?*

Odpověď: Vzhledem k tomu, že konstrukce i tvary prken vychází ze zkušeností v surfingu, windsurfingu či vodáctví, myslím, že se zásadně měnit nebudou. Nafukovací prkna určitě budou mít své místo vždy z důvodu snadné manipulace, odolnosti a cenové dostupnosti. V závodním pojetí hraje prim hlavně carbon. U pádel platí totéž, plast pro turistiku, carbon pro profíky. Tvary se vyvíjet budou, ale nebude to myslím nijak dramatický, ale třeba nás něco překvapí. Např. prkna na divokou vodu se dle mého vyvíjet mohou a snad i budou.

**2 Rozhovor s panem Zdeňkem Rybníkářem**, majitel firmy AIRTEX (výroba nafukovacích lodí a člunů), provozovatel půjčovny lodí a paddleboardů v Břeclavi a v Pavlově (areál Yacht Clubu Dyje), zkušený instruktor vodní turistiky, organizátor vodáckých akcí.

Osobní rozhovor ze dne 31. 1. 2014

*Otázka: Jaký je o paddleboardy zájem? V půjčovně i v prodeji?*

Odpověď: Paddleboardy půjčujeme spíše jako atraktivní novinku a nabízíme je v našem e-shopu, ale prakticky je neprodáváme – je to pro nás okrajové zboží. V půjčovně je o paddleboardy zájem spíš menší, běžný člověk je zatím neobjevil, ale odezva na půjčení je dobrá. Zvyšuje se povědomí o tomto sportu a více se i půjčují, ve srovnání s rokem 2012. Využívají ho firmy, které pořádají akce pro firmy – teambuilding.

*Otázka: Co může podle Vás paddleboarding nabídnout jiného a neobvyklého široké veřejnosti a jaký vidíte potenciál paddleboardingu v ČR?*

Odpověď: Pádlovací sporty mají v ČR velkou tradici a existuje mnoho způsobů využití paddleboardu. Výhodou je, že je to relativně jednoduchý sport a dá se provozovat v rodině, tzn. 1–2 prkna poskytnou zábavu celé rodině na dovolené, ať už si prkno půjčí nebo mají vlastní. Boardy se celkem snadno převáží, pevné na střešním nosiči a nafukovací v kufru auta. V počátcích byla překážkou poměrně velká cena, ale během posledních let se ceny snižují. Jako v ostatních oborech je cenové rozpětí široké podle zkušenosti uživatele a určení prkna. Od toho se odvíjí použité materiály prken a pádel (např. pádlování + surfování na moři, rekreační pádlování na jezerech a pomalu tekoucích řekách, pádlování na divoké vodě, cvičení jógy na paddleboardu a fitness pádlování, ojediněle sjezdy vícedenní s bagáží nebo závodní paddleboarding).

*Otázka: Co by pomohlo k většímu rozšíření paddleboardingu mezi širokou veřejnost?*

Odpověď: Rozšíření pomůže právě jakákoliv forma propagace paddleboardingu, veřejné hromadné sjezdy, závody, rozšíření v půjčovnách, výuka na sportovních školách a fakultách.

*Otázka: Jak vidíte další možný vývoj paddleboardingu?*

Odpověď: Podle mne bude tento obor ještě růst a nepůjde jen o módní trend. Myslím, že se udrží.

Paddleboarding jsem potkal skoro před 10 lety v USA a potom ještě několikrát při příležitosti výstav Outdoor retailer v Salt Lake City. Tam to byl a je obrovský boom. Zpočátku jsem to vnímal negativně – módní sport, který vymysleli výrobci prken a pádel, aby měli další odbytu. Ale názor jsem změnil, protože přináší možnosti, které jiné pádlovací sporty nepřináší. Mě oslovuje turistika a vyjížděky na paddleboardu, kdy na rozdíl od kánoe a kajaku, kde klečíte nebo sedíte, zatěžujete celé tělo a hlavně máte výborný rozhled a můžete vnímat okolní prostředí.

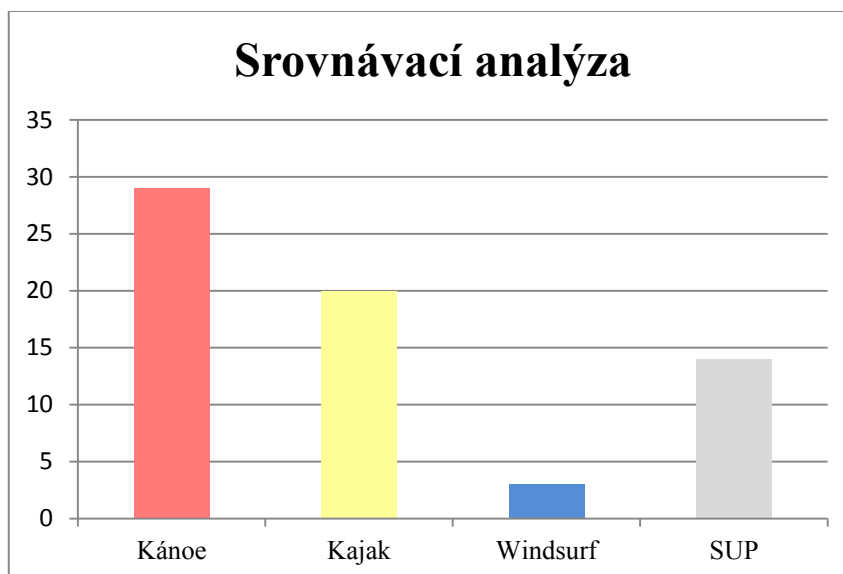
### 5.3 Empirické šetření

Stand up paddling (zkráceně suping, sup), stand up paddle boarding neboli pádlování ve stoje na prkně je jednou z nejrychleji globálně se rozšiřujících sportovních aktivit. Rostoucí obliba tohoto sportu je do značné míry způsobena jeho všestranností a variabilitou. Od adrenalinové jízdy na vlnách nebo v peřejích, přes fitness a aktivní odpočinek, až po skvělou zábavu pro celou rodinu. Není divu, že paddleboarding zasahuje i "klidné stojaté české vody", umožňující únik z hektického životního stylu a poznávat naši přírodu z nové perspektivy. Dostane Vás ven na vodu novým a neobvyklým způsobem a donutí Vás provozovat fitness, aniž byste to měli v úmyslu nebo si to přímo uvědomovali. Poskytuje lidem příležitost vyzkoušet si surfařský životní styl, byť nemají v dosahu oceán. Pro toho, kdo se naučí dobře ovládat SUP na stojaté vodě, je přechod na surfařské prkno podstatně jednodušší.

Na základě mého dalšího empirického šetření, pozorování a experimentu, jsem sestavila následující tabulku. Šetření zahrnovalo srovnání čtyř nejrozšířenějších možností vodní turistiky. Hodnocení probíhalo v několika praktických oblastech – viz tabulka č. 13. Pro srovnání byly vybrány v současnosti nejrozšířenější druhy výbavy v rámci daných kategorií – kanoistiky, jízdy na kajaku, windsurfingu a paddleboardingu. Kánoe a SUP byly zvoleny ze skupiny turistických nafukovacích, kajak turistický plastový, windsurf pevné prkno určené pro windsurfing. Stupnice hodnocení je 0–3 body.

Tabulka 13. Srovnávací analýza (vlastní zpracování)

	<b>Kánoe</b>	<b>Kajak</b>	<b>Windsurf</b>	<b>SUP</b>
Prodejci	3	2	1	0
Půjčovny	3	2	0	1
Požizovací náklady	3	1	0	2
Půjčovné	3	2	0	1
Lokality	2	3	0	1
Instruktoři	3	2	1	0
Přeprava	2	1	0	3
Skladování	2	1	0	3
Tekoucí voda	2	3	0	1
Obecný zájem	3	2	1	0
Předchozí zkušenosti	3	1	0	2
<b>CELKEM:</b>	<b>Kánoe 29</b>	<b>Kajak 20</b>	<b>Windsurf 3</b>	<b>SUP 14</b>



Obrázek 20. Srovnávací analýza (vlastní zpracování)

Z tohoto grafu vyplývá, že ze srovnávací analýzy kánoe, kajaku, windsurfu a SUPu lze nejlépe vyhodnotit nafukovací kánoe, zejména pro její rozšíření, dostupnost půjčoven, cenovou dostupnost, ale také například praktičnost při přepravě a skladování. Na druhém místě skončil kajak, ten není již tak vyhledávaný širokou vodáckou veřejností pro vyšší náročnost ovládání a menší stabilitu, ale jeho předností je zejména to, že se na něm dá bezpečně sjet i obtížnější voda, takže lze obecně hodnotit, že se na kajaku dá jezdit v našich podmínkách v podstatě všude. SUP, i když se v našich podmínkách teprve rozšiřuje, je hodnocen za svou snadnou skladnost, přepravu a také to, že nepotřebujeme před první jízdou na klidné vodě žádné významné zkušenosti. Windsurfing je poměrně náročný sport, jednak z hlediska pořizovacích nákladů, tak také zkušeností a možností vhodných lokalit a povětrnostních podmínek pro jízdu.

#### 5.4 Sekundární analýza

Sběrem informací a dat, zejména z internetových stránek, vodáckých magazínů, osobního dotazování a různých časopisů pro příznivce aktivního způsobu života, jsem vyhodnotila další důležité informace potřebné pro zajištění objektivních závěrů této práce.

### **5.4.1 Lokality v České republice**

V každém regionu České republiky je možné nalézt vodní plochu nebo řeku sjízdnou na paddleboardu. Pravdou však je, že některé lokality jsou možná oproti jiným atraktivnější, ať již z hlediska rozlehlosti a počtu vodních ploch, tak i okolní přírody nebo vybavenosti službami.

#### **Jižní Čechy**

Jižní Čechy mají příznivcům paddleboardingu co nabídnout, nachází se zde řada přehrad, rozlehlých rybníků i sjízdných řek. V první řadě zde naleznete první působiště a „rodiště“ českého stand up paddlingu, za kterou je možné považovat vodní nádrž Lipno na řece Vltavě. V dnešní době je na vodní nádrži Lipno zřízeno několik půjčoven paddleboardů. Dále vodní nádrž Orlík, Hněvkovice, Husinec nebo Landštejn. V okolí Třeboně se nachází velké množství nádherných rybníků, které svou velikostí zastíní nejednu přehradu. Největší je Rožmberk, dále Horusický, Bezdrev, Dvořiště, Velký Tisý, Zábzlatský rybník, Dehtář, Staňkovský rybník, Velká Holná nebo Svět. Z řek se jezdí Vltava, Otava, Malše, Lužnice i Nežárka.

#### **Jižní Morava**

Kaskáda přehradních nádrží Nové Mlýny (Mušovská, Věstonická a Novomlýnská) na řece Dyji pod Pavlovskými vrchy, především Mušovská horní nádrž je oblíbenou destinací. Je vhodná především pro rekreaci a vodní sporty. Půjčovna paddleboardů je v Pavlově na vodní nádrži Nové Mlýny – dolní, (areál Yacht Clubu Dyje). Dále Brněnská přehrada na Svatce, Vranovská přehrada, vodní nádrž Znojmo, Dalešice nebo řeka Morava.

#### **Severní Morava, Slezsko**

Nádrž Slezská Harta na řece Moravici nabízí řadu možností, jak aktivně strávit sezónu. Vyzkoušet lze kromě stand up paddlingu vyjížděky na lodkách, rybaření, jachting nebo windsurfing.

#### **Střední Čechy**

Asi 30 km od Prahy směrem proti proudu Vltavy se nachází přehrada Slapy, která je vyhledávaným rekreačním střediskem.

## **Východní Čechy**

Přírodní park Lanškrounské rybníky, Krátký rybník a Sluneční rybník slouží sportovnímu rybolovu. Dlouhý rybník je přírodním koupalištěm s možností provozování vodních sportů. Vodní nádrž Rozkoš je oblíbeným místem pro rekreaci a provozování vodních sportů, nachází se zde i surf centrum.

## **Severní Čechy**

Vodní nádrž Nechanice patří s rozlohou 1338 ha k těm největším. Jedná se o oblíbenou windsurfingovou lokalitu a naleznete zde i značkovou půjčovnu Starboard.

### **5.4.2 Připravované sportovní akce na rok 2014**

Dle informací od pana Tomáše Vaněčka, který se pohybuje ve skupině hlavních organizátorů závodů paddleboardů, spolu s Českou asociací dračích lodí, konkrétně s panem Petrem Klímou Klimberou, dále s iniciátory a organizátory panem Janem Rottem a Patrikem Hrdinou, jsou i v letošním roce 2014 na programu organizované závody, a to třetí ročník Czech Paddle Board Cup (CPBC) a druhý ročník Paddle-board River Cup (PRC). Poprvé vznikne S.U.P.er pohár, který propojí klidnou vodu s divokou. Také se pojede druhé mistrovství České republiky v SUP na divoké vodě. Celou závodní sezonu zakončí již tradičně Krumlovský vodácký maraton, kde se pojede již čtvrtý ročník v kategorii SUP, kde se potkávají závodníci jak z klidných, tak i divokých vod. Paddleboardovou sezonu budou také provázet další závody (např. Rozmarné léto na plovárně, řeka Jizera) a setkání příznivců tohoto vodního sportu.

Dne 4. 2. 2014 jsem obdržela od pana Tomáše Vaněčka termínovou listinu paddleboardingu v ČR na rok 2014 (pracovní verzi). S jeho svolením ji uvádím v přílohách mé práce (příloha č. 1 Termínová listina paddleboardingu v ČR na rok 2014).



## 6 Diskuze

V následující kapitole bude provedená celková sumarizace zjištěných poznatků, a to tak, abych mohla odpovědět na otázku, jakým možným směrem se bude vyvíjet paddleboarding v České republice do budoucna.

Na základě provedeného šetření je již v dnešní době povědomí o paddleboardingu mezi vodáckou veřejností dostatečně rozšířené. Z toho lze usuzovat, že se zájem o tento sport bude postupně šířit.

Vzhledem k jeho atraktivitě, která v sobě snoubí pohybovou aktivitu na čerstvém vzduchu a rozvoj fyzické kondice bez předchozí potřeby dlouhodobého tréninku lze usuzovat, že v dnešní uspěchané době může být dobrou volbou pro rychlé, nenáročné a intenzivní zážitky poskytující osobní uspokojení.

Tento sport je nejčastěji volen střední generací, z čehož vyplývá, že se nebude jednat o pouhý módní výstřelek, ale o pohybovou aktivitu, která si zajisté najde své příznivce, jenž budou schopni dále propagovat paddleboarding a přivést k němu vlastním příkladem mladší generaci.

Jako ve všech sportovních aktivitách bude i v paddleboardingu ruku v ruce s rostoucími schopnostmi pádlerů růst touha po vzájemném srovnání svých dovedností formou závodního klání.

V dnešní době, upřednostňuje většina lidí jistou individualizaci, k čemuž lze příhodně využít paddleboarding, udělat něco pozitivního pro své tělo a přitom se svézt na jeho módní vlně.

Na rozdíl od mužů, kteří očekávají od paddleboardingu především seznámení s novým sportem, vidí ženy v tomto druhu pohybové aktivity především možnost osobního rozvoje, a to především jeho fyzické stránky. Dle výsledků šetření je jednoznačné, že u lidí, kteří paddleboarding vyzkoušeli, byla jejich očekávání naplněna, z čehož vyplývá, že se této pohybové aktivitě budou chtít věnovat opakovaně, a tím znovu zažít radost a nadšení ze sebe sama.

Největším úskalím bude, jak lze vytušit, ekonomická stránka věci. Základní vybavení obsahuje především samotné prkno a pádlo, jejichž pořizovací hodnota je v současnosti dosti vysoká, a půjčovny mají svou nabídku postavenou značně výše než u jiných druhů vodní turistiky. Tato fakta mohou mnohého zájemce odradit. Dalším důvodem vedoucím

k menšímu zájmu, může být horší dostupnost potřeb pro paddleboarding než u podstatně rozvinutějších jiných způsobů vodní turistiky, například u kanoistiky.

Oproti těmto skutečnostem, jež jak doufám, brzy ztratí na významu, je napříč všemi kdo paddleboarding vyzkoušeli, slyšet nadšení vyplývající z nového netradičního pohledu na okolní přírodu z vody, fitness výhodami a zapojením celého těla při této pohybové aktivitě, jejím provozování na čerstvém vzduchu s možností individuálního tréninku bez nutnosti kouče, povede k tomu, že tento sport, bude objevovat stále více lidí.

Pravděpodobně bude ještě chvíli trvat, než paddleboarding prorazí mezi tradiční druhy vodní turistiky. Nicméně z šetření jednoznačně vyplývá, že paddleboarding má velký potenciál a k jeho dalšímu rozvoji je potřeba především důsledné osvěty a propagace.

Formou osvěty a propagace rozumím především zařazení tohoto sportu do výuky na fakultách, do kurzů škol, v rámci teambuildingu a dále při různých vodáckých akcích, například veřejných závodů.

## 7 Závěry

Hlavním cílem této práce bylo provést analýzu dalšího možného vývoje paddleboardingu v České republice na základě analýzy dostupných poznatků a vlastních zkušeností.

Mezi dílčí cíle práce patřilo představit paddleboarding jako novou možnost aktivního trávení volného času, zmapovat vývoj v našich podmínkách a zhodnotit, zda je paddleboarding samostatnou a plnohodnotnou pohybovou aktivitou.

V teoretické části práce byly analyzovány dostupné informace související s paddleboardem. Z důvodu absence českých literárních zdrojů se jednalo hlavně o zahraniční literaturu a internetové zdroje. Výsledkem bylo představení paddleboardingu jako nové a rozvíjející se aktivity.

Součástí praktické části práce bylo provedeno dotazníkové šetření na téma vnímání paddleboardingu jako nové pohybové aktivity a empirické šetření.

Všechna data a informace získané v teoretické i praktické části práce byly následně použity pro stanovení závěrů práce, ze kterých vyplynulo, že paddleboarding v ČR je již v povědomí vodácké veřejnosti a aktivně se mu věnuje poměrně velké množství pádlerů. Paddleboarding nabízí výzvu nového a netradičního sportu, která motivuje pádlery i širokou veřejnost, a také toto očekávání plní spolu s novým rozměrem pádlování, novým pohledem na okolní přírodu, zpestření a zábavou na vodě, rozvojem fyzické kondice, rovnováhy a radosti z pohybu. Proto považují paddleboarding za plnohodnotnou pohybovou aktivitu.

Tento sport má v našich podmínkách velký potenciál nejen na stojatých vodách, ale i na řekách či divoké vodě. V každém regionu ČR je možné nalézt vodní plochu nebo řeku sjízdnou na paddleboardu. Spolu s nárůstem paddleboardistů roste počet organizovaných závodů a sportovních akcí, kde je možné se s paddleboardem seznámit, a tím se dále dostává do většího povědomí široké veřejnosti.

Spolu s velkou tradicí pádlovacích sportů v ČR a novými možnostmi, které jiné pádlovací sporty nepřináší, lze předpokládat jeho další vývoj a rozšíření i v našich podmínkách. S růstem paddleboardistů se rozšiřují služby s tímto sportem spojené a lze i předpokládat jeho cenovou dostupnost pro širokou veřejnost.

Nynější stav paddleboardingu v ČR je velmi příznivý pro jeho další rozvoj. Je však důležité, tento sport propagovat jakoukoliv formou a minimálně udržet stávající úroveň sportovních akcí, které se v souvislosti s tímto sportem pořádají. Paddleboarding má

v našich podmínkách budoucnost před sebou. Jen čas ukáže, kolik příznivců si paddleboarding najde nejen mezi závodníky, ale i rekreačními a kondičními jezdci.

## 8 Souhrn

Cílem této práce bylo provést analýzu dalšího možného vývoje paddleboardingu v České republice na základě analýzy dostupných poznatků a vlastních zkušeností.

V úvodní části práce se čtenář seznámí se základními informacemi o paddleboardingu, získá zde informace o jeho historii, nutném vybavení, ale i vlivu této přírodní pohybové aktivity na rozvoj osobnosti účastníků.

V další části práce byly definovány hlavní a dílčí cíle práce a také stanoveny metody a techniky použité k dosažení těchto cílů.

V páté kapitole jsou popsána data, která byla získána o paddleboardingu z dostupných zdrojů a z vlastního výzkumu. Na základě vyhodnocení výsledků dotazníkového šetření jsou zde charakterizováni respondenti z řad široké vodácké veřejnosti a je přiblížen vliv paddleboardingu na osobnost pádlerů, jejich zkušenosti, očekávání a další zájem o paddleboarding. Dotazníkové šetření je znázorněno v grafech. Tato kapitola obsahuje srovnávací analýzu na základě empirického šetření. Na základě sekundární analýzy jsou zde popsány lokality v České republice vhodné k provozování paddleboardingu. Závěr této kapitoly patří připravovaným sportovním akcím na rok 2014.

V šesté kapitole je provedená celková sumarizace zjištěných poznatků a jsou zde diskutována daná témata. Tato kapitola obsahuje autorčiny názory a postřehy k výsledkům práce a nastínění dalšího možného vývoje paddleboardingu v České republice.

Představením nové možnosti trávení volného času a zpracováním uceleného přehledu informací o paddleboardingu přispívá autorka práce k rozvoji této nové pohybové aktivity, k jejímu rozšíření a propagaci nejen mezi zájemce o tuto sportovní aktivitu, ale i mezi širokou veřejnost.

## **9 Summary**

The goal of the thesis was performing the analysis of the further possible development of Paddleboarding in the Czech Republic. This was done on the basis of the affordable findings analysis and own experience too.

In the opening of the thesis you can find the basic information about Paddleboarding, its history, needful equipment and, last but not least, about the influence on building-up the personality of this native kinetic activity.

Further in the thesis there were defined the main and particular goals and set the methods and techniques used for reaching these goals.

In the fifth chapter there are described the facts about Paddleboarding, which were gained from affordable resources and my own investigation. By virtue of the evaluation of the questionnaire investigation findings the respondents from the wide waterman's public were characterised. Further the Paddleboarding influence on the paddlers' personality, experience, expectations and their further interest in this sport is presented. The questionnaire investigation is illustrated through graphs. This chapter contains a comparative analysis on the basis of empiric investigation. In virtue of the secondary analysis the suitable locations for Paddleboarding in the Czech Republic are described in this chapter too. The conclusion of this chapter is aimed at the forthcoming sports actions in the year 2014.

In the sixth chapter the general summary of all detected findings was performed. The given themes are discussed there. This chapter further contains writer's opinions and remarks about the thesis results as well as the outline of the further possible development of Paddleboarding in the Czech Republic.

The writer presents a new spare-time activity and processes a compact summary of information about Paddleboarding. She further conduces to the development of this brand-new kinetic activity, to its spread and promotion among Paddleboarding applicants likewise among the general public.

## 10 Referenční seznam

- Bauman, P. (2014). *Současné podoby pedagogiky volného času*. Retrieved 15.1.2014 from the World Wide Web:  
[http://userweb.pedf.cuni.cz/wp/pedagogika/files/2013/10/Ped\\_4\\_12\\_06\\_Sou%C4%8Dasn%C3%A9\\_podoby\\_404\\_425.pdf](http://userweb.pedf.cuni.cz/wp/pedagogika/files/2013/10/Ped_4_12_06_Sou%C4%8Dasn%C3%A9_podoby_404_425.pdf)
- Bílý, M., Kráčmar, B., & Novotný, P. (2001). *Kanoistika*. Praha: Grada.
- Casey, R. (2011). *Stand Up Paddling: Flatwater to Surf and Rivers*. Seattle: The Mountaineers books.
- Čelikovský, S., Teplý, Z., & Štěpnička, J. (1967). *Empirické metody výzkumu v tělesné výchově*. Praha: Sportovní a turistické nakladatelství.
- Čihovský, J. (2006). *Sociologický výzkum*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Dohnal, T. (2009). *Tři dimenze pojmu rekreologie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Doležal, T. (1991). *Základy kanoistiky a vodní turistiky*. Praha: Univerzita Karlova v Praze.
- Faltýsková, J. (1997). *Kompenzační funkce výchovných činností ve volném čase žáků. Problematika výchovy dětí a mládeže ke zdravému způsobu života v evropských zemích*. Brno: Masarykova univerzita.
- Gavora, P. (2000). *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido.
- Hájek, B., Hofbauer, B., & Pávková, J. (2003). *Pedagogika volného času*. Praha: Univerzita Karlova v Praze - Pedagogická fakulta.
- Hájek, B., Hofbauer, B., & Pávková, J. (2008). *Pedagogické ovlivňování volného času*. Praha: Portál.
- Hodaň, B. (2000). *Tělesná kultura - sociokulturní fenomén : východiska a vztahy*. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého.
- Hodaň, B. & Dohnal, T. (2005). *Rekreologie*. Olomouc: Hanex.

- Hydromagazín*. Retrieved 18.1.2014 from the World Wide Web:  
<http://www.hydromagazin.cz/clanek/490-stupnice-obtiznosti-divoke-vody/>.
- Kalčíková, B. (2013). Retrieved 20.1.2014 from the World Wide Web: <http://www.sport-trend.cz/p/paddleboarding-zabavny-a-netradicni-vodni-sport>.
- Kanoe.cz*. Retrieved 5.2.2014 from the World Wide Web:  
<http://www.kanoe.cz/sporty/paddle-boarding/>.
- Kaplánek, M. (2011). *Nauka o volném čase*. Studijní text. České Budějovice: Jihočeská univerzita, Teologická fakulta.
- Kelley, K. C. (2011). *Stand-up Paddleboarding*. Mankato, Minnesota: The Child's World.
- Kodeš, J., Doležal, T., & Vambera, L. (1977). *Vodní turistika*. Praha: Univerzita Karlova v Praze.
- Kozel, R., Mynářová, L., & Svobodová, H. (2011). *Moderní metody a techniky marketingového výzkumu*. Praha: Grada Publishing.
- Kračmar, B., Bílý, M., & Novotný, P. (1998). *Základy kanoistiky*. Praha: Karolinum.
- Marcus, B. (2012). *The Art of Stand Up Paddling*. Guilford, Conn.: FalconGuides.
- Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky. (2002). *Volný čas a prevence u dětí a mládeže*. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky.
- Němec, J. (2002). *Kapitoly ze sociální pedagogiky volného času pro doplňující pedagogické studium*. Brno: Paido.
- Paulík, K. (2006). *Psychologie sportu*. Ostrava: Ostravská univerzita.
- Pokorný, V. (2003). *Prevence sociálně patologických jevů*. Brno: UPPD.
- Průcha, J., Walterová, E., & Mareš, J. (2001). *Pedagogický slovník*. Praha: Portál.
- Slepičková, I. (2005). *Sport a volný čas*, Praha: Karolinum.
- Smékal, V., & Vážanský, M. (1995). *Základy pedagogiky volného času*. Brno: Paido.



- Trendy zdraví*. Retrieved 31.1.2014 from the World Wide Web:  
<http://trendyzdravi.cz/sport-a-wellness/desatero-paddleboardingu-pro-zacatecniky.html>.
- Vaněček, T. (2012). Retrieved 16.1.2014 from the World Wide Web:  
<http://www.kanoe.cz/>.
- Vážanský, M. (1992). *Volný čas a pedagogika zážitku*. Brno: Masarykova univerzita.
- Velký sociologický slovník. (1996). (Vyd. 1., S. 749-1627.) Praha: Karolinum.
- Vodácký krumlovský maraton*. Retrieved 18.1.2014 from the World Wide Web:  
<http://www.krumlovskymaraton.com/>.
- Vodáková, A., Maríková, H., & Petrusek, M. (1996). *Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum.
- World leisure organization*. Retrieved 10.1.2014 from the World Wide Web:  
<http://www.worldleisure.org/>.
- Zizius, Z. (1947). *Kajakáři a kanoisté*. Praha: Nakladatelské družstvo Máje.

## 11 Seznam tabulek

Tabulka 1. Stupně obtížnosti vodních toků.....	22
Tabulka 2. Celkový přehled dotazovaných osob.....	46
Tabulka 3. Věkový průměr dotazovaných osob.....	47
Tabulka 4. Rok, od kterého mají dotazovaní zkušenost s paddleboardem.....	48
Tabulka 5. Důvody k vyzkoušení paddleboardingu.....	50
Tabulka 6. Jiný vodní sport.....	51
Tabulka 7. Očekávání od paddleboardingu.....	52
Tabulka 8. Splnění očekávání.....	53
Tabulka 9. Pocity při paddleboardingu.....	54
Tabulka 10. Zopakování paddleboardingu.....	55
Tabulka 11. Vybavení.....	56
Tabulka 12. Účast na organizovaném závodě paddleboardů.....	57
Tabulka 13. Srovnávací analýza.....	61

## 12 Seznam obrázků

Obrázek 1. IMAGINE – plastové prkno.....	31
Obrázek 2. PAD BOARDS – nafukovací prkno.....	31
Obrázek 3. STARBOARD – rychlostní prkno.....	32
Obrázek 4. RED – pevné prkno.....	32
Obrázek 5. Pádlo TNP 2YP SUP.....	33
Obrázek 6. Pádlo SEVYLOR SUP.....	33
Obrázek 7. Leash Aquadesign.....	34
Obrázek 8. Board Leash.....	34
Obrázek 9. Celkový přehled dotazovaných osob.....	46
Obrázek 10. Věkový průměr dotazovaných osob.....	47
Obrázek 11. Rok, od kterého mají dotazovaní zkušenost s paddleboardingem.....	48
Obrázek 12. Důvody k vyzkoušení paddleboardingu.....	50
Obrázek 13. Jiný vodní sport.....	51
Obrázek 14. Očekávání od paddleboardingu.....	52
Obrázek 15. Splnění očekávání.....	53
Obrázek 16. Pocity při paddleboardingu.....	54
Obrázek 17. Zopakování paddleboardingu.....	55
Obrázek 18. Vybavení.....	56
Obrázek 19. Účast na organizovaném závodě paddleboardů.....	57
Obrázek 20. Srovnávací analýza.....	62

## **13 Přílohy**

Příloha 1. Termínová listina paddleboardingu v ČR na rok 2014

Příloha 2. Dotazník

Příloha 3. Fotografie Dave Kalama

Příloha 4. Fotografie Jakub Zíma

Příloha 5. Fotografie Krumlovský vodácký maraton 2013

# Příloha 1. Termínová listina paddleboardingu v ČR na rok 2014 (pracovní verze)

Termínová listina PADDLEBOARDINGU v ČR 2014 - pracovní verze						
ČESKÝ S-U-PER POHÁR V PADDLEBOARDINGU 2014 (kombinace závodů na klidné i divoké vodě)						
CZECH S-U-PER CUP - SUPCUP 2014						
Č. závodu	Datum	Závod	Místo	Pořadatel	Kontakt	Problémá společně s akcí...
1. SUPer	29.3.	PRC Sázava (sjezd)	Řeka Sázava, Křhanice nebo Žampach	David Raab	david.raab@email.cz	Problémá společně s akcí...
2. SUPer	19.4.	PRC Úpa (TT + board X + slalom)	Řeka Úpa, Trutnov	SUP CLUB Trutnov	David Stolin, info@pad-boards.com	50. let trutnovské kanotistiky
3. SUPer	22.6.	Czech Paddle Board Cup - Sedčičany	Sedčičany, přehrada na Sedčickém potoce	Česká Asociace Dračích Lodi	Petr Klíma, klimbera@dragonboat.cz	Dragon Boat GP Sedčičany
4. SUPer	16.8.	PRC Vltava (sjezd) - Tour de Lipno	Řeka Vltava, Vyšší Brod	RIVER Paddleboarding	Tomáš Vaněček, tom.vanecek@gmail.com	Tour de Lipno - LIPNO SPORT FEST
5. SUPer	17.8.	Czech Paddle Board Cup - Tour de Lipno	Lipno nad Vltavou, přehrada Lipno	Česká Asociace Dračích Lodi	Petr Klíma, klimbera@dragonboat.cz	Tour de Lipno - LIPNO SPORT FEST
6. SUPer	13.9.	Czech Paddle Board Cup - Beroun	Řeka Berounka, Beroun	Česká Asociace Dračích Lodi	Petr Klíma, klimbera@dragonboat.cz	Berounský drak 2014
7. SUPer	11.10.	S-U-PER FINAL KVM MATCH 2014	Řeka Vltava, Rožmberk nad Vltavou	SK KVM ČR	Tomáš Vaněček, tom.vanecek@gmail.com	Krumlovský vodácký maraton
DIVOKÁ VODA						
Paddle board River Cup - PRC 2014						
Č. závodu	Datum	Závod	Místo	Pořadatel	Kontakt	Problémá společně s akcí...
1. PRC	29.3.	PRC Sázava (sjezd)	Řeka Sázava, Křhanice nebo Žampach	David Raab + RIVER Paddleboarding	David Raab, david.raab@email.cz	Problémá společně s akcí...
2. PRC	12.4.	PRC Lužnice (sjezd)	Řeka Lužnice, Bechyně	RIVER Paddleboarding + TJ Jiskra Bechyně	Tomáš Vaněček, tom.vanecek@gmail.com	VZ vs sjezdu - Jarní sjezdy v Bechyni
3. PRC	19.4.	PRC Úpa (TT + board X + slalom)	Řeka Úpa, Trutnov	SUP CLUB Trutnov	David Stolin, info@pad-boards.com	50. let trutnovské kanotistiky
4. PRC	26.4.	PRC Malše (sjezd)	Řeka Malše, Řimov	RIVER Paddleboarding	Tomáš Vaněček, tom.vanecek@gmail.com	Jarní turistické splutí Malše
5. PRC	10. - 11.5.	PRC Otava (TT + board X + slalom + sjezd)	Řeka Otava, Strakonice	RIVER Paddleboarding + SK VLTAVA ČR	Tomáš Vaněček, tom.vanecek@gmail.com	Vodácké srazdávky Strakonice
6. PRC	7. - 8.5.	PRC Vltava (TT + board X + slalom + sjezd)	Řeka Vltava, C. Krumlov	RIVER Paddleboarding	Tomáš Vaněček, tom.vanecek@gmail.com	MCR dorostu vs sjezdu na divoké vodě
7. PRC	16.8.	PRC Vltava (sjezd) - Tour de Lipno	Řeka Vltava, Vyšší Brod	RIVER Paddleboarding	Tomáš Vaněček, tom.vanecek@gmail.com	Tour de Lipno - LIPNO SPORT FEST
MCR	2.8.	MCR v S-U-P na divoké vodě (TT + board X + slalom)	Řeka Vltava, USD Česká Vrbné	RIVER Paddleboarding + SKVS ČB	Tomáš Vaněček, tom.vanecek@gmail.com	WAVE festival
KVM	11.10.	Krumlovský vodácký maraton	Řeka Vltava, Rožmberk nad Vltavou	SK KVM ČR	Tomáš Vaněček, tom.vanecek@gmail.com	Krumlovský vodácký maraton
KLIDNÁ VODA						
Czech Paddle Board Cup - CPBC 2014						
Č. závodu	Datum	Závod	Místo	Pořadatel	Kontakt	Problémá společně s akcí...
1. CPBC	3.5.	Czech Paddle Board Cup - Ústí nad Labem	Řeka Labe, Ústí nad Labem	Česká Asociace Dračích Lodi	Petr Klíma, klimbera@dragonboat.cz	Problémá společně s akcí...
2. CPBC	7.6.	Czech Paddle Board Cup - Třeboň	rybník Svět	Česká Asociace Dračích Lodi	Petr Klíma, klimbera@dragonboat.cz	Dračí loď Ustí nad Labem
3. CPBC	22.6.	Czech Paddle Board Cup - Sedčičany	Sedčičany, přehrada na Sedčickém potoce	Česká Asociace Dračích Lodi	Petr Klíma, klimbera@dragonboat.cz	Dračí loď Třeboň
4. CPBC	6.7.	Czech Paddle Board Cup - Purkarec	Purkarec, Přehrádková přehrada na Vltavě	Česká Asociace Dračích Lodi	Petr Klíma, klimbera@dragonboat.cz	Dragon Boat GP Sedčičany
5. CPBC	2.8.	Czech Paddle Board Cup - Třeboutice	Řeka Labe, Třeboutice	Česká Asociace Dračích Lodi	Petr Klíma, klimbera@dragonboat.cz	Dragon Boat GP Purkarec
6. CPBC	17.8.	Czech Paddle Board Cup - Tour de Lipno	Lipno nad Vltavou, přehrada Lipno	Česká Asociace Dračích Lodi	Petr Klíma, klimbera@dragonboat.cz	Dragon Boat GP Třeboutice
7. CPBC	13.9.	Czech Paddle Board Cup - Beroun	Řeka Berounka, Beroun	Česká Asociace Dračích Lodi	Petr Klíma, klimbera@dragonboat.cz	Tour de Lipno - LIPNO SPORT FEST
Další doporučené závody paddleboardů 2014						
Č. závodu	Datum	Závod	Místo	Pořadatel	Kontakt	Problémá společně s akcí...
1.	12.4.	O paletu Josefa Jíry	Řeka Jizera, Malá Skála - Dolánky	Sundisk - Žlutá plovárna Malá Skála	Martin Bauer, bauer@sundisk.cz	Problémá společně s akcí...
2.	26.7.	Rozmarné léto na plovárně	Řeka Jizera, Žlutá plovárna na Malé Skále	Sundisk - Žlutá plovárna Malá Skála	Martin Bauer, bauer@sundisk.cz	Odeymkání Jizery

www.supcup.cz

## Příloha 2. Dotazník

### **Dotazník – vnímání paddleboardingu jako nové pohybové aktivity**

Dobrý den, jsem studentka Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci, oboru Rekreatologie a pracuji na diplomové práci na téma „Analýza vývoje paddleboardingu v ČR“. Chtěla bych Vás tímto požádat o vyplnění tohoto dotazníku týkajícího se paddleboardingu jako nové pohybové aktivity. Všechny údaje budou využity pouze pro potřeby zpracování této diplomové práce.

Děkuji za Váš čas a spolupráci, Šárka Kafoňková.

---

**1. Už jste někdy v minulosti paddleboarding provozoval/a?** (zaškrtněte, popř. doplňte)

- Ano – organizovaně
- Ano – samostatně či s přáteli

Kolikrát .....?            Kdy (rok).....?

Kde (země a místo) .....

- Ne, ale chtěl/a bych ho vyzkoušet
- Ne, neuvážuji o tom

**2. Proč jste se rozhodl/a vyzkoušet paddleboarding?** (zaškrtněte libovolný počet možností, popř. doplňte)

- Nový sport
- Netradiční
- Na doporučení -    Z tisku
- Z internetu
- Od přátel
- Jiný důvod

**3. Provozujete aktivně nějaký jiný vodní sport?** (zaškrtněte libovolný počet možností, popř. doplňte)

- Kanoistika
- Jízda na kajaku
- Rafting
- Dračí lodě
- Windsurfing
- Jiné

**4. Jaká byla vaše očekávání od paddleboardingu?** (zaškrtněte libovolný počet možností, popř. doplňte)

- Seznámení s novým sportem
- Osobní rozvoj
- Rozvoj fyzické kondice
- Nový pohled na okolní přírodu
- Jiné

**5. Splnil paddleboarding vaše očekávání?** (zaškrtněte a doplňte)

- Ano - v čem? .....
- Ne – v čem?.....

- 6. Jaké byly vaše pocity při paddleboardingu?** (zaškrtněte jednu z možností)
- Radost, nadšení
  - Vzrušení a mírná nejistota
  - Strach a nejistota
  - Stres
  - Nuda
- 7. Máte v plánu paddleboarding zopakovat?** (zaškrtněte jednu z možností)
- Ano – stejná obtížnost, stejná voda
  - Ano – stejná obtížnost, jiná voda
  - Ano – jiná voda, obtížnější
  - Ne – nenaplněné očekávání
  - Ne – nepříjemné pocity
  - Ne – riziko a nebezpečí
  - Ne – vysoká cena (pořizovací náklady či půjčované)
- 8. Máte své vlastní vybavení na paddleboarding?** (zaškrtněte jednu z možností)
- Ano – mám vše (prkno, pádlo, neopren, vesta, helma)
  - Částečně (neopren, vesta, helma)
  - Ne – nemám, ale mám v plánu si jej pořídit
  - Ne – nemám – vybavení si půjčuji
- 9. Účastnil/a jste se nějakého organizovaného závodu v paddleboardingu?**  
(zaškrtněte jednu z možností a doplňte)
- Ano  
 Kolikrát?.....  
 Kde? (země a místo).....  
 Jakého? (název závodu).....
  - Ne
- 10. Máte nějaké doporučení nebo osobní poznatek ohledně paddleboardingu?**  
 .....  
 .....
- Věk.....let
- Pohlaví:
- Žena
  - Muž

---

Ještě jednou děkuji za Vaši spolupráci a čas strávený vyplněním dotazníku.

Vyplněné dotazníky mi prosím zasílejte na e-mail [sarka.kafonkova@seznam.cz](mailto:sarka.kafonkova@seznam.cz).  
 Nejpozději do 31. 1. 2014.

S přáním pěkných dnů

Šárka Kafonková

### **Příloha 3. Fotografie Dave Kalama**





**Příloha 4. Fotografie Jakub Zíma**



## Příloha 5. Fotografie Krumlovský vodácký maraton 2013

