

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury

CESTA DÁLKOVÉHO PLAVÁNÍ NA OLYMPIJSKÉ HRY

Diplomová práce

(Bakalářská)

Autor: Martin Břenda, Management sportu a trenérství

Vedoucí práce: Mgr. Jiří Dub

Olomouc 2012

Bibliografická identifikace

Jméno a příjmení autora: Martin Břenda

Název diplomové práce: Cesta dálkového plavání na Olympijské hry

Pracoviště: Katedra sportu

Vedoucí diplomové práce: Mgr. Jiří Dub

Rok obhajoby diplomové práce: 2012

Abstrakt: Bakalářská práce přibližuje dálkové plavání širší veřejnosti nejenom z hlediska historie tohoto sportu, ale uvádí základní pravidla dálkového plavání a podrobněji popisuje průběh závodu na otevřené vodě. Hlavním obsahem je výpis výsledků našich reprezentantů z konaných mistrovství světa z let 1991 - 2008 a z Olympijských her v roce 2008. Z výsledků je zdůrazněna olympijská trať na 10 km, na které je demonstrován vývoj dálkového plavání jako „staronového“ olympijského sportu.

Klíčová slova: Dálkové plavání, mistrovství světa, Olympijské hry v Peking, výsledky, Česká reprezentace

Bibliographical identification

Author's first name and surname: Martin Břenda

Title of the master thesis: The way of open water swimming to the Olympic games

Department: Department of sports

Supervisor: Mgr. Jiří Dub

The year of presentation: 2012

Abstract: Bachelor thesis approaches open water swimming to general public, not only in terms of the history of the sport, but gives basic rules of an open water swimming and also details of the event on open water. The main content is a transcript of our representatives from the World championships held in the years 1991 – 2008 and the Olympic Games in 2008. The results highlighted the Olympic track at 10 km that are demonstrated by the development of open water swimming as “old-new” Olympic sport.

Keywords: Open water swimming, World Championships, Olympic games in Beijing, results, Czech representation

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci zpracoval samostatně pod vedením vedoucího práce Mgr. Jiřího Duba. Uvedl jsem všechny literární zdroje, jež jsem v práci použil a dodržoval jsem zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 30. 11. 2012

.....

Děkuji mému vedoucímu práce Mgr. Jiřímu Dubovi, který mi pomáhal při zpracovávání dat a vedl mě k dosažení celkové podoby bakalářské práce. Chtěl bych poděkovat Ing. Vladimíru Srbovi a Mgr. Tomáši Neterdovi za jejich nadšení a zápal pro plavecký sport, bez kterého by nevznikly jejich osobní archivy, které mi posloužily jako největší zdroj výsledků. Velké díky patří Ing. Radku Táboorskému, nestorovi českého dálkového plavání, za jeho konzultace na téma dálkové plavání a děkuji mu za nahlédnutí do jeho osobní práce týkající se především historie dálkového plavání. V neposlední řadě děkuji Mgr. Janu Srbovi za vnuknutí nápadu pro napsání této práce.

OBSAH

1. ÚVOD	8
2. PŘEHLED POZNATKŮ	10
2.1 Historie plavání	10
2.1.1 Světový vývoj plavání	10
2.1.2 Vývoj sportovního plavání	10
2.1.3 Vývoj sportovního plavání v Česku, Československu a zemích Koruny české	11
2.1.4 Podoba dálkového plavání, jak ho známe dnes	13
2.1.5 Dálkové plavání na olympijských hrách	14
2.2 Technika plaveckého způsobu kraul	16
2.3 Vytrvalost	18
2.4 Dálkové plavání	19
2.4.1 Tratě	19
2.4.2 Bezpečnost závodů	20
2.4.3 Závod	21
2.4.4 Občerstvování během závodu	23
2.4.5 Plavky	25
3. CÍLE	29
4. METODIKA	30
5. VÝSLEDKY	31
5.1 Mistrovství světa v plavání (FINA World Championships)	32
5.1.1 1991 - Perth, Austrálie	32
5.1.2 1994 – Řím (Terracina), Itálie	32
5.1.3 1998 – Perth, Austrálie	33
5.1.4 2001 – Fukuoka, Japonsko	33
5.1.5 2003 – Barcelona, Španělsko	34
5.1.6S 2005 – Montreal, Kanada	35
5.1.7 2007 – Melbourne, Austrálie	35
5.2 Mistrovství světa v dálkovém plavání (<i>FINA Open Swimming Championship</i>)	37
5.2.1 2000 – Honolulu, Havaii	37
5.2.2 2002 – Sharm el- Sheikh, Egypt	37

5.2.3	2004 – Dubai, Spojené Arabské Emiráty	38
5.2.4	2006 – Neapol, Itálie	39
5.2.5	2008 – Sevilla, Španělsko.....	39
5.3	Vývoj počtu startujících na trati 10 km.....	41
5.4	Olympijské hry v Pekingu	42
5.4.1	Kvalifikace.....	42
5.4.2	2008 – Olympijské hry v Pekingu.....	42
5.5	Časy zaplavané na olympijské trati na 10 km.....	44
6.	ZÁVĚRY	46
7.	SOUHRN	48
8.	SUMMARY	49
9.	REFERENČNÍ SEZNAM.....	50

1. ÚVOD

V dnešní době, kdy pro většinu populace slovo „sport“ znamená především nadměrně medializovaný fotbal a hokej, je dálkové plavání stále se rozvíjejícím a čím dál tím více veřejností sledovaným sportem nejen ve světě, ale také u nás. Přispělo k tomu především to, že se dálkové plavání neboli plavání na otevřené vodě, stalo olympijským sportem. Svoji „premiéru“ mělo dálkové plavání na Olympijských hrách v Pekingu v roce 2008. Slovo premiéra v tomto případě musíme brát lehce s nadsázkou. Jelikož, jak se dočtete dál v mé práci, určitá podoba dálkového plavání na novodobých olympijských hrách již byla. Když se podíváme dále do historie, zjistíme, že první závody v plavání na olympijských hrách se uskutečnily v moři na 1 200 metrů. Jedním z mých prvních cílů v této práci bude tuto skutečnost přiblížit širší veřejnosti a vyvrátit tak „mediální“ omyl.

Plavání, jako sport takový, se dále vyvíjelo ve dvou různých odvětvích. Bazénové, které se vyvinulo do podoby, jaké ho známe dnes a které je již několik desetiletí jedním z nejprestižnějších sportů na olympijských hrách. A plavání na otevřené vodě, které z důvodu výstavby prvních bazénů, začalo být opomíjeno. Naštěstí, a to především díky otužilcům, nebylo nikdy zapomenuto.

Byli to právě otužilci, kteří na území České republiky zachovali a dále rozvíjeli plavání na otevřených vodách. A to především tak, že si otužilci protahovali svojí hlavní sezonu ze zimních měsíců do měsíců jarních i letních. Největším jménem z řad otužilců, kteří se o toto zasloužili, byl bezesporu Alfréd Nikodém, zakladatel zimního plavání u nás. Jeho snahy o veřejné přeplavby přes Vltavu vyústily v Memoriál Alfréda Nikodéma, který se plave dodnes. Důkaz o tom, že zimní plavání u nás zaujímá zvláštní postavení, může být i fakt, že Český svaz plaveckých sportů má společnou sekci pro dálkové i zimní plavání, což je evropská a pravděpodobně i světová rarita.

V sedmdesátých a osmdesátých letech minulého století se dálkové plavání u nás dostává do období vzestupu. Zavádějí se pravidla určená přímo pro dálkové plavání, organizuje se první mistrovství v dálkovém plavání. Závodů na otevřené vodě se začínají zúčastňovat i „bazénoví“ plavci. Dálkové plavání se dostává do podvědomí širší sportující populace.

K vývoji dálkového plavání přispívalo i to, že členové evropské a světové plavecké federace usilovali skoro patnáct let dostat tento sport „opět“ na olympijské hry. Plavání na otevřené vodě se tedy podřizovalo, a dále samozřejmě podřizuje, především tomu, aby bylo

co nejvíce atraktivní pro diváky. Už to není jen plavání tam a zpět, kdy divák viděl pouze start a cíl, ale z dálkového plavání se stal sport dynamický a plný napětí jak v průběhu závodu, tak i na jeho konci. Je to i z důvodu, že startovní pole je v dnešní době vyrovnanější a početnější. Už není výjimkou, ale spíše pravidlem, že vynikající vytrvalci na otevřené vodě jsou světovou špičkou na 1 500 metrů v bazénu.

Můj hlavní cíl v této práci bude tento vývoj dokázat z výsledků především českých reprezentantů na mistrovství světa v plavání na otevřené vodě. První zmíněné mistrovství světa bude z roku 1991, kdy se konalo poprvé pod záštitou Fédération Internationale de Natation Amateur (dále jen FINA). Konec tohoto prozatímního vývoje bude Olympiáda v Pekingu v roce 2008.

Téma této práce jsem si vybral především proto, že mám k plavání jako takovému velmi blízko a dálkové plavání je můj koníček, kterému se věnuji bezmála jedenáct let. Za tuto dobu mohu říct, že i já jsem byl součástí vývoje tohoto sportu a nemohl jsem si nevšimnout stoupající popularity a jakési zvyšující se profesionality v tomto krásném a světově uznávaném sportu.

2. PŘEHLED POZNATKŮ

2.1 Historie plavání

2.1.1 Světový vývoj plavání

Za počátek sportovního plavání považujeme převážně počín lorda Byrona z 19. století, o kterém budu pojednávat dále v textu, ale rád bych se také zmínil o úplných prvopočátcích plavání. Z období prvobytně pospolné společnosti však nemáme žádné doklady o vztahu člověka k plavání. Přesto na základě studia života primitivních kmenů, můžeme usuzovat, že plavání patřilo v této době k základním pohybovým dovednostem, jako jsou chůze, běh, lezení, házení, metání atd. (Hoch, 1987). Předpokládá se, že v těchto dobách, člověk plaval tak, že napodoboval pohyby zvířat.

Ze starého Egypta máme několik dokladů o oblíbenosti plavání. Jsou to malby na vázách a časté sošky, které zobrazují plavajícího člověka. V záznamech na papyrech najdeme také zmínku o učiteli plavání, který vyučoval děti faraonů.

Největšího rozmachu dosáhlo plavání ve starém Řecku, kde bylo plavání nedílnou součástí výchovy na školách a zaujímal také velkou část fyzické přípravy řeckého vojska. Řecký způsob výchovy vojáka se později přenesl i do Říma.

Ve feudální společnosti však dochází k zastavení rozvoje plavání a tělesné výchovy jako takové. V tomto směru dochází až k úpadku. Zásahu na tom měla křesťanská ideologie, která zakazovala jakoukoli péči o tělo. Konec tohoto úpadku najdeme až v období humanismu, který přinesl určité uvolnění od církevní upjatosti a tělovýchova, a s tou i samotné plavání, se mohla dále rozvíjet.

2.1.2 Vývoj sportovního plavání

První plavecké výkony byly v podstatě výkony vytrvaleckého charakteru. Popud k těmto výkonům dal anglický básník lord G. G. Byron, který roku 1810 přeplaval Dardanelskou úžinu (Hoch, 1987). Chtěl tím ověřit pravdivost řecké báje o Leandrovi, která říká, že každý večer plaval přes Dardanelskou úžinu (asi 1400 m) za svou milenkou Hérrou (Hoch, 1987). Právě vyobrazení Leandra, které zhotovil italský umělec Carlo Cesio, považujeme za první realistické vyobrazení plavce a plaveckého stylu kraul (Johnson, 2006).

O šedesát pět let později, v roce 1875, zdolal anglický kapitán M. Webb kanál La Manche (Hoch, 1987). Jeho čas 21 hodin a 45 minut (Židek, 1997) byl novou výzvou pro další následovníky přeplavání kanálu La Manche. Jeho výzvu přijal téměř o sto let později, v roce 1971, i náš František Venclovský, který pokořil kanál La Manche v čase 15 hodin 26 minut. Nutno dodat, že František Venclovský plaval ve směru Francie – Anglie a uplaval tehdy 56,5 km (Židek, 1997).

Historický čin lorda Byrona ovlivnil na dlouhá léta vývoj světového plavání. Muži a ženy v průběhu let překonávali mořské průlivy ve snaze dosáhnout co nejlepšího výkonu. Utkávali se nejen v překonávání Dardanelské úžiny a kanálu La Manche, ale překonáván byl například i Mesinský průliv (průliv mezi Italskou pevninou a Sicilským ostrovem; délka 32 km, šířka 3-8 km).

Vůbec první plavecký bazén (nepočítáme-li lázně ve starém Římě) je postaven v roce 1828 v Anglii (Johnson, 2006). Díky tomu v polovině šedesátých let devatenáctého století se v Londýně začínají zakládat první plavecké kluby, které vnáší do tehdejšího sportovního plavání soutěžení mezi jednotlivými plavci, studenty škol a také přímo mezi nově založenými plaveckými kluby. Kolébkou sportovního plavání se tak stává Anglie (Plívová, 2009). V roce 1837 vzniká Národní plavecká společnost Velké Británie (R. Tábořský, osobní archiv, 3. 4. 2012). Tato společnost začíná zaštit'ovat všechny plavecké závody v Anglii.

V podstatě se stále jedná o závody na dlouhé tratě, plavané v řekách, nejčastěji uprostřed velkých anglických měst, ve kterých se vytyčovaly okruhy. Závody se plavali i na 20 či 40 kilometrů (R. Tábořský, osobní archiv, 3. 4. 2012). Závody vždy přitahovaly mnoho diváků, a právě snaha závody více publiku zatraktivnit, přispěla k tomu, že se plavecké závody začaly zkracovat až na 6 mil (cca 10 km). A právě na této trati se od roku 1877 uspořádává britský šampionát "Lords and Commons Race" (R. Tábořský, osobní archiv, 3. 4. 2012).

2.1.3 Vývoj sportovního plavání v Česku, Československu a zemích Koruny české

Stejně jako ve světě, tak i v Čechách se plavání vyvíjelo. Ale dá se říct, že poněkud jiným způsobem než například ve starém Řecku a následně v Římě.

Skutečný první státní útvar zde vznikl až v 9. století a zpráv z tohoto období máme k dispozici opravdu málo. Tak například František Palacký ve svém díle Dějiny národa

českého uvádí: „Slované byli podle starých zpráv středně vysocí..., ve vodě, zvláště co plovači a potápěči se dobře znali“ (Hoch, 1987, 18).

O plavání, a to především o plavání jako sportovní disciplíně a jeho organizovaném výcviku, můžeme mluvit až v první polovině 19. století.

První zmínky o plaveckých závodech v českých zemích, samozřejmě na otevřené vodě, přesněji řečeno v našich řekách, máme z roku 1845. První závody v těchto dobách se pořádaly v rámci lidových slavností a měli převážně exhibiční charakter. (Hoch, 1987). Ne jinak to bylo u již zmíněného prvního závodu u nás, závodu v roce 1845, přesněji 20. 8. 1845 (R. Tábořský, osobní archiv, 3. 4. 2012), při příležitosti příjezdu prvního parního vlaku z Olomouce do Prahy.

Stejně jako v Anglii, tak i u nás počátky sportovního plavání souvisejí se zakládáním prvních sportovních klubů v 90. letech 19. století. V té době se nejčastěji sportovní plavání objevuje v klubech společně s veslováním. První a tím pádem nejstarší sportovní klub AC Praha pořádá 5. srpna 1895 plavecké závody ve Vltavě mezi Střeleckým a Slovanským ostrovem. Hned o rok později, v roce 1896 je pořádáno první mistrovství Koruny české. Tenkrát se plavalo na trati 2 000 metrů.

Plavání mezi pražskými ostrovy bylo natolik oblíbené, že vzniká i mezinárodní plavecký závod mezi Schwarzenberským (dnes Veslařským) ostrovem a Královskou (dnes Císařskou) loukou. Tento závod měl mnoho ročníků a plaval se až do 20. let 20. století. Zpráva o tomto závodě máme hned několik. Jeho 12. ročník se plaval v roce 1914 a 13. ročník hned po válce v roce 1919, v roce 1922 se plaval 16. ročník a trať tehdy měřila 2 500 metrů (R. Tábořský, osobní archiv, 3. 4. 2012).

V roce 1908 se v Praze plave poprvé závod Napříč Prahou, po vzoru podobného světového závodu Napříč Paříží, později nazývaný Kühnelův memoriál. Trať tohoto závodu měřila 3 600 metrů (R. Tábořský, osobní archiv, 3. 4. 2012).

Zde je třeba zdůraznit, že do této doby se soutěžilo převážně v distančních disciplínách. Bylo to odrazem tehdejších pokusů o překonávání mořských úžin. V následující době se začínají samozřejmě i u nás objevovat první bazény. Od roku 1914 se pořádají závody v Praze na Klárově v krytém bazénu, který má ještě méně než 25 metrů. Mezníkem ve výstavbě je rok 1927, kdy je otevřen první 25 metrový krytý bazén v Klientské ulici (Hoch, 1987). Zde se sportovní plavání začíná zásadně rozbíhat do dvou odvětví, a to na nové „bazénové“ plavání a na již známé „dálkové“ plavání na otevřené vodě.

Cílem mé práce je dálkové plavání, proto se budu dále věnovat vývoji sportovního dálkového plavání.

Po již zmíněném populárním závodě Napříč Prahou, který se plave ještě v roce 1940, se v roce 1949 zakládá ještě populárnější závod a to maratón Štěchovice – Praha. Jeho původní trať měřila celých 25 kilometrů a následně v různých modifikacích jako například Davle – Praha (20,6 kilometrů) nebo Vrané – Praha (12,4 kilometrů) plaval až do svého 34. ročníku v roce 1982, kdy byl již součástí dnešního Českého poháru v dálkovém plavání (R. Tábořský, osobní archiv, 3. 4. 2012). Další známý maratónský závod zakládá Oldřich Liška na Lipenské přehradě v roce 1967. Jeho memoriál se na Lipně plave dodnes.

V roce 1972, přesněji 1. 1. 1972, v roce následujícím po prvním úspěšném překonání kanálu La Manche Františkem Venclovským, vchází v platnost první soutěžní řád sportovního otužování a dálkového plavání schválený Českým plaveckým svazem spadajícím pod Český svaz tělesné výchovy (dále jen ČSTV) (R. Tábořský, osobní archiv, 3. 4. 2012).

2.1.4 Podoba dálkového plavání, jak ho známe dnes

K tomu, aby dálkové plavání dostalo dnešní podobu, hodně pomohla světová plavecká organizace FINA.

Organizace FINA (Fédération Internationale de Natation Amateur) byla založena v roce 1908. Tento čin vytvořil předpoklady pro vytyčení jednotných směrnic a pravidel a tím byl dán základ soutěžení v mezinárodním měřítku (Hoch, 1987).

V průběhu vývoje byly v rámci FINA zřízeny komise skoků do vody v roce 1928, vodního póla v roce 1928, synchronizovaného plavání v roce 1956 a nakonec komise dálkového plavání v roce 1985.

Ta již rok po svém založení pořádá na jezeře Windermere ve Velké Británii první světový pohár FINA (FINA Long Distance World Cup). Tento závod se neobešel bez české účasti. Startoval zde ještě československý reprezentant Michal Šanda (R. Tábořský, osobní archiv, 3. 4. 2012). V roce 1991 se v programu Mistrovství světa v plavání v australském Perthu objevuje prvně maratónský závod na 25 kilometrů a opět s účastí českých reprezentantů – Šanda, Špaček, Pacáková (R. Tábořský, osobní archiv, 3. 4. 2012). O rok později, v roce 1992, je založena Technická komise FINA (Technical Open Water Swimming Committee) a od roku 1993 se začíná pořádat FINA Marathon Open Water Swimming World Cup Series.

Pro české dálkové plavání je důležitý rok 1997, kdy český reprezentant v dálkovém plavání a v té době český rekordman na 25 kilometrů Michael Drozd vyhrál světovou sérii 1996/1997 ISMA (International Marathon Swimming Association). Tato asociace zaštiťovala

světový pohár právě do roku 1997, kdy se plaval poslední ročník. Zároveň s tím startoval světový pohár pod organizací FINA. Tato situace vyúsťovala v nespočet sporů, protože FINA zakazoval startovat plavcům v konkurenčním poháru a naopak.

V roce 1998 byl do programu mistrovství světa v plavání přidán maratón na 5 kilometrů a později v roce 2000, bylo uspořádáno první samostatné mistrovství světa v dálkovém plavání i se závodem na 10 kilometrů. Tyto samostatná mistrovství světa v dálkovém plavání se pořádají v letech, kdy není samostatné mistrovství světa v „bazénovém“ plavání.

Můžeme říct, že vývoj dálkového plavání byl prozatím dovršen v roce 2007 a to rozdělením světového poháru na dvě samostatné série. V dnešní době existuje samostatný světový pohár na trati 10 kilometrů (10km Marathón Swimming World Cup) a maratónské Grand Prix, které obsahuje tratě delší než olympijských 10 kilometrů.

2.1.5 Dálkové plavání na olympijských hrách

Jak je z výše napsaných řádků jasné, historie plavání je z velké části historií plavání dálkového. Takže je zřejmé, že když se zaměříme na plavecký sport, který je nedílnou součástí olympijského programu již od prvních her moderní éry, zjistíme, že první plavecké výkony na olympijských hrách byli rovněž na dlouhé vzdálenosti.

Již na prvních olympijských hrách v Aténách v roce 1896 se soutěžilo na 1 200 metrů. V tomto těžkém závodě plavaném 11. dubna v moři při teplotě vody 13°C zvítězil mladý, 19letý Alfréd Hájos z Maďarska v čase 18:22.2 (V. Srb, osobní archiv, 19. 4. 2012).

Následující Olympijské hry v roce 1900 hostila Paříž a na plavce čekala kalná a bahnitá řeka Seina. Soutěžilo se na trati 4 000 metrů a vyhrál John Artur Narvis z Velké Británie v čase 58:24.0 (Plíková, 2009). Narvis dokázal zvítězit ještě jednou a to na kratší vzdálenosti 1000m.

V roce 1904 hostilo olympijské hry St. Louis. Plavalo se zde na malém jezeře a to v závodě na 1 míli, což je přibližně 1 600 metrů. Vyhrál Emil Rausch v čase 27:18.2 (Plíková, 2009).

Převratná, pro vývoj světového plavání a vývoj dálkového plavání, byla Olympiáda v Londýně v roce 1908. Zde se poprvé neplavalo na „otevřené“ vodě, ale ve 100m nádrži uprostřed atletického stadionu. A také zásadní bylo to, že od těchto her se na olympijských hrách neplavala delší trať než 1 500 metrů.

Tady teprve začíná plavání ve formě, ve které ho známe dnes. Od této doby se bazénové plavání a plavání dálkové vyvíjí samostatně. Toto odloučení trvá až do doby, kdy v roce 2005, rozhodl Mezinárodní olympijský výbor o zařazení 10 kilometrového maratónu do programu Olympijských her v Pekingu v roce 2008. A více jak po 100 letech se na letních Olympijských hrách v Pekingu opět prolíná plavání bazénové s plaváním dálkovým.

„Z tohoto je očividné, že plavecký maratón měl sice na olympiádě premiéru, ale venkovní voda, ani dálkové plavání samotné nikoliv. I proto je 10 kilometrová trať v Pekingu jen logickým uzavřením kruhu, vyvrcholením evoluce plaveckých disciplín, kdy se dvě vývojové cesty plavání opět setkaly a protnuly. To, mimo jiné, potvrzuje celá řada plavců, kteří v Pekingu startovali jak v bazéně, tak i v maratónu ve veslařském kanále v Šun-i“ (R. Táborský, osobní archiv, 3. 4. 2012).

2.2 Technika plaveckého způsobu kraul

V dálkovém plavání se v dnešní době používá nejrychlejšího plaveckého způsobu a tím je jednoznačně kraul. Toto platí hlavně ve výkonnostním pojetí tohoto sportu, jinak pravidla dovolují plavat i jinými plaveckými způsoby například prsa, která jsou hojně využívána řadou méně zdatných plavců na jakékoli maratónské trati. Jsou i tací, kteří překonali slavný kanál La Manche plaveckým způsobem prsa.

Plavecké výkony ale ukazují, že kraul je v současnosti nejefektivnější plaveckou technikou. Horní končetiny se přenášejí vpřed vzduchem, kde mají nejmenší brzdící účinky. Dolní končetiny vykonávají kmitavé a vlnovité pohyby. Technika dýchání je velice efektivní, protože umožňuje zaujímat na hladině téměř vodorovnou polohu (Hofer et al., 2006). Pro svoji efektivitu je kraul využíván i v dalších sportech, v kterých se nachází plavání, jako je například triatlon (Čechovská & Miler, 2001).

Plavání v poloze na prsou se střídavými pohyby paží patřilo mezi nejstarší způsoby lidského pohybu ve vodě. Svědčí o tom různá zobrazení plavajícího člověka z egyptské i řecké éry. Člověk se pravděpodobně naučil plavat tím, že napodoboval pohyby zvířat ve vodě. Proto se první primitivní plavecká technika, takzvaný kraul bez vytahování paží, v mnoha jazycích světa nazývala pudl nebo čubička (Hofer et al., 2006).

K bouřlivému rozvoji plaveckého způsobu kraul přispělo především obnovení novodobých olympijských her. Na prvních olympijských hrách v Aténách a na dalších soutěžích v té době, bylo zařazeno pouze “plavání” a byla vždy vypsána pouze vzdálenost, kterou měli závodníci překonat. Každý tak vlastně plaval, jak uměl.

Nejrychlejší plavci té doby plavali technikou tzv. trudgeonu. První olympijský vítěz A. Hajos plaval vysoko zvednutou hlavou, střídavě zabíral pažemi, které přenášel vpřed vzduchem. Nohama prováděl nůžkovité záběry, které probíhaly přibližně ve vodorovných rovinách. Tělo plavce se přitom otáčelo z boku na bok (Hofer et al., 2006).

Plavci, kteří používali trudgeon si začínaly uvědomovat, že i tato technika není úplně bezchybná a že má závažné nedostatky. Hlavním problémem této techniky byla práce dolních končetin. Nůžkovitý záběr nohou sice udělovala plavci velké zrychlení, to však bylo zmařeno následným pohybem ve směru plavání. Počáteční etapa vývoje nejrychlejší plavecké techniky byla proto spojována s problematikou práce dolních končetin (Hofer et al., 2006).

Na druhých olympijských hrách v Paříži vzbudil velkou pozornost australský plavec Frederick Lane. Tento plavec jako první používal střídavé kopy nohama vertikálním směrem,

a to na jeden záběr paží, jeden kop nohou. Pohyb dolních končetin vycházel z kolenního kloubu. Tomuto provedení se začalo říkat australský kraul.

Vývoj techniky nohou dovršil havajský plavec v barvách Spojených států D. Kahanamoku, který zvítězil na olympijských hrách ve Stockholmu v roce 1912 (Hofer et al., 2006). Havajský plavec také prováděl kopy vertikálním směrem, ale pohyb končetin vycházel již z kyčelních kloubů, odkud se vlnovitě přenášel do uvolněných kotníků.

Nový typ kraulu dále rozvíjel trenér USA W. Bachrach se svými plavci. Jeho nejznámější svěřenec J. Weissmüller měl techniku kraulu, kde byla nápadnější vyšší poloha ramen, rytmické dýchání s výdechem do vody, relaxovaný přenos paží s šestiúderovou souhrou paží a nohou. Weissmüller též zdůrazňoval polohu téměř svislého předloktí při přenosu. Tento prvek je dnes rozšířen u trenérů nejen v USA, ale i ve všech plaveckých velmocích dnešní doby.

Převrat v technice plaveckého způsobu kraul, měli na svědomí australští trenéři v padesátých letech minulého století. Při rozboru kraulové techniky se především zaměřovali na činnost končetin a techniku záběru pod hladinou. To jim především umožňovala stále se zlepšující filmová technika.

Podle Hofera (2006, 27) „australští trenéři zasahovali jen při nejhrubších nedostacích plaveckých technik a umožňovali plavcům co nejvíce přirozený vývoj. Například rozkyv ramen, do té doby považovaný za chybu, umožnil plavcům zabírat v boční poloze, jejíž výhodnost byla zdůvodněna až později“.

Těchto zásad se dnes drží už i většina plaveckých trenérů na celém světě. Proto jsme v posledních letech svědky toho, že vynikajících výsledků dosahují plavci s rozdílnými způsoby techniky.

Technika plavání kraulu v závodech na otevřené vodě je svým způsobem specifická. Plavci nemají možnost orientovat se pomocí dna, jak tomu bývá při závodech v bazénu. Jsou tak nuceni k prováděným pohybům hlavy do strany při nádechu, přidat ještě jeden pohyb hlavou navíc. Tento pohyb se provádí mezi nádechy, nebo namísto jednoho nádechu, a to zvednutím hlavy směrem nahoru tak, aby byl plavec schopný podívat se před sebe a tím určovat správný směr plavání. Frekvence těchto pohybů se u každého plavce liší. Záleží také na tom, v jaké části startovního pole se plavec nachází. Je-li například na špici startovního pole je nucen udávat směr a bude proto častěji zvedat hlavu pro určení směru než plavci, kteří jedou v závěsu za ním. V některých závodech dálkového plavání má první plavec usnadněnou pozici tím, že před ním jede takzvaný „vodič“ (lodička, kajak). Ale i tak musí první plavec hlídat polohu vodiče a je nucen častěji vyndávat hlavu z vody než ostatní plavci.

2.3 Vytrvalost

Dálkové plavání patří bezesporu mezi vytrvalostní sporty. V některých případech se dá mluvit i o extrémním vytrvaleckém sportu.

Podle Dovalila (1992, 212) je vytrvalost definována jako „pohybová schopnost provádět déletrvající tělesnou činnost na určité úrovni, aniž by se snížila efektivita této činnosti“. Jinými slovy můžeme říct, že sportovec je danou dobu v pohybu, při kterém intenzita pohybu výrazně neklesá. Ale s prodlužováním doby trvání dané činnosti její intenzita nutně klesá a naopak v kratším časovém úseku lze vyvíjet vyšší intenzitu dané činnosti (Dovalil et al., 1992). Srozumitelněji řečeno vytrvalost je schopnost odolávat únavě (Rychetský, 2004).

Používáme-li pojem „vytrvalost“ je důležité rozlišovat délku sportovního výkonu. Vytrvalostní schopnost není univerzální pojem, a proto rozlišujeme krátkodobou, středně dobou a dlouhodobou vytrvalost (Neumann et al., 2005). V plavání chápeme jako krátkodobou vytrvalost závod na 50, 100 a v některých případech 200m. Střednědobá vytrvalost jsou závody na tratích 200m a 400m. A jako dlouhodobou vytrvalost bereme závody na tratích od 800m a 1500m do 25km a více (Neumann et al., 2005). Dále pak rozlišujeme vytrvalost obecnou (schopnost snášet zatížení nízké intenzity po teoreticky neomezenou dobu) a vytrvalost speciální (podávání maximálního výkonu i v únavě).

Předpokladem vysokého rozvoje vytrvalostních schopností je především výkonnost srdečně - cévní a dýchací soustavy. Proto u plavců na dlouhé tratě, a vytrvalců obecně, můžeme posuzovat vytrvalostní schopnosti podle hodnot maximální kyslíkové spotřeby - VO_{2max} (Jeřábek, 2008). VO_{2max} nám udává výši kyslíku spotřebovanou v mililitrech na kilogram tělesné hmotnosti za minutu. Čím vyšší číslo, tím více kyslíku se dostane do svalů a tím rychleji a déle dokážeme např. plavat nebo provádět jinou fyzickou aktivitu.

2.4 Dálkové plavání

Člověk se může v odborné literatuře, či ve sdělovacích prostředcích setkat s pojmy jako je dálkové plavání, plavání na otevřené vodě nebo maratón. V podstatě se jedná o to samé, jen s malými rozdíly.

Plavání na otevřené vodě "Open water swimming" je v pravidlech popsáno jako: „jakýkoli závod, který se uskuteční v řece, moři, jezeře nebo vodním kanále s výjimkou závodu na 10 kilometrů“ (ČSPS 2012, STD pro dálkové plavání, 6).

Přičemž závod na deset kilometrů je označován jako maratón: „Marathón (MARATHON SWIMMING) je definován jako jakýkoli závod na otevřené vodě na 10 km a delší“ (ČSPS 2012, STD pro dálkové plavání, 6).

A sportovně technické dokumenty pro dálkové plavání (ČSPS 2012, 6) uvádějí: „pro všechny soutěže...se v České republice uvádí souhrnný název DÁLKOVÉ PLAVÁNÍ“.

2.4.1 Tratě

V České republice se konají závody na otevřené vodě na tratích 1 km, 3 km, 5 km, 10 km, 20 km nebo 25 km. Na distančních tratích, které přesahují disciplíny vypisované a pořádané sekci plavání, se v České republice vypisují a pořádají také v bazénech a to především na tratích 3 km, 5 km, 10 km, 15 km, 20 km nebo 25 km. Zde se používají v přiměřené míře pravidla "bazénového" plavání (ČSPS 2012, STD pro dálkové plavání).

Na mistrovství světa a soutěžích pořádaných FINA se plavou tratě 5 km, 10 km a 25 km, převážně na okruzích, které musejí mít 1/10 délky plavané vzdálenosti, a to jak ve sladké tak slané vodě.

V České republice se uvedené tratě mohou plavat buďto na jednosměrné trati nebo obousměrné trati nebo na okruzích. Přičemž okruh musí mít délku nejméně 1/10 délky plavané vzdálenosti (ČSPS 2012, STD pro dálkové plavání).

Každá trať, jednosměrná, obousměrná nebo okruh, musí být viditelně označena. Pro označení trati se nejčastěji používají bóje pestrých barev. Bóje ve většině případů označují místo, kde závodník mění směr plavání. Tyto bóje musí být pevně ukotveny, aby s nimi nemohl hýbat silnější proud nebo vítr, popřípadě při závodech konaných v moři, příliv a odliv. U každé bóje označující změnu směru trasy musí být zřetelně označeno plavidlo nebo plošina s obrátkovým rozhodčím. Toto označené plavidlo nebo plošina musí být postavena a

řádně ukotvena tak, aby plavcům nebránila ve výhledu na obrátku (ČSPS 2012, STD pro dálkové plavání).

V dnešní době se převážně plavou závody na otevřené vodě na vyznačených okruzích. Jednak především kvůli bezpečnosti závodníků, ale také kvůli zatraktivnění závodů pro diváky.

Cíl závodu neboli poslední úsek plavané trati, musí být vyznačen značkami výrazné barvy. Podle pravidel ČSPS (2012, STD pro dálkové plavání 13): „cíl musí být jasně vymezen a označen svislou rovinou“.

V praxi to znamená, že plavci doplávající do cíle jsou navedeni do koridoru, ohraničeného plaveckou dráhou a zakončeného bránou s dotykovými deskami, na které závodníci dohmatávají.

2.4.2 Bezpečnost závodů

Zabezpečení závodů na otevřené vodě prošlo za poslední roky velkými změnami. Změny hlavně z pohledu zpřísnění zabezpečujících pravidel pro závod. Událo se tak nejen protože se dálkové plavání stalo olympijským sportem, ale k přísnějším zabezpečujícím opatřením přispěla především smutná událost, která se stala na světovém poháru v roce 2010, smrt amerického plavce Francise Crippena.

Podle zprávy organizace FINA zemřel Francis Crippen v sobotu 23. října v roce 2010 na následky „celkového vyčerpání, přehřátí a dehydrataci“ (www.fina.org).

Jedno z hlavních pravidel dálkového plavání zní: „Nikdy neplav sám“ (Dean, 1998). Na trati by měl být vždy někdo, kdo by dohlížel na konkrétního plavce. Vedle rozhodčích je to především trenér plavce, který by měl mít svého závodníka během závodu stále na očích. Dnes už je běžné, že před prvním závodníkem jede na kajaku tzv. vodič, který má funkci nejen ohlídat osamocенého plavce na čele v „úniku“, ale také slouží plavcům jako prostředek pro lepší orientaci v závodě.

Samozřejmostí je povinnost pořadatele každého závodu zajistit přítomnost vodní záchranné služby a lékaře.

Z důvodu bezpečnosti se téměř všechny závody mistrovství světa a soutěže FINA plavou na okruzích. Stejně tak závody Českého poháru v dálkovém plavání. Trasa vedená po okruhu musí být vytyčená tak, aby vzdálenost mezi plavcem a místem okamžitého výstupu z vody na břeh nebyla větší než 100 m, respektive u kategorií žákovských 50 m. V pravidlech ČSPS (2012, 10) stojí že: „v závodech vedených po jednosměrné trase delší než 5 km, nebo

vedených po okruhu delším než 2,5 km, nebo vedených tak, že plavec se může vzdálit od místa možného výstupu více než 100 m, a to zvláště při zhoršených klimatických podmínkách, je nutné, aby každý závodník byl doprovázen loďkou s doprovodníkem...“

Světová federace FINA má ve svých pravidlech určeno, že soutěže konané FINA se můžou plavat ve vodě, která má teplotu nejméně 16°C. Při závodech Českého poháru v dálkovém plavání je povoleno plavat ve vodě o teplotě minimálně 14°C. Přičemž při teplotě vody pod 16°C se může plavat maximálně 10 km a při teplotě vody pod 15°C se může plavat maximálně 5 km (ČSPS 2012, STD pro dálkové plavání). V obou případech se jedná o závody pořádané v kategoriích mužů a žen.

Při závodech mládeže v ČR platí podle pravidel ČSPS (2012, STD pro dálkové plavání, 11) následující omezení (Tabulka 1): „při teplotách pod 16°C nejsou závody žákovských kategorií povoleny a dorostenecké kategorie mohou plavat maximálně 2,5 km. Při teplotách pod 15°C nejsou povoleny ani závody dorosteneckých kategorií“.

Tabulka 1. Úprava tratí u závodů mládeže při minimálních teplotách

Kategorie mládeže	Průměrná teplota vody			
	≥18°C	16.0-17.9°C	15.-15.9°C	<15°C
Dorost	25 km	25 km	2,5 km	×
St. žactvo	5 km	50 %	×	×
ML. žactvo	3 km	50 %	×	×

K bezpečnosti v závodech na otevřené vodě v neposlední řadě přispělo také zavedení časových čipů (timing chips). Tento čip nejen že umožňuje měřit přesněji čas daného plavce, ale umožňuje především rozhodčím, mít větší přehled o všech závodnících, kteří proplavali snímací bránou. Nejnovější čipy v sobě mají zařízení GPS (Global Positioning System), které umožňuje sledovat pohyb závodníka po celou dobu závodu.

2.4.3 Závod

Každý závod začíná popisováním zúčastněných závodníků. Každý závodník musí mít na zádech a na alespoň jednom rameni čitelně napsáno voděodolnou barvou (ČSPS 2012, STD pro dálkové plavání) svoje startovní číslo, které mu je přiděleno. Ke svému číslu obdrží závodník časový čip.

V českém poháru závodníci startují převážně s jedním čipem připevněným na libovolně zvolené ruce. V případě ztráty čipu je závodník diskvalifikován. Na světových

soutěžích se používají čipy dva, na každou ruku jeden, přičemž při ztrátě čipu má závodník možnost požádat rozhodčího na doprovodné lodi o náhradní. Při projetí cílem bez čipu hrozí závodníkovi diskvalifikace ze závodu (FINA 2012, OWS rules).

Následuje prezentace závodníků, u které hlavní rozhodčí naposled kontroluje správnost čísla závodníka.

Trat'ový rozhodčí informuje závodníky o čase zbývajícím do startu ve vhodně zvolených intervalech. V posledních pěti minutách v minutových intervalech (ČSPS 2012, STD pro dálkové plavání). Podle pravidel ČSPS (2012, STD pro dálkové plavání, 10) „všechny závody na otevřené vodě musí být zahájeny startem, při kterém stojí všichni závodníci na pevné plošině nebo ve vodě hluboké tak, aby mohli na startovní signál zahájit závod“. Při startování z pevné plošiny, což je na mistrovství světa a olympijských hrách povinné (FINA, 2012), určuje se místo plavce na plošině losem.

Při startu z vody musí být startovní čára zřetelně označena zařízením nad hlavami závodníků nebo odstranitelným zařízením na hladině (ČSPS 2012, STD pro dálkové plavání).

Start závodu může být hromadný i intervalový. Na mistrovství světa se hromadný start používá na tratích 25 km a na olympijské trati 10 km. Na trati 5 km se často přistupuje ke startu intervalovým způsobem. Při větším počtu startujících je dovoleno odstartovat zvlášť muže a zvlášť ženy, přičemž muži startují vždy před ženami.

Při závodech na otevřené vodě se plave volným způsobem. Během samotného závodu může být závodník diskvalifikován. Diskvalifikaci předchází diskvalifikační procedura, která se použije, pokud podle pravidel ČSPS (2012, STD pro dálkové plavání, 11) „plavec nebo jeho doprovodné plavidlo, podle názoru vrchního rozhodčího nebo jeho zástupce, získává výhodu překážením jinému plavci, úmyslnou srážkou či záměrným kontaktem s jiným plavcem, udáváním tempa jinou osobou, vezením se či taháním....“. V tomto případě musí být zvednuta žlutá vlajka s číslem závodníka oznamující plavci přestupek (ČSPS 2012, STD pro dálkové plavání)

Při druhém přestupku, musí vrchní rozhodčí zvednout červenou vlajku s číslem závodníka. Dává tím závodníkovi najevo, že se dopustil druhého přestupku proti pravidlům. Tímto je závodník diskvalifikován a musí okamžitě ukončit závod a neprodleně opustit vodu.

Plavec se v závodě nesmí dotýkat doprovodné lodi, ani posádky, která mu podává občerstvení. V případě kdy nejsou v závodě použity doprovodné lodě, je pro občerstvení vyhrazena plošina, většinou molo, kterého se plavec taktéž nemůže dotýkat. Plavec má však povoleno stoupnout si, nesmí však chodit či se odrážet ode dna.

Vrchní rozhodčí může závod kdykoliv ukončit. Ve většině případů to bývá kvůli bezpečnosti při nepříznivých klimatických podmínkách. Jestliže se přeruší závod, který je kratší než 10 km, bude závod opět zahájen od začátku v nejbližší možné době. Je-li přerušen závod delší než 10 km, kde vedoucí závodník dokončil minimálně $\frac{3}{4}$ závodu, bude konečné pořadí určeno vrchním rozhodčím. Pokud závodník nedokončil $\frac{3}{4}$ závodu, bude závod opět zahájen od začátku v nejbližší možné době (ČSPS 2012, STD pro dálkové plavání).

Prostor cíle musí být zajištěn řadami bójí nebo dráhou používanou při závodech v bazénu. Tento prostor se postupně směrem k cíli závodu zužuje. Za cíl je považovaná svislá stěna nebo brána, kterou plavci mohou proplout, přičemž musí dohmátnout na dotykovou desku upoutanou nad hladinou, jestliže je používána elektronická časomíra. Při vystupování z vody mohou plavci požadovat pomoc. Je povoleno se závodníkům dotýkat nebo je vytahovat z vody až tehdy, jestliže je zřejmé, že pomoc potřebují. Po vylezení z vody musí každého závodníka prohlídnout některý z členů zdravotnického týmu. Závodník po dokončení závodu musí mít okamžitý přístup k občerstvení (ČSPS 2012, STD pro dálkové plavání).

2.4.4 Občerstvování během závodu

Nejdříve je třeba si uvědomit, že v závislosti na délce trati, začíná doplňování energie už i několik dní před samotným závodem. Potraviny konzumované večer před závodem a v den závodu by plavci měli sedět a měl by je mít ozkoušené. V žádném případě by se neměl plavec pouštět do nevyzkoušených jídel a nápojů (Skolnik, 2011).

Stejně jako ve většině vytrvalostních sportů, tak i v dálkovém plavání je nutné během závodu doplňovat energii. Na kratších tratích jako jsou 3 km nebo 5 km to nutné není, protože nejlepší plavci jsou schopni 5 km uplavat pod 55 minut, což doplňování potřebných živin úplně nevyžaduje. Občerstvovat se zpravidla začíná v závodech na 10 km a výše.

V ideálním případě by měl plavec doplňovat stejné množství tekutin, které ztratí při dlouhotrvajícím výkonu. Vytrvalost můžeme zlepšit především konzumací sacharidů po první hodině výkonu (Clark, 2009).

K doplňování energie se v dnešní době používají již běžně prodejné energetické produkty, kterých je na českém trhu bezpočet. Používají se klasické iontové nápoje, buď to jako tekutý koncentrát nebo prášek, který si sám plavec namíchá s vodou podle potřeby. Dále jsou nejčastěji používány energetické gely, energetické tyčinky, různé přípravky, které jsou pro lepší použití a vstřebatelnost v závodě stlačené do tabletek různých tvarů a velikostí.

Na delší tratě jako například 25 km není výjimkou, když si plavec poručí například obyčejný teplý čaj nebo trochu vývaru. V oblibě jsou i banány a čokoláda.

V případě závodů na světové úrovni, jako je například mistrovství světa nebo světový pohár, je však způsob občerstvování na velice vysoké úrovni a samo občerstvování plavce zaujímá důležitou část v taktice závodu. Plavec si musí předem s trenérem naplánovat, kdy a co bude chtít závodník jíst a pít. Přičemž záleží na délce a profilu trati a jestli je postavené občerstvovací molo nebo zda se používají doprovodné lodě.

Jako základ občerstvování při závodě, je to, co si závodník veze s sebou zastrčené za plavkami. Z pravidla to bývají pytlíčky s gelem. Závodníci si každý podle svého uvážení berou různý počet gelů, podle toho jak dlouhá je trať, kde se nachází občerstvovací molo nebo čistě jen z důvodu, kdyby jeden gel ztratili ať už při startu nebo z jakéhokoliv jiného důvodu.

Další část občerstvování spočívá v tom, co plavec dostane od svého trenéra z mola anebo z doprovodné lodě. Jelikož je v pravidlech zakázáno, aby se závodník dotýkal mola, doprovodné lodě nebo přímo svého trenéra nebo jiného člena týmu, používají trenéři pro občerstvování občerstvovací tyč “feeding stick“ (www.10kswim.com). Pro lepší orientaci plavce mívají trenéři na konci tyče navázanu státní vlajku (Obrázek 1). Trenér závodníka, kterého občerstvuje, si musí dávat pozor, protože na občerstvovacím molu bývá někdy opravdu málo místa a spadne-li trenér do vody, je jeho závodník diskvalifikován (www.10kswim.com).



Obrázek 1. Občerstvovací tyče s národními vlajkami (www.10kswim.com, 2012)

Podle internetového portálu 10kswim.com existují 4 pravidla pro občerstvování, které by měl závodník perfektně zvládat.

První pravidlo zní: „vyhledat místo“. Závodník musí být schopný co nejrychleji zorientovat se a najít v davu svého trenéra s připravenou občerstvovací tyčí.

Druhé pravidlo zní: „vezmi a otoč“ (obrázek 2). Závodník by měl bez problémů umět uchopit kelímek tak aby se příliš nezdržoval. Právě uchopení kelímku je nejkritičtější místo

v občerstvování. Jestli závodník kelímek upustí, je příliš zdlouhavé dávat mu nový. Většinou takový závodník pokračuje dál bez občerstvení, což může znamenat, že mu bude chybět důležitá energie do další části závodu. Při uchopení kelímku se závodník otáčí na záda, aby mohl „jídlo“ spolknout.



Obrázek 2. Občerstvování závodníka (www.10kswim.com, 2012)

Třetí pravidlo zní: „polkni a jed“¹. Závodník v poloze na zádech polyká obsah kelímku, přitom se stále pohybuje vpřed. Spolknutí takového sousta trvá plavcům přibližně 2-4 záběry v poloze na znak.

Čtvrté pravidlo zní: „zahod' a otoč se zpět“². Závodník v této poslední fázi zahazuje kelímek, snaží se dojíst vše, co dostal v kelímku a obrací se zpět na břicho a pokračuje dále v plavání. Někteří závodníci svůj kelímek vrací zpátky trenérovi.

Trenér v tomto rychlém procesu může svého závodníka informovat o důležitých věcech, jako je například jeho současné pořadí nebo jaký má aktuální mezičas. Tyto informace musí být však velice stručné a jasné.

2.4.5 Plavky

Vývoj plavek byl pro plavání a především samotné plavce v posledních letech dost zásadní. Podíváme-li se o několik desítek let zpátky do historie, zjistíme, že první podstatný převrat v oblasti vývoje plavek nastal v 70. letech minulého století.

Do popředí se tehdy začínají dostávat nové plavky, které jsou jinak střižené, přiléhavé a z nových materiálů. Byly to první plavky, které měly usnadňovat pohyb vpřed. Průkopníkem těchto „plavek pro plavce“ byla firma Arena, jejímž zakladatelem byl Horst Dassler (www.arenashop.cz).

Jedním z prvních závodníků, kteří závodili v plavkách Arena, byl Mark Spitz. Ten získal v roce 1972 na Olympijských hrách v Mnichově sedm zlatých medailí.

Největším konkurentem značky Arena byla a je světová značka Speedo. Jejím zakladatelem byl Alexander MacRae, který v roce 1914 založil firmu na výrobu plavek MacRae Hosiery Manufacturer. V roce 1928 MacRae přišel na trh s tehdy revolučními plavkami a s reklamním sloganem „SPEED ON IN YOUR SPEEDOS“ („Zrychli ve tvých Speedech“). Od tohoto roku se datuje oficiální používání názvu Speedo (www.speedo.com).

Obě tyto značky v průběhu let zdokonalují svoje technologie a objevují se první plavky odolné vůči chloru. U značky Speedo je to například řada plavek Endurance. Tuto vlastnost oceňují plavci především v tréninku.

Dalším mezním rokem pro plavecký sport je rok 2000 a s ním Olympijské hry v Sydney. Zde představily značky Arena a Speedo svoje nejnovější produkty a to plavecké kombinézy z textilních materiálů Arena Powerskin a Speedo Fastskin.

Plavci se představili v kombinézách, které v některých případech zakrývaly skoro celé tělo plavce, kromě dlaní a kotníků. Dalšími modely byly například kombinézy pouze od kotníků do pasu: „kalhoty“ nebo kombinézy od kolen k ramenům.

Tyto nové plavecké kombinézy byly vyrobeny z textilních vláken, jejichž skládání do vrstev bylo největším tajemstvím obou konkurenčních značek. Plavky měly pomáhat proudění vody kolem plavcova těla, díky střihu a pevnosti látky tvarovat plavcovo tělo a měly zvyšovat vztlak těla díky voděvzdornosti používaného vlákna a to všechno mělo mít za následek zrychlení plavce.

Je dobré si připomenout fenomenálního plavce Iana Thorpa, který v Sydney startoval v celotělových plavkách značky Adidas a získal s jejich pomocí pět medailí.

Ve stejné době, kdy se v bazénu začali objevovat první plavecké kombinézy, začínají se samozřejmě používat i v plavání na otevřené vodě.

V dalších letech firma Speedo zdokonalovala svoje plavky až do doby, kdy v roce 2008 představila revoluční plavky typu LZR (podle nového druhu materiálu LZR Pulse).

Tento typ plavek, měl jako první prvky z polyuretanového materiálu a to na nejvíce vytížených místech: na prsou, břichu, stehnech a hýždích. V těchto plavkách začínají padat rekordy, které nebyly překonány i několik let. V těchto plavkách získal Michael Phelps na Olympijských hrách v Pekingu jako první v historii 8 zlatých medailí. Z toho bylo sedm světových rekordů. Nutno podotknout, že období enormního překonávání rekordů, které začali plavci v plavkách LZR, byla teprve na úplném začátku.

Na trh se závodními plavkami se začíná dostávat do popředí značka Blueseventy, která se do té doby zabývala spíše vybavením pro triatlon, konkrétně výrobou neoprenů. Blueseventy již dříve a to v roce 2007 (www.blueseventy.com) vyrobila plavky

z polyuretanu, které byly určeny pro závody na otevřené vodě. Ty se ovšem moc neprodávaly, protože plavci dávali přednost známějším značkám Arena a Speedo, které tou dobou vyráběly plavky stále z textilních materiálů.

„Boom“ polyuretanových „gumových“ plavek tedy odstartovaly plavky LZR. Značka Blueseventy využila svých zkušeností a přišla jako první s „gumovými“ plaveckými kombinézami, které byly vyrobeny přímo jak pro bazénové závody, tak i pro závody na otevřené vodě. Tyto plavky přinesly největší revoluci v plavání.

Plavky kompletně z polyuretanových materiálů, přinášely plavcům úplně nové vnímání vody. Díky jejich velké voděvzdornosti poskytovaly i vyšší vztlak, tudíž i lepší polohu ve vodě.

Jako odpověď na plavky od Blueseventy, přišly na trh i nové značky jako například Jacked a nebo známá značka Arena s plavkami řady X-glide, také kompletně z polyuretanových materiálů.

Největším vrcholem pro „gumové“ plavecké kombinézy bylo Mistrovství světa v Římě v roce 2009, kde se sešly reprezentace zemí kompletně vybavených polyuretanovými plavkami. Na tomto mistrovství padlo neuvěřitelných 43 světových rekordů.

Do té doby stále diskutovaná otázka zda mají plavci v „gumových“ plavkách výhodu byla tedy zodpovězena. Na toto zareagovala organizace FINA zprávou pro list New York Times: „...plavání bylo tradičně sportem, kdy vybavení bylo až na druhém místě za talentem a odhodláním. S modely zavedenými v roce 2008 se však vybavení dostalo do popředí. Umožnilo méně schopným plavcům soutěžit s těmi nejlepšími, největšími dřiči. Proto máme mandát ke změně“ (www.sport.idnes.cz). Změna přišla v podobě nových pravidel, které organizace FINA projednala na zasedání v září roku 2009 v Dubaji (www.fina.org). FINA zavedla pravidlo, podle kterého museli výrobci nechat svoje plavky laboratorně testovat, jestliže chtěli, aby jejich plavky mohly být používány na plaveckých soutěžích. Testoval se především materiál, tloušťka materiálu, vztlak plavek, jejich nepropustnost a jiné parametry. Na základě testů daných parametrů plavek, byly některé plavky zakázány a byl vydán seznam plavek povolených pro závody v bazénu a na otevřené vodě.

Dále se k tomuto pravidlu přidávaly plavecké federace s poznatkem, aby na Mistrovství Evropy v Istanbulu v prosinci roku 2009, byly plavcům zakázány starty v polyuretanových plavkách a mohly se používat pouze plavecké kombinézy textilní. Tento požadavek plavecké federace odůvodňovaly tím, že nemá cenu dále posouvat hranice rekordů v plavkách, které se chystá FINA do budoucna zakázat. FINA na toto pravidlo přistoupila a vydala tehdy ještě neoficiální zákaz „gumových“ plavek.

Oficiálním se pravidlo o zákazu polyuretanových plavek stalo 1. 1. 2010. V novém pravidlu se jednalo o to, že muži musí plavat v textilních plavkách od pasu nad kolena a ženy musí mít odhalená ramena a paže a plavky, pouze textilní, mohou sahat také pouze nad kolena. Nové schválené plavky organizací FINA musí mít nově na zadní straně plavek registrační známku FINA. Tím pádem byl dán zákaz používání všech plaveckých kombinéz jak z polyuretanu, tak i z textilu.

Dá se říci, že tímto pravidlem se plavání dostalo o několik let zpátky. Plavecký svět se nad tímto pravidlem rozdělil na několik táborů. Někteří pravidlo přijali jako pravidlo, které plavání pomůže zachovat jistou tradičnost, jiní argumentovali tím, že každý sport prochází technickým vývojem, tak proč zrovna v plavání tomu bránit.

Nastala také otázka co s rekordy, zaplavanými v „gumových“ plavkách. Někteří žádali organizaci FINA, aby byly tyto rekordy anulovány, protože nebude možné tyto rekordy už nikdy překonat. Rekordy však zůstaly a dnes již víme, že rekordy z éry rychlých plavek překonat jdou. Přesvědčil nás o tom jako první americký plavec Ryan Lochte, který na Mistrovství světa v Dubaji (16. 12. 2010) překonal světový rekord na trati 400 m polohový závod a hned druhý den toto zopakoval na poloviční trati (www.fina.org).

Pravidlo FINA z 1. 1. 2010 se samozřejmě týkalo i závodů plavaných na otevřené vodě. Avšak toto pravidlo o zákazu plaveckých polyuretanových kombinéz bylo 16. 1. 2010 pro dálkové plavání organizací FINA upraveno (www.fina.org). Upravené pravidlo uvádí, že plavci na otevřené vodě mohou závodit v plavecké kombinéze, která je vyrobena z textilních materiálů. Kombinéza nesmí být na zádech opatřena zipem, plavec používající tuto kombinézu musí mít odhalená ramena a paže a kombinéza musí sahat maximálně nad kotníky. Samozřejmostí je registrační známka na zadní straně plavek.

Tato výjimka vznikla na základě především ochranného prvku plavecké kombinézy. Plavce na otevřené vodě chrání například částečně před žahnutím medúzy, plave-li se v moři, nebo přímo před účinky samotné mořské vody (odřeniny). Někteří plavci uvádějí, že jim plavecká kombinéza pomáhá i při nepříznivých klimatických podmínkách (studená voda).

Co se týče budoucnosti plavek, není úplně vyloučené, že FINA opět změní názor a zakázané plavky opět povolí, ale o tomto můžeme pouze spekulovat. Jinak přední značky výroby plavek Arena a Speedo nadále vylepšují své technologie a textilní plavky podléhají neustálým inovativním změnám. Například firma Arena přišla s novými plavkami, které mají v textilní struktuře plavek vetkána karbonová vlákna (www.plaveckyblog.cz) anebo firma Speedo pro olympijský rok vydala novou řadu plavek typu Fastskin, ke kterým je prodáván „komplet“ s plaveckou čepičkou a, podle firmy Speedo, revolučními plaveckými brýlemi.

3. CÍLE

Dálkové plavání jako každý sport procházelo a stále prochází určitým vývojem. Zatím největším dosaženým vývojovým vrcholem plavání na otevřených vodách je bezesporu to, že se dálkové plavání objevilo v roce 2008 na Olympijských hrách v Pekingu.

Mým hlavním cílem v práci je dokázat tento vývoj na výsledcích z konaných mistrovství světa před Olympijskými hrami v Pekingu. Počínaje mistrovstvím světa v dálkovém plavání v roce 1991.

Chtěl bych se pokusit dokázat vývoj tohoto sportu jak z hlediska zvyšujícího se počtu startujících závodníků na těchto mistrovstvích světa, tak i z hlediska stále lepších výkonů závodníků jak zahraničních, tak i reprezentantů České republiky. Z celkových výsledků mistrovství světa bych chtěl vyzdvihnout olympijskou trať na 10 km. Zabývat se budu i umístováním českých reprezentantů v celkovém pořadí startovního pole.

Mám za to, že zvyšující se četnost startovního pole na závodech mistrovství světa je důkazem světového vývoje dálkového plavání. Stejně tak zlepšující se výkony světové špičky v dálkovém plavání by měly odrážet vývoj daného sportu a lepší výsledky našich reprezentantů ve stoupající konkurenci by měly poukazovat na stále zvyšující se úroveň dálkového plavání v České republice.

4. METODIKA

Problematicke dálkového plavání se v České republice příliš publikací nevěnuje. Díky tomu není k dispozici větší množství tištěné literatury na toto téma. Většina knih zabývajících se dálkovým plaváním nebo otužilectvím se vztahují více méně pouze k samotným přeplavbám kanálu La Manche. Většina těchto publikací je přímo psána účastníky přeplaveb.

O něco lepší je to pak s informacemi na internetu. Existují především zahraniční weby, které se přímo věnují plavání na otevřené vodě. V České republice je to internetový portál www.plavani.info, který je spravován přímo sekci dálkového plavání, a jsou na něm zveřejňovány aktuální i historické informace o českém dálkovém plavání a českých reprezentantů v dálkovém plavání. Stejně tak jsou na tomto webu k dispozici aktuální výsledky českých i zahraničních plavců.

Avšak moje práce vznikala hlavně za pomoci dálkoplaveckých nadšenců, kteří z vlastní iniciativy schraňují informace o dálkovém plavání ať už historické nebo současné. V teoretické části jsem čerpal především z osobních archivů Ing. Radka Táborského, v praktické pak především z archivu Mgr. Tomáše Neterdy a osobního archivu Ing. Vladimíra Srba.

5. VÝSLEDKY

Roku 1991 je poprvé přidán do programu mistrovství světa v plavání (FINA World Championships) k ostatním FINA disciplinám závod na 25 km. Od tohoto roku se na každém mistrovství světa v plavání objevuje trať 25 km. Od roku 1998 se přidává i 5km trať a v roce 2001 se na mistrovství světa v plavání plavou již všechny disciplíny, tak jak je známe dnes 5 km, 10 km, 25 km. Mistrovství světa v plavání (FINA World Championships) se od roku 2001 plave každý lichý rok.

Od roku 2000 organizace FINA pořádá mistrovství světa v dálkovém plavání (FINA Open Swimming Championships). Pořádá se vždy mezi mistrovstvím světa v plavání, tedy každý sudý rok. Plavou se pouze disciplíny na otevřené vodě 5 km, 10 km a 25 km.

Tabulka 2. Přehled Mistrovství světa

Rok konání	Místo konání	Tratě
1991	PERTH (AUS)	25 km
1994	ŘÍM (ITA)	25 km
1998	PERTH (AUS)	5 km, 25 km
2000	HONOLULU (USA)*	5 km, 10 km, 25 km
2001	FUKUOKA (JPN)	5 km, 10 km, 25 km
2002	SHARM EL SHEIKH (EGY)*	5 km, 10 km, 25 km
2003	BARCELONA (ESP)	5 km, 10 km, 25 km
2004	DUBAI (UAE)*	5 km, 10 km, 25 km
2005	MONTREAL (CAN)	5 km, 10 km, 25 km
2006	NEAPOL (ITA)*	5 km, 10 km, 25 km
2007	MELBOURNE (AUS)	5 km, 10 km, 25 km
2008	SEVILLA (ESP)*	5 km, 10 km, 25 km

* Mistrovství světa v dálkovém plavání (*FINA Open Swimming Championships*)

5.1 Mistrovství světa v plavání (FINA World Championships)

Tuto kapitolu zakončím Mistrovstvím světa v plavání v roce 2007, které se konalo v Melbourne a bylo posledním Mistrovstvím světa v plavání před Olympijskými hrami v Pekingu v roce 2008.

5.1.1 1991 - Perth, Austrálie

První mistrovství světa, které se konalo pod organizací FINA. Zúčastnili se tři čeští reprezentanti - Michal Šanda, Michal Špaček a Lenka Pacáková. Plavalo se v moři, které mělo teplotu 26°C. Vypsána byla trať na 25 km.

V tabulce je uvedeno jméno reprezentanta, zaplavaný čas a jeho umístění. Dále pak uvádím pro srovnání čas prvního závodníka, čas posledního závodníka a počet startujících.

Tabulka 3. Mistrovství světa v plavání - Perth, Austrálie, 1991. Ženy

Trať	Jméno	Umístění	Čas			Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
25 km	Lenka Pacáková	8.	5:57:34		1.	5:21:04	19.	7:23:01	19

Tabulka 4. Mistrovství světa v plavání - Perth, Austrálie, 1991. Muži

Trať	Jméno	Umístění	Čas			Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
25 km	Michal Šanda	13.	5:31:33		1.	5:01:45	6.	7:26:40	26
	Michal Špaček	14.	5:46:23						

5.1.2 1994 – Řím (Terracina), Itálie

Druhého mistrovství světa se zúčastnili čtyři naši reprezentanti. Dva muži, Michael Drozd a Richard Kamaz. A dvě ženy, Yvetta Hlaváčová a Lenka Pacáková.

Byla opět vypsána jediná trať na 25 km. Plavalo se v moři.

Tabulka 5. Mistrovství světa v plavání - Řím, Itálie, 1994. Ženy

Trať	Jméno	Umístění	Čas			Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
25 km	Yvetta Hlaváčová	17.	6:34:40		1.	5:47:55	28.	7:10:18	32
	Lenka Pacáková	×	nedoplavala						

Tabulka 6. Mistrovství světa v plavání - Řím, Itálie, 1994. Muži

Trat'	Jméno	Umístění	Čas		Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
25 km	Michael Drozd	12.	5:47:54	1.	5:35:26	30.	6:27:18	34
	Richard Kamas	27.	6:15:36					

5.1.3 1998 – Perth, Austrálie

Na tomto mistrovství světa jsme měli slabší zastoupení a to v podobě jedné reprezentantky Radky Nechmačové.

Vypsána byla nově trat' na 5 km, které se však naše reprezentantka nezúčastnila. Klasikou byla trat' na 25 km. Plavalo se v moři při teplotě vody 25°C.

Tabulka 7. Mistrovství světa v plavání - Perth, Austrálie, 1998. Ženy

Trat'	Jméno	Umístění	Čas		Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
5 km	Bez české účasti			1.	59:23	22.	1:30:25	22
25 km	Radka Nechmačová	14.	6:09:53	1.	5:31:20	17.	6:26:27	17

Tabulka 8. Mistrovství světa v plavání - Perth, Austrálie, 1998. Muži

Trat'	Jméno	Umístění	Čas		Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
5 km	Bez české účasti			1.	55:18	26.	1:39:49	26
25 km	Bez české účasti			1.	5:05:42	26.	6:25:55	31

5.1.4 2001 – Fukuoka, Japonsko

První mistrovství světa, kde se plavaly již všechny dálkoplavecké tratě, 5 km, 10 km i 25 km. Zastoupení jsme měli na všech tratích. Za naši zemi startovali tři reprezentanti. Pavel Srb, Rostislav Vítek, a Yvetta Hlaváčová.

Tabulka 9. Mistrovství světa v plavání - Fukuoka, Japonsko, 2001. Ženy

Trat'	Jméno	Umístění	Čas		Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
5 km	Yvetta Hlaváčová	×	nedoplavala	1.	1:00:23	26.	1:19:50	28
10 km	Yvetta Hlaváčová	×	nedoplavala	1.	2:17:32	22.	2:50:52	25
25 km	Yvetta Hlaváčová	8.	6:36:22	1.	5:56:51	11.	7:07:22	14

Tabulka 10. Mistrovství světa v plavání - Fukuoka, Japonsko, 2001. Muži

Trať	Jméno	Umístění	Čas		Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
5 km	Pavel Srb	24.	59:20	1.	55:37	30.	1:08:13	32
10 km	Rostislav Vítek	20.	2:10:16	1.	2:01:04	24.	2:24:30	28
25 km	Pavel Srb	14.	5:42:49	1.	5:25:32	24.	6:37:51	25
	Rostislav Vítek	16.	5:48:16					

5.1.5 2003 – Barcelona, Španělsko

Zúčastnili se reprezentanti Pavel Srb, Rostislav Vítek, Jana Pechanová, Kristýna Kyněrová a Yvetta Hlaváčová. Na tomto mistrovství světa Jana Pechanová vyplavala pro Českou republiku stříbrnou medaili na trati 5 km. Plavalo se v moři při teplotě vody 26°C.

Tabulka 11. Mistrovství světa v plavání - Barcelona, Španělsko, 2003. Ženy

Trať	Jméno	Umístění	Čas		Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
5 km	Jana Pechanová	2.	57:03	1.	57:01	28.	1:02:52	28
	Kristýna Kyněrová	19.	59:12					
10 km	Yvetta Hlaváčová	×	nedoplavala	1.	1:59:49	24.	2:23:21	29
25 km	Yvetta Hlaváčová	11.	5:41:54	1.	5:35:43	21.	7:02:38	23

Tabulka 12. Mistrovství světa v plavání - Barcelona, Španělsko, 2003. Muži

Trať	Jméno	Umístění	Čas		Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
5 km	Rostislav Vítek	24.	54:35	1.	53:11	34.	1:16:00	36
	Pavel Srb	29.	58:03					
10 km	Rostislav Vítek	20.	1:53:02	1.	1:50:58	30.	2:03:20	33
25 km	Rostislav Vítek	17.	5:29:16	1.	5:02:20	21.	5:56:08	28
	Pavel Srb	23.	5:57:02					

5.1.6 2005 – Montreal, Kanada

Na mistrovství světa v Montrealu startovali reprezentanti Jakub Fichtl, Rostislav Vítek, Jana Pechanová a Yvetta Hlaváčová. Poprvé se neplavalo v moři, ale tratě byly postaveny ve veslařském kanále.

Tabulka 13. Mistrovství světa v plavání - Montreal, Kanada, 2005. Ženy

Trať	Jméno	Umístění	Čas			Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
5 km	Jana Pechanová	5.	56:18		1.	55:40	26.	1:04:43	27
10 km	Jana Pechanová	8.	1:56:14		1.	1:56:00	22.	2:12:39	24
25 km	Yvetta Hlaváčová	×	nedoplavala		1.	5:25:06	16.	6:11:14	19

Tabulka 14. Mistrovství světa v plavání - Montreal, Kanada, 2005. Muži

Trať	Jméno	Umístění	Čas			Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
5 km	Jakub Fichtl	14.	52:03		1.	51:17	31.	57:19	33
	Rostislav Vítek	20.	52:12						
10 km	Bez české účasti				1.	1:46:38	31.	2:05:51	34
25 km	Rostislav Vítek	16.	5:10:44		1.	5:00:21	27.	6:00:51	30
	Jakub Fichtl	18.	5:14:06						

5.1.7 2007 – Melbourne, Austrálie

Účastníci Mistrovství světa v Melbourne byli reprezentanti Jakub Fichtl, Rostislav Vítek a Jana Pechanová. Jelikož se jednalo o ročník před olympijskou kvalifikací, tak účast na trati 10 km byla zatím nejvyšší v historii mistrovství světa v plavání. Klimatické podmínky byly poněkud horší než v ostatních ročnících. Plavalo se v moři, které mělo 20°C a vzduch 22°C.

Tabulka 15. Mistrovství světa v plavání - Melbourne, Austrálie, 2007. Ženy

Trať	Jméno	Umístění	Čas			Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
5 km	Jana Pechanová	5.	1:00:48		1.	1:00:41	28.	1:20:45	28
10 km	Jana Pechanová	7.	2:04:07		1.	2:03:57	36.	2:25:31	42
25 km	Jana Pechanová	6.	5:47:23		1.	5:37:11	10.	6:24:25	13

Tabulka 16. Mistrovství světa v plavání - Melbourne, Austrálie, 2007. Muži

Trat'	Jméno	Umístění	Čas			Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
5 km	Jakub Fichtl	18.	57:39		1.	56:49	33.	1:25:04	39
10 km	Rostislav Vítek	11.	1:56:01		1.	1:55:32	43.	2:14:48	53
	Jakub Fichtl	18.	1:54:45						
25 km	Rostislav Vítek	12.	5:32:43		1.	5:16:45	16.	6:05:26	20

5.2 Mistrovství světa v dálkovém plavání (*FINA Open Swimming Championship*)

V této části se budu zabývat výsledky českých reprezentantů na samostatných mistrovstvích světa v dálkovém plavání. Posledním bude Mistrovství světa v dálkovém plavání ve španělské Seville, které bylo zároveň kvalifikačním závodem na Olympijské hry v Pekingu v roce 2008.

5.2.1 2000 – Honolulu, Hawaii

První konané samostatné mistrovství světa v dálkovém plavání. Zúčastnil se ho náš Pavel Srb a Jana Pechanová. Plavalo se v moři o teplotě 19°C.

Tabulka 17. Mistrovství světa v dálkovém plavání - Honolulu, Hawaii, 2000. Ženy

Trat'	Jméno	Umístění	Čas		Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
5 km	Jana Pechanová	14.	1:04:33	1.	1:02:36	26.	1:16:46	24
10 km	Jana Pechanová	11.	2:11:14	1.	2:06:44	15.	2:44:09	22
25 km	Bez české účasti			1.	5:30:04	15.	6:39:28	17

Tabulka 18. Mistrovství světa v dálkovém plavání - Honolulu, Hawaii, 2000. Muži

Trat'	Jméno	Umístění	Čas		Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
5 km	Pavel Srb	24.	1:00:19	1.	59:18	31.	1:13:06	35
10 km	Bez české účasti			1.	1:57:10	28.	3:05:22	29
25 km	Pavel Srb	18.	5:31:08	1.	4:55:51	24.	6:02:01	26

5.2.2 2002 – Sharm el- Sheikh, Egypt

Mistrovství světa v dálkovém plavání v Egyptě se vyznačovalo především extrémními klimatickými podmínkami. Plavalo se v moři o teplotě 28°C a teplota vzduchu měla 40°C. Z českých reprezentantů se zúčastnili Pavel Srb, Rostislav Vítek, Jana Pechanová a Yvetta Hlaváčová.

Tabulka 19. Mistrovství světa v dálkovém plavání - Sharm el- Sheikh, Egypt, 2002. Ženy

Trať	Jméno	Umístění	Čas		Čas vítěze	Čas posledního	Počet startujících
5 km	Jana Pechanová	6.	58:37	1.	56:52	22.	22
10 km	Jana Pechanová	8.	1:57:26	1.	1:56:42	21.	23
	Yvetta Hlaváčová	16.	2:04:49				
25 km	Yvetta Hlaváčová	5.	6:12:11	1.	6:11:21	16.	17

Tabulka 20. Mistrovství světa v dálkovém plavání - Sharm el- Sheikh, Egypt, 2002. Muži

Trať	Jméno	Umístění	Čas		Čas vítěze	Čas posledního	Počet startujících
5 km	Pavel Srb	18.	54:24	1.	51:39	22.	22
10 km	Rostislav Vítek	11.	1:56:01	1.	1:49:30	22.	22
25 km	Rostislav Vítek	13.	5:55:28	1.	5:39:14	18.	19
	Pavel Srb	14.	5:57:02				

5.2.3 2004 – Dubai, Spojené Arabské Emiráty

Na Mistrovství světa v dálkovém plavání v Dubaji jsme měli čtyřčlennou reprezentační skupinu. Zúčastnili se Jakub Fichtl, Rostislav Vítek, Jana Pechanová a Yvetta Hlaváčová. Nejlépe si vedla Jana Pechanová, která vybojovala, na dnes již olympijské trati 10 km, stříbrnou medaili. Klimatické podmínky byly podobné jako v roce 2002 v Egyptě, moře bylo teplé 26°C a vzduch měl teplotu 38°C.

Tabulka 21. Mistrovství světa v dálkovém plavání - Dubai, Spojené Arabské Emiráty, 2004. Ženy

Trať	Jméno	Umístění	Čas		Čas vítěze	Čas posledního	Počet startujících
5 km	Jana Pechanová	9.	1:04:39	1.	1:03:11	20.	21
10 km	Jana Pechanová	2.	2:07:52	1.	2:07:51	24.	24
	Yvetta Hlaváčová	18.	2:09:08				
25 km	Yvetta Hlaváčová	7.	5:45:12	1.	5:43:09	18.	18

Tabulka 22. Mistrovství světa v dálkovém plavání - Dubai, Spojené Arabské Emiráty, 2004. Muži

Trať	Jméno	Umístění	Čas			Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
5 km	Rostislav Vítek	15.	58:53		1.	56:52	29.	1:47:37	30
10 km	Jakub Fichtl	13.	1:55:42		1.	1:54:38	25.	2:05:03	26
25 km	Jakub Fichtl	6.	5:08:06		1.	5:05:39	17.	5:56:34	20
	Rostislav Vítek	12.	5:20:07						

5.2.4 2006 – Neapol, Itálie

Účastníky z řad našich reprezentantů byli Rostislav Vítek a Jana Pechanová. Během Mistrovství světa v dálkovém plavání se plavalo v moři s teplotou vody 26°C.

Tabulka 23. Mistrovství světa v dálkovém plavání - Neapol, Itálie, 2006. Ženy

Trať	Jméno	Umístění	Čas			Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
5 km	Jana Pechanová	5.	1:08:50		1.	1:08:19	27.	1:31:34	27
10 km	Jana Pechanová	6.	2:20:22		1.	2:19:49	27.	2:44:18	28
25 km	Bez české účasti				1.	6:22:46	10.	6:54:29	12

Tabulka 24. Mistrovství světa v dálkovém plavání - Neapol, Itálie, 2006. Muži

Trať	Jméno	Umístění	Čas			Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
5 km	Bez české účasti				1.	1:04:32	27.	1:22:33	27
10 km	Rostislav Vítek	×	nedoplaval		1.	2:10:39	34.	2:30:57	37
25 km	Rostislav Vítek	9.	6:00:16		1.	5:47:34	14.	6:39:33	15

5.2.5 2008 – Sevilla, Španělsko

Jedno z nejdůležitějších Mistrovství světa v dálkovém plavání proběhlo v Seville ve Španělsku. Na 10km trati se plavalo první kolo kvalifikace na Olympijské hry v Pekingu. Druhé kolo kvalifikace proběhlo o 3 týdny později v Pekingu.

Kvalifikace v Seville se plavala v řece v centru města na úseku, který byl využíván jako veslařská trať. Plavaly se 4 okruhy po 2,5 kilometrech.

Z našich reprezentantů se zúčastnili Jakub Fichtl, Rostislav Vítek, Jan Pošmourný a Jana Pechanová.

Tabulka 25. Mistrovství světa v dálkovém plavání - Sevilla, Španělsko, 2008. Ženy

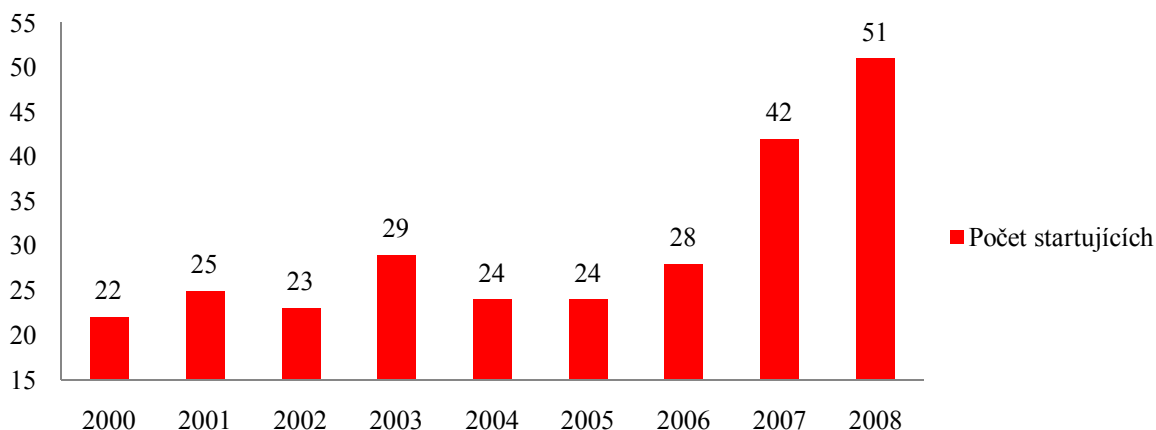
Trat'	Jméno	Umístění	Čas			Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
5 km	Jana Pechanová	4. - 5.	1:00:16		1.	1:00:04	38.	1:13:16	39
10 km	Jana Pechanová	5.	2:02:13		1.	2:02:02	50.	2:30:04	51
25 km	Bez české účasti				1.	5:27:48	16	5:55:32	17

Tabulka 26. Mistrovství světa v dálkovém plavání - Sevilla, Španělsko, 2008. Muži

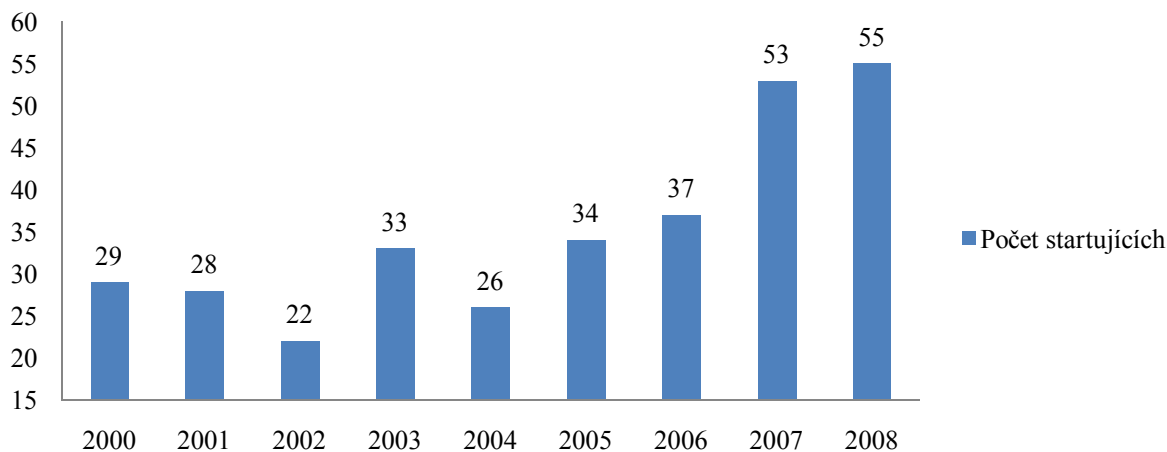
Trat'	Jméno	Umístění	Čas			Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
5 km	Jakub Fichtl	14.	55:20		1.	54:57	32.	1:01:21	33
	Jan Pošmourný	29.	58:50						
10 km	Jakub Fichtl	17.	1:54:35		1.	1:53:21	48.	2:10:22	55
	Rostislav Vítek	22.	1:54:45						
25 km	Rostislav Vítek	10.	5:07:02		1.	5:04:01	18.	5:57:46	23
	Jan Pošmourný	17.	5:39:23						

5.3 Vývoj počtu startujících na trati 10 km

Trat' na 10 km se na mistrovství světa plave od roku 2000. V roce 2005 se olympijský výbor rozhodl tuto trat' zařadit na olympijské hry. Uvažovalo se také samozřejmě o tratích 5 km a 25 km. 5km trat' se nakonec ukázala jako krátká a naopak 25 km by bylo pro olympijský závod příliš dlouhých a proto pro diváky ne příliš atraktivní.



Obrázek 3. Četnost startovního pole žen na 10 km na mistrovství světa 2000 - 2008



Obrázek 4. Četnost startovního pole mužů na 10 km na mistrovství světa 2000 - 2008

Z grafů je jasně vidět, že s blížícími se Olympijskými hrami v Pekingu v roce 2008 se počet startujících, jak u mužů, tak i u žen, stále zvyšoval. Vrcholem v počtu startujících na trati 10 km bylo první kolo kvalifikačního závodu na olympijské hry na Mistrovství světa v Seville.

5.4 Olympijské hry v Pekingu

5.4.1 Kvalifikace

Jak už bylo zmíněno, první kolo kvalifikace na Olympijské hry v roce 2008 do Pekingu proběhlo na Mistrovství světa v dálkovém plavání v Seville.

Kvalifikační klíč byl nastaven tak, že na trati 10 km prvních deset závodníků v cíli, muži a ženy zvlášť, postupovalo přímo na Olympijské hry. Dále pak dalších pět závodníků, vždy první v pořadí z každého z pěti kontinentů. Podmínkou bylo, že z každé země mohou jet pouze dva závodníci v každé kategorii (muži, ženy) na disciplínu. Dalším postupujícím, v prvním kole kvalifikace, mohl být účastník pořádající země (Čína), jestliže nebyl v první desítce v cíli (Top 10) anebo v pěti „kontinentálních“ místech. Z prvního kola mohlo postupovat tedy 16 mužů a 16 žen.

Druhé kolo kvalifikace probíhalo přímo v Pekingu (31. 5. - 1. 6. 2008), tři týdny po prvním kole kvalifikace v Seville. Do druhého kola mohla každá země poslat závodníky, pokud již nebyl aspoň jeden závodník kvalifikován v disciplíně dané kategorie (muži, ženy) z prvního kola v Seville. Z druhého kola mohlo postupovat 9 mužů a 9 žen, ale pouze jeden za každou zemi v kategorii. Pokud ovšem nebyla v prvním kole naplněna kvóta, doplňovala se v druhém kole. Tento kvalifikační dvoukolový klíč měl zaručovat to, že startovní pole na Olympijských hrách v Pekingu bude co nejrozmanitější. A tudíž se tento závod na 10 km nestane pouze záležitostí dálkoplaveckých velmocí.

V praxi to vypadalo pro Českou republiku tak, že Jana Pechanová v Seville doplávala v Top 10, takže pro druhé kolo již nemohla naše země vyslat žádnou ženu. Z mužů si vyplaval účast na Olympijských hrách v Pekingu Rostislav Vítek, který se kvalifikoval právě v druhém kole.

5.4.2 2008 – Olympijské hry v Pekingu

Na Olympijských hrách v Pekingu byla vypsána trať na 10 km. Plavalo se ve veslařském kanále. Startovalo 25 mužů a 25 žen. Z našich reprezentantů to byl Rostislav Vítek a Jana Pechanová.

Tabulka 27. Olympijské hry - Peking, Čína, 2008. Ženy

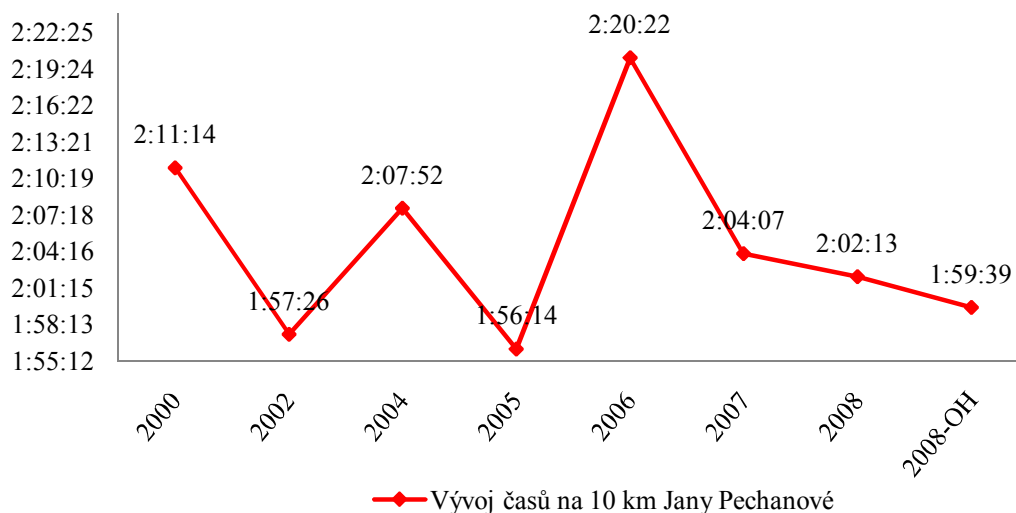
Trat'	Jméno	Umístění	Čas			Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
10 km	Jana Pechanová	8.	1:59:39		1.	1:59:27	24.	2:11:35	25

Tabulka 28. Olympijské hry - Peking, Čína, 2008. Muži

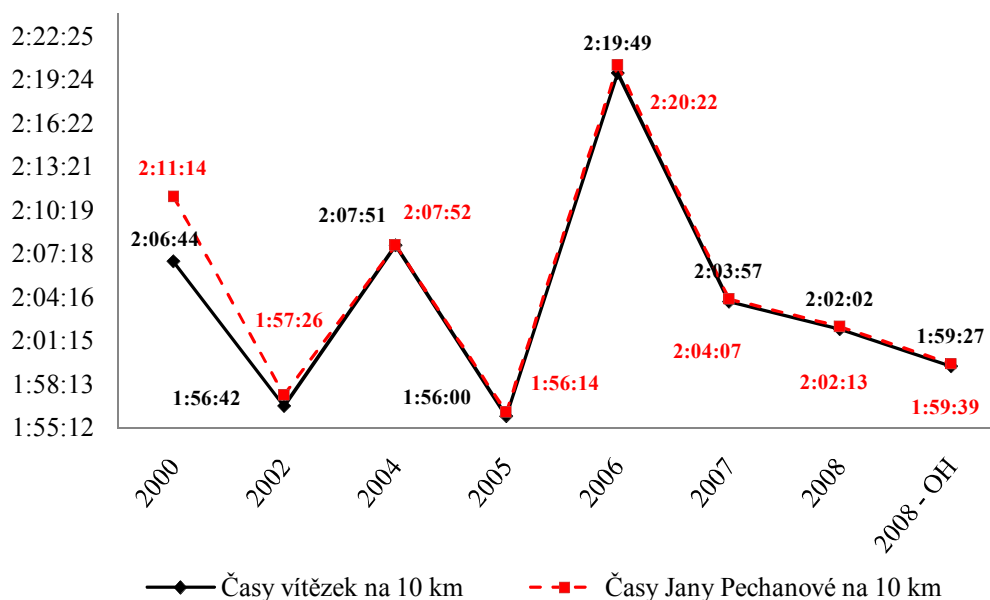
Trat'	Jméno	Umístění	Čas			Čas vítěze		Čas posledního	Počet startujících
10 km	Rostislav Vítek	17.	1:52:41		1.	1:51:51	23.	2:09:13	25

5.5 Časy zaplavané na olympijské trati na 10 km

Pro srovnání vývoje dálkového plavání u nás a ve světě jsem si vybral, nejúspěšnějšího reprezentanta České republiky na olympijské trati na 10 km, Janu Pechanovou. V závodech na 10 km se pravidelně umísťovala v první desítce a jako jediná z našich reprezentantů dokázala na této trati získat medaili z mistrovství světa.



Obrázek 5. Vývoj časů na 10 km nejlepší české reprezentantky na MS a OH



Obrázek 6. Porovnání časů na 10 km u vítězek MS a OH s časy Jany Pechanové z MS a OH

Srovnáme-li časy Jany Pechanové ze závodů mistrovství světa na trati 10 km s časy vítězek na téže trati a dáme-li, tyto časy do grafu (obrázek 6), zjistíme, že výsledné křivky jsou skoro totožné. Můžeme říct, že Jana Pechanová patří mezi světovou špičku na této trati.

Názorné je i zlepšování výkonnosti, tím pádem i vývoj, světové špičky směrem k Olympijským hrám v Pekingu. Lze říci, že do tohoto vývoje světového dálkového plavání přispěla i Česká republika.

6. ZÁVĚRY

Cílem bakalářské práce, bylo vytvořit přehled vývoje dálkového plavání z výsledků mistrovství světa. Počínaje prvním závodem na otevřené vodě při Mistrovství světa v plavání v roce 1991 a konče Olympijskými hrami v Pekingu v roce 2008.

K výběru výsledků jsem použil osobní archivy Mgr. Tomáše Neterdy a Ing. Vladimíra Srba.

Na začátku jsem si dal za cíl na těchto výsledcích poukázat na určitý vývoj dálkového plavání, který měl prozatím vrchol na Olympijských hrách v Pekingu. Vezmeme-li počty startujících v olympijské disciplíně na 10 km, zjistíme, že tento počet se v olympijském období (2004-2008) postupně zvyšoval až do kvalifikačního závodu na Mistrovství světa v dálkovém plavání ve španělské Seville, kde tento počet dosáhl vrcholu.

Určitý vývoj lze pozorovat i z výsledků naší nejúspěšnější reprezentantky na 10 km Jany Pechanové, která startovala na MS na této trati pravidelně od roku 2005. Z grafu můžeme pozorovat, že s blížícími se Olympijskými hrami v Pekingu, její časy klesaly. Srovnáme-li časy Jany Pechanové s časy vítězek z MS na trati 10 km, zjistíme, že tyto časy jsou skoro totožné a můžeme říct, že tím pádem se vývoj Jany Pechanové rovná vývoji světové špičky v dálkovém plavání.

Pro srovnání jsem si vybral Janu Pechanovou, protože na rozdíl od Rostislava Vítky se dá říct, že 10 km je její hlavní disciplína. Rostislav Vítek se více specializuje na trať 25 km. Za zmínku určitě stojí jeho vítězství v letech 2009 a 2011 v těžkém závodě Capri – Neapol, který měří 36 km. Nebo jeho pravidelná účast na závodě v Argentině, kde se plave 57 km ze Santa Fe do Corondy. Na tomto závodě se Rostislav Vítek umístil v roce 2009 na třetím místě. Samozřejmě, že jeho výsledky na mistrovstvích světa nejsou zanedbatelné a 17. místo na Olympijských hrách v Pekingu zrovna tak.

V době odevzdání této bakalářské práce je již po Letních Olympijských hrách v Londýně. Jako první kolo kvalifikace byl určen závod na Mistrovství světa v plavání v Šanghaji už v roce 2011. První kolo kvalifikace dopadlo pro české barvy dobře a Jana Pechanová si zajistila přímý postup do Londýna umístěním v první Top 10. Systém kvalifikací se od Olympijských her v Pekingu nezměnil, takže Jana Pechanová byla jedinou naší ženou na Olympijských hrách v Londýně. Druhé kolo kvalifikace se plavalo v Portugalském Setubalu na začátku června (2012), kde se o svoji druhou olympiádu pokoušel Rostislav Vítek a poprvé také naše nejmladší naděje Jan Pošmourný. Bohužel oba naši plavci

v kvalifikaci neuspěli a tak Jana Pechanová zůstala jako jediná česká reprezentantka v tomto mladém olympijském sportu.

Závod na Olympijských hrách v Londýně se uskutečnil v Hyde Parku. Vyhrála maďarská reprezentantka Eva Rizstov stylem start - cíl. Naše Jana Pechanová skončila na 9. místě v čase 1:58:52.8, což je zlepšení času na trati 10 km z čínského Pekingu. Mezi muži vyhrál závodník z Tuniska Oussama Mellouli, který na Olympijských hrách v Pekingu vyhrál zlatou medaili na nejdelší bazénové trati 1500 m. Což odráží fakt, že se dálkové plavání stále více začíná propojovat s plaváním bazénovým. V dnešní době závodník, který není schopný se prosazovat na nejdelších tratích v bazénu, má malou šanci uspět na olympijské trati 10 km.

Určitým ukazatelem vývoje dálkového plavání může být i fakt, že rozdíly mezi závodníky, jak v mužských tak v ženských kategoriích, umístěných v první patnáctce v závodech na mistrovství světa jsou stále menší. Startovní pole se stává více vyrovnané a závodníci se musejí vypořádat s větší konkurencí, než tomu bylo v letech minulých.

Myslím, že daný cíl, který jsem si určil na začátku mé bakalářské práce, se splnit podařilo.

7. SOUHRN

Práce se skládá z dvou částí. V první části se snažím dálkové plavání přiblížit širší veřejnosti. Cílem bylo informovat o dálkovém plavání nejenom z hlediska historie tohoto sportu, ale také popsat jak vůbec takový závod v dálkovém plavání probíhá. V neposlední řadě pak podat informace o dálkovém plavání v historii olympijských her a opětovného zařazení dálkového plavání na Olympijských hrách v Pekingu v roce 2008.

V druhé části se zabývám výsledky českých reprezentantů v závodech mistrovství světa. V tabulkách uvádím jméno reprezentanta, jeho pořadí a dosažený čas. Pro zdůraznění posouvání výkonnosti světového pole a našich reprezentantů uvádím i čas prvního a posledního závodníka v daném závodu. Pro posouzení světového vývoje dálkového plavání uvádím i počet startujících ve všech disciplínách plavaných na otevřené vodě na mistrovstvích světa.

8. SUMMARY

The work consists of two parts. The first part tries to bring brief information of the open water swimming towards wider public. The aim was to inform about the open water swimming not only in terms of the history of the sport, but also to describe the open water swimming race in progress. Last but not least, the purpose was to give information about open water swimming the history of the Olympics and re-inclusion of open water swimming at the Olympic Games in Beijing in 2008.

The second part deals with the results of Czech representatives in the World Championships races. The tables give names of representatives, their ranking and time. To emphasize the performance progress of both world and our representatives also times of the first and last competitor are mentioned. To assess the open water swimming world development I also show the number of starters in all disciplines at the open water world championships.

9. REFERENČNÍ SEZNAM

- Blatný, R. (1996). *La Manche-kanál slávy a prokletí*. Praha: Blatný.
- Clark, N. (2009). *Sportovní výživa*. Praha: Grada
- Čechovská, I., Miler, T. (2001). *Plavání*. Praha: Grada.
- Dean, P., L. (2008). *Open water swimming*. Champaign, IL: Human Kinetics
- Dovalil, J., Havlíčková, L., Choutka, M., Rychetský, A., Seliger, V., & Svoboda, B. (1992). Sportovní trénink (Lexikon základních pojmů). *Vytrvalost* (pp. 212-214). Praha: Univerzita Karlova
- Hofer, Z., Felgrová, I., Jasan, L., & Smolík, P. (2006). Kraul. In Z. Hofer, *Technika plaveckých způsobů* (pp. 45-48). Praha: Univerzita Karlova
- Hoch, M., a kol. (1987). *Plavání (teorie a didaktika)*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství
- Jeřábek, P. (2008). *Atletická příprava*. Praha: Grada
- Johnson, T. (2006). *History of open - water marathon swimming*. Buzzards Bay, MA: Captain's Engineering Services, Inc.
- Neumann, G., Pfützner, A., & Hottenrott, K., (2005). *Trénink pod kontrolou*. Praha: Grada
- Plívová, S. (2009). *Vývoj plavání a plaveckých sportů v historii olympijských her*. Diplomová práce, Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu, Praha.
- Rychetský A., Fialová L. (2004). *Didaktika školní tělesné výchovy* (p. 171). Praha: Karolinum
- Skolnik, H., Chernus, A. (2011). *Výživa pro maximální sportovní výkon*. Praha: Grada
- Židek, V. (1997). *Sám ve víru zdymadel*. Beroun: Baroko & Fox

INTERNETOVÉ ODKAZY

Arena shop. (2012). *Historie značky Arena*. Retrieved 10. 5. 2012 from the World Wide Web: <http://arenashop.cz/arena/historie-zn-arena/>

Blueseventy. (2012). *About*. Retrieved 11. 5. 2012 from the World Wide Web: <http://www.blueseventy.com/about/>

ČSPS – sekce dálkového a zimního plavání. (2012). Sportovně technické dokumenty 2012 [Electronic version]. *Pravidla plavání na otevřených vodách*, 6-13. Retrieved 1. 5. 2012 from the World Wide Web: <http://www.plavani.info/wp-content/files/STD2012.pdf>

FINA. (2010). Fina task force Francis Crippen (USA) [Electronic version]. *Report Fina appointed task force part 7 – Francis Crippen*. Retrieved 20. 5. 2012 from the World Wide Web: http://www.fina.org/H2O/docs/report/FCrippen/Report_FC_7.pdf

FINA. (2009). *Dubai charter*. Retrieved 11. 5. 2012 from the World Wide Web: <http://www.fina.org/H2O/docs/PR/the%20dubai%20charter>

FINA – open water swimming. (2012). Open water rules 2012 [Electronic version]. *The finish of the race*. Retrieved 1. 5. 2012 from the World Wide Web: http://www.fina.org/H2O/index.php?option=com_content&view=article&id=297:ows-7-the-finish-of-the-race&catid=83:open-water-swimming-rules&Itemid=184

Open water swimming for beginners to Olympians. (2012). *Feeding*. Retrieved 7. 5. 2012 from the World Wide Web: <http://10kswim.com/feeding.html>

Plavecký blog. (2012). *Arena chce vítězit Carbonem*. Retrieved 18. 5. 2012 from the World Wide Web: <http://www.plaveckyblog.cz/arena-chce-vitezit-carbonem/>

Žahanová, B. (22. 5. 2009). Sport. *Plavání se vrací do minulosti ubude světových rekordů*. Retrieved 11. 5. 2012 from the World Wide Web: http://sport.idnes.cz/plavani-se-vraci-do-minulosti-ubude-svetovych-rekordu-pp9-/sporty.aspx?c=A090521_183350_sporty_bb