



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Pedagogická fakulta

Katedra tělesné výchovy a sportu

Bakalářská práce

Historie sportovního vodního záchranářství na území České republiky

Vypracoval: Jiří Teringl

Vedoucí práce: PhDr. Tomáš Tlustý, Ph.D.

České Budějovice, 2021



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

University of South Bohemia in České Budějovice

Faculty of Education

Department of Sports Studies

Bachelor thesis

The history of lifesaving sport in the area of Czech Republic

Author: Jiří Teringl

Supervisor: PhDr. Tomáš Tlustý, Ph.D.

České Budějovice, 2021

Bibliografická identifikace

Název bakalářské práce: Historie sportovního vodního záchranářství na území České republiky

Jméno a příjmení autora: Jiří Teringl

Studijní obor: Tělesná výchova a sport

Pracoviště: Katedra tělesné výchovy a sportu PF JU

Vedoucí bakalářské práce: PhDr. Tomáš Tlustý, Ph.D.

Rok obhajoby bakalářské práce: 2021

Abstrakt:

Bakalářská práce se zabývá problematikou historie sportovního vodního záchranářství v České republice a příslušnými okruhy, které s tímto tématem úzce souvisí.

Vodní záchrana úzce souvisí s pohybem ve vodním prostředí, jehož počátek sahá až do prvobytně pospolné společnosti. Počátky vodní záchrany se objevují během 18. až 19. století ve světě. V České republice až v druhé polovině 19. století díky založení prvních záchranných spolků. S rozvojem postupně vznikaly organizace soustředující se výhradně na záchranu tonoucích. Na světové úrovni v čele stála Mezinárodní záchranná federace, v České republice Vodní záchranná služba Českého červeného kříže/Československého červeného kříže (ČČK/ČSČK). První organizované závody ve vodním záchranářství sahají do roku 1871. Postupně se staly tradicí, která pokračuje doposud. Momentálně jsou organizovány soutěže ve vodním záchranářství každoročně na regionální i národní úrovni. Mezinárodních soutěží se Česká republika účastní prostřednictvím reprezentačního záchranného týmu.

Klíčová slova:

- Vodní záchranná služba
- Český červený kříž
- Soutěže
- Pobočný spolek
- Vodní záchranný sport

Bibliographical identification

Title of the bachelor thesis: The history of lifesaving sport in the area of Czech Republic

Author's first name and surname: Jiří Teringl

Field of study: Physical education and sport

Department: Department of Sports studies

Supervisor: PhDr. Tomáš Tlustý, Ph.D.

The year of presentation: 2021

Abstract:

The bachelor's thesis deals with the history of lifesaving sport in the Czech Republic and relevant areas that are closely related to this topic. This work is divided into several consecutive parts.

Water rescue is closely related to movement in the aquatic environment, the beginning of which dates to the primordial community. The beginnings of water rescue occur during the 18th to 19th centuries in the world. In the Czech Republic only in the second half of the 19th century thanks to the establishment of the first rescue associations. With the development, organizations focused exclusively on rescuing drowning people gradually emerged. At the world level, it was headed by the International Life Saving Federation, in the Czech Republic by the Water Rescue Service of the Czech Red Cross / Czechoslovak Red Cross (ČČK/ČSČK). The first organized races in water rescue date back to 1871. Gradually, they became a tradition that continues to this day. Currently, competitions in water rescue are organized every year at the regional and national level. The Czech Republic participates in international competitions through a national rescue team.

Keywords:

- Water rescue service
- Czech Red Cross
- Competitions
- Branch association
- Water rescue sport

Prohlášení

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracoval/a samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě archivovaných fakultou elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

Datum

Podpis studenta

Poděkování

Děkuji panu PhDr. Tomáši Tlustému, Ph.D., vedoucímu mé bakalářské práce za odborné vedení, poskytnutí cenných informací, literatury a konzultací při tvorbě mé práce. Dále bych chtěl poděkovat Ing. Milanu Bukáčkovi za sdělení přínosných informací, zapůjčení materiálů, literatury. Dále bývalým reprezentantům, kteří poskytli rozhovor a sdělili důležité informace k vypracování mé bakalářské práce. Dále také své rodině za podporu a poskytnutí cenných rad.

Obsah

1 Úvod	6
2 Metodologie	8
2.1 Cíl, úkoly, předmět práce	8
2.1.1 Cíl práce	8
2.1.2 Úkoly práce	8
2.1.3 Předmět práce	8
2.2 Metody práce	8
2.3 Rozbor pramenů a literatury	9
3 Prvopočátky plavání a vodní záchranné služby	13
3.1 Vývoj plavání a vodní záchranné služby ve světě	13
3.2 Vývoj plavání na území České republiky	19
4 Vývoj a současná podoba vodní záchranné služby na území České republiky	21
4.1 Vývoj vzdělávání vodních záchranářů na našem území	23
4.1.1 Křesťanské sdružení mladých mužů (YMCA)	23
4.1.2 Amatérský plavecký klub (APK)	23
4.1.3 Česká obec sokolská (ČOS)	24
4.1.4 Komise plavčích mistrů a Pražské lázně	24
4.1.5 Československý svaz tělesné výchovy (ČSTV)	25
4.1.6 Svaz pro spolupráci s armádou (Svazarm)	25
4.2 Historie vodní záchranné služby Československého Červeného kříže/Českého červeného kříže (VZS ČSČK/VZS ČČK)	25
4.3 Výuka vodní záchrany na školách od 80. let 20. století po současnost	28
5 Vodní záchranný sport	30
5.1 Soutěže sportovního vodního záchranářství od roku 1968 do konce 80. let 20. století na území ČR	30
5.2 Soutěže sportovního vodního záchranářství od konce 80. let 20. století po současnost na území ČR	33
5.2.1 Soutěže dle mezinárodních pravidel ILS	34
5.2.2 Soutěže regionální	56
6 Závěr	68
Prameny a literatura	70
Použité zkratky	72

1 Úvod

Téma bakalářské práce úzce souvisí nejenom s vodní záchrannou službou, která je hlavním zprostředkovatelem záchranného sportu, ale právě se samotným plaváním. Právě to je základním stavebním kamenem pro záchranu tonoucích. Počátky plavání se datují do dob prvobytně pospolné společnosti. Dle všech studií se řadilo mezi základní pohybové dovednosti tehdejší populace, avšak stylem se jen zřídka podobalo současnosti. Lidé často napodobovali pohyby zvířat, připomínající hrabání. Postupem času se objevovalo plavání v nejrůznějších malbách či dokumentacích známých autorů. Samotná technika se také vyvíjela. Plavání se začalo zařazovat do struktur výuky v nejrůznějších odvětvích. Bylo součástí vojenského výcviku, výuky studentů apod. Právě výuka plavání položila základy sportovnímu plavání. Lidé pokořovali různé vzdálenosti a s tím spojené rekordy.

Později přicházela na řadu i otázka záchrany na vodě. Záchrana tonoucích se stávala součástí výuky plavání a čím dál více rostla na popularitě. Začaly vznikat různé organizace a kluby na pomoc těm, kteří záchranu či oživení potřebovali. Spolupráce těchto organizací vedla k založení Mezinárodní záchranné federace, která je až do dnešní doby v čele všech světových záchranných organizací.

Na území České republiky je záchrana tonoucích datována do druhé poloviny 19. století. Zakládaly se různé záchranné spolky a dobrovolná sdružení záchrany tonoucích s cílem chránit lidský život. Ovšem válečné konflikty vývoj těchto spolků značně narušily. Až v druhé polovině 20. století se začalo vše vracet do starých kolejí a roku 1968 vznikla národní organizace záchrany tonoucích Vodní záchranná služba ČSČK. Největší podíl na jejím založení nesl RNDr. Jeroným Řepa. Začátky nebyly vůbec jednoduché. Zásadní události nastaly až koncem 20. století, kdy se tato organizace stala jedním ze zakládajících členů Mezinárodní záchranné organizace ILS.

Pro nás byl tento sport již od raného dětství důležitý. Rodiče nás přihlásili do kroužku plavání a postupně se nám prohluboval kladný vztah k tomuto sportu. V 10 letech jsme se stali členy plaveckého oddílu v Prachaticích. Netrvalo dlouho a byla nám nabídnuta možnost závodního plavání za náš plavecký oddíl. Tuto nabídku jsme přijali a postupem času jsme získávali více a více zkušeností se závodním plaváním. V posledních dvou letech našeho aktivního působení v plaveckém oddílu jsme se seznámili s vodním záchrannářstvím zprostředkovaným Českým červeným křížem

(ČČK). Jelikož naši příbuzní byli členy ČČK, dostalo se nám možnosti získat zkušenosti právě se zmiňovaným vodním záchranářstvím. Škola pořádala letní tábory na Lipně, kde sídlila i pobočný spolek Vodní záchrané služby ČČK. Při této příležitosti se nám dostalo možnosti si vyzkoušet různé aktivity spojené s vodním záchranářstvím.

Nástupem na gymnázium v Prachaticích jsme skončili s aktivním působením v plaveckém oddílu. Začali jsme se však zajímat o brigádu v plaveckém bazénu. Absolvovali jsme tedy kurz plavčík záchranář na bazénech. Při této brigádě jsme se setkali i se záchranou tonoucích. Jednalo se spíše o děti či mladistvé, ale také i o nepřiliš zdatné dospělé plavce.

Po úspěšném absolvování gymnázia jsme nastoupili na Pedagogickou fakultu v Českých Budějovicích. Se zájmem vzdělávat a předávat své zkušenosti v oblasti plavání dál, jsme začali provozovat trenérskou činnost v prachatickém plaveckém oddílu. Právě zde jsme si uvědomili, že nejmladší generace postupně ztrácí zájem o sport jako takový. Na vině může být více faktorů jak na straně rodičů, tak na straně dětí, které dávají přednost spíše tomu virtuálnímu světu před tělesnou aktivitou, i přestože vzniká více a více sportovních zařízení.

Téma historie vodního záchranářství jako součást sportu jsme si vybrali především z výše uvedených důvodů. Tento druh sportu není v České republice příliš v povědomí, a proto jsme se rozhodli podrobně zpracovat a získat co nejvíce informací o jeho historii od počátků až po současnost na našem území.

2 Metodologie

2.1 Cíl, úkoly, předmět práce

2.1.1 Cíl práce

Cílem této bakalářské práce je detailně zpracovat historii sportovního vodního záchranářství na území České republiky od jeho počátků po současnost.

2.1.2 Úkoly práce

- ✓ Shromáždit všechny dostupné informace, písemné prameny, fotografie, internetové zdroje a literaturu související s tématem práce.
- ✓ Zpracovat nástin historie plavání ve světě a v České republice.
- ✓ Zpracovat historii vodní záchranné služby v České republice.
- ✓ Zpracovat detailní historii vodního záchranného sportu a jeho soutěží v České republice.

2.1.3 Předmět práce

Předmět práce je z **územního** hlediska především zaměřen na Českou republiku, okrajově z tohoto hlediska také na Evropu a svět.

Z **časového** hlediska je předmět práce zaměřen na období vymezené vznikem záchranářských spolků na území České republiky, tedy 50. lety 19. století a současností. Tento rámec byl překročen, neboť práce okrajově zasahuje až k počátkům plavání a vodního záchranářství ve světě.

Z **obsahového** hlediska je zaměřen na formování vodního záchranného sportu a soutěží, kterých se účastní všechny věkové kategorie. Tento rámec byl rozšířen o témata úzce související s tímto sportem, tedy o stručný nástin historie vodního záchranářství a historie plavání. Dále byl rozšířen o mezinárodní soutěže ve vodním záchranném sportu, kterých se účastní Česká reprezentace.

2.2 Metody práce

Jedná se o standardní historickou práci z našich nejnovějších dějin tělesné výchovy a sportu. Metodologický přístup k práci byl založen na obsahové analýze dokumentů v literatuře, periodikách, dobovém tisku a elektronických a internetových zdrojích. Metody, použité při zpracování práce byly standardní historické. Jedna ze základních metod užitých v této bakalářské práci je metoda přímá. Pomocí této metody

historického výzkumu je zde na základě studia pramenů popsán historický vývoj vodního záchranného sportu v České republice a historický vývoj plavání a vodní záchranné služby ve světovém i národním měřítku. V omezené míře byla použita i metoda nepřímá, z důvodu absence dostatečného množství pramenů. Vzhledem k charakteru práce bylo nutné využít i dalších metod historického výzkumu.

Jelikož sledované území je velice rozsáhlé, bylo nezbytné popisovat historii na několika místech zároveň. Z toho důvodu byl využit synchronní přístup k historickému výzkumu, s kterým byl popsán např. vývoj záchrany tonoucích v jednotlivých záchranných spolcích či vývoj plavání ve světě a v České republice. Byl kombinován s diachronním přístupem, pomocí kterého byl popsán obecný vývoj událostí v České republice či ve světě.

Další metodou využitou v této práci byla metoda progresivní, kdy události byly popisovány historicky tak, jak jdou po sobě, tedy od počátků po současnost. Tato metoda byla využita např. při zpracování vývoje vodní záchranné služby v České republice.

Maximální pozornost byla věnována k zpracování všech dostupných informací, písemných pramenů, literatury, internetových zdrojů a fotografií bezprostředně souvisejících s hlavním tématem. Díky poměrně neznámému a méně zpracovanému tématu byl hlavním problémem především nedostatečný výskyt potřebných faktů ve zpracovávaných zdrojích.

Samotným problémem se ukázalo získání tištěných publikací pro detailní popsání této problematiky. Pro jejich získání byly využity všechny dostupné zdroje, zejména tedy získané osobními rozhovory s členy jednotlivých organizací a dále pak internetové. Přesto se podařilo několik tištěných publikací nalézt.

2.3 Rozbor pramenů a literatury

Publikace zabývající se vznikem a popisem historie sportovního vodního záchranářství či samotného vodního záchranářství na našem území doposud chybí. Velká část publikací se zabývá především plaváním, záchranou tonoucích, technikami záchrany, prevencí utonutí či samotnou první pomocí. Při hledání dostupných publikací či informací bylo tedy zcela nutné kontaktovat Vodní záchranou službu ČČK, respektive

její pobočné spolky. Bohužel nám byl pouze sdělen fakt, že všechny záznamy byly již digitalizovány a umístěny na webové stránky.

Důležitou publikací zabývající se vývojem plavání na světové úrovni a na území České republiky je kniha *Plavání (teorie a didaktika)*.¹ Zde je popsán vývoj plavání začínající u prvobytně pospolné společnosti, kde dle výzkumů vědců měli lidé úzký vztah k vodnímu prostředí. Dále je zde popsáno plavání v jednotlivých obdobích. První zmínky se objevují v otrokářské společnosti, poté v starém Egyptě, starověkém Řecku a Římě, ve kterých bylo plavání součástí nejenom výuky, ale také vojenského výcviku. Autor navazuje feudální společností, humanismem, kapitalistickou společností a končí současností. Zmíněn je také počátek sportovního plavání a záchrany tonoucích, včetně vzniku organizací a spolků zabývajících se výhradně již zmíněnou vodní záchranou. Doplňkovou publikací se stala kniha *Plavání*², která přinesla další informace o vývoji plavání ve světě a o vývoji na území České republiky to byla kniha *Sport a tělesná kultura v Čsl. republice a cizině*.³

Zásadní publikací, popisující vznik Vodní záchranné služby na území České republiky a jejího odvětví, je kniha *Prevence, bezpečnost a záchrana u vody (bazény, koupaliště a aquaparky)*.⁴ V této publikaci shrnuje autor svá předchozí díla. Publikace obsahuje veškeré informace o vzniku prvních záchranných spolků vedoucích k vývoji Vodní záchranné služby ČSČK/ČČK na území České republiky. Zabývá se tématem vzdělávání vodních záchranářů, včetně všech zainteresovaných organizací a spolků, které vzdělávání zprostředkovávaly. Šlo především o Českou obec sokolskou, Československý svaz tělesné výchovy Amatérský plavecký klub, Křesťanské sdružení mladých lidí apod. V neposlední řadě je zde popsán vývoj výuky záchrany tonoucích na školách, která byla součástí předmětu plavání.

Důležitou publikací popisující jednotlivé disciplíny závodů konaných dle mezinárodních pravidel ILS, je cizojazyčná kniha *Lifesaving sport – A technical manual*

¹ Hoch, M., Klausová, D., Kučera, V., & Vorlíček, V. (1983). *Plavání (teorie a didaktika)*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.

² Bubník, M., Čermáková, M., Hofer, Z., Hoch, M., & Juřina, K. (1959). *Plavání*. Praha: STN.

³ Bureš, P., & Plichta, J. (1931). *Sport a tělesná kultura v Čsl. republice a cizině*. Praha: Almanach Sportu.

⁴ Miler, T. (2016). *Prevence, bezpečnost a záchrana u vody (bazény, koupaliště a aquaparky)*. Česká škola záchrany tonoucích (firma), Praha: Ondřej Falešník – FALON.

for the sport of lifesaving.⁵ V této knize se vyskytuje detailní popis bazénových, plážových i mořských disciplín, které jsou součástí Mistrovství České republiky ve vodním záchranném sportu, ale také Mistrovství Evropy a světa.

Doplňkovou publikací, která nám poskytla bližší informace o průběhu prestižních závodů pořádaných na území České republiky byly *Noviny červeného kříže*.⁶ V několika ročnících lze nalézt úryvky o závodech ve vodním záchranném sportu jako je např. závod Jarní cena Neratovic, O pohár starosty Prahy 15, O pohár města Krnova či Mistrovství České republiky ve vodním záchranném sportu. Zmínky jsou zde i o Mistrovství Evropy.

Nejdůležitějším zdrojem informací o vodním záchranném sportu a jeho soutěži jsme získali z propozic závodů, které jsou umístěny organizátory, spolu s informacemi o závodech, na oficiálních webových stránkách Vodní záchranné služby ČČK a jejich pobočných spolků. Doplnkovými zdroji byly především oficiální stránky Mezinárodní záchranné federace a Královské záchranné společnosti zabývající se prevencí utonutí.

Knihy *Branně sportovní a branně technická činnost: Vodní záchranná činnost*⁷ a *Abeceda záchrany „A“ – Záchrana tonoucích*⁸ nám byly poskytnuty pouze k nahlédnutí, tudíž byly pouze inspirací při psaní této bakalářské práce. I přesto jsme se dověděli důležité informace o záchraně tonoucích či názvech soutěží, které se dříve, tedy od roku 1968 do konce 80. let 20. století, nazývaly jinak.

Dalším důležitým zdrojem byl rozhovor s ředitelem Vodní záchranné služby ČČK Český Krumlov Ing. Milanem Bukáčkem, který nám poskytl nespočet informací o soutěžích konajících se na území České republiky, zejména o Mistrovství České republiky v plážových a mořských disciplínách a o Mistrovství České republiky mládeže v záchranném sportu.

Rozhovory s bývalými reprezentanty České republiky Ing. Martinem Tlustým a Bc. Janem Novotným, kteří se účastnili Mistrovství Evropy v záchranném sportu, nám přinesly informace o průběhu a náročnosti těchto závodů. Zmiňovali kolika soutěží na

⁵ Inett, R. (2005). *Lifesaving sport – A technical manual for the sport of lifesaving*. Royal Life Saving Society UK.

⁶ *Noviny červeného kříže*, roč. 2003-2014.

⁷ Miler, T., & Bělohávek, J. (1984). *Branně sportovní a branně technická činnost: Vodní záchranná činnost*. Praha: Statní pedagogické nakladatelství.

⁸ Řepa, J. (1983). *Abeceda záchrany „A“ – Záchrana tonoucích*. Praha: ČÚV ČSČK.

mezinárodní úrovni se účastnili, jak jsou tyto závody organizovány, jaká byla konkurence či jaké jsou předpoklady a co to vůbec obnáší se dostat na závody takové úrovně apod. Mimo jiné sdělili osobní poznatky, které si z uvedených závodů odnesli.

3 Prvopočátky plavání a vodní záchranné služby

3.1 Vývoj plavání a vodní záchranné služby ve světě

Počátky plavání sahají do období prvobytně pospolné společnosti. Neexistují sice žádné materiální doklady o vztahu člověka k plavání v této době, avšak na základě studia a výzkumu života kmenů, které doposud i v současné době žijí na úrovni prvobytně pospolného člověka lze usuzovat, že v této době se řadilo plavání mezi běžné pohybové dovednosti, jako je chůze, běh atd. Vztah člověka k vodnímu prostředí byl značně odlišný dle místa, ve kterém žil.⁹ Lidé, kteří žili u řek měli často strach z vody, jelikož byly plné životu nebezpečných zvířat. Naopak lidem, kterým vodní prostředí pomáhalo k obstarání potravy či k sloužilo k různým náboženským rituálům, bylo takové prostředí velice blízké.¹⁰ Můžeme tedy s jistotou říct, že plavání a ostatní základní pohybové dovednosti byly existenční nutností člověka k jeho přežití.

Styl plavání se zřídka podobal tomu dnešnímu. Člověk pravděpodobně plaval podobně jako plavou zvířata, tedy snažil se napodobovat pohyb připomínající hrabání, někdy i se střídavým vytahováním paží. Podobným stylem doposud plavou domorodci žijící ve středu Afriky a Jižní Ameriky.

K velkému rozmachu tělesné výchovy došlo v období otrokářské společnosti. Vysoce postavená třída otrokářů byla víceméně osvobozena od existenčního boje s vnějším světem a do jisté míry i od manuální práce. Tato skutečnost dala podnět k položení základů věd a rozkvětu umění. Vládnoucí otrokáři měli zájem, aby jejich děti, nastávající dědicové moci a majetku, měly co nejlepší vzdělání. Na tento popud zvali do svých domovů učitele, kteří vyučovali základům věd, umění a tělesné výchově. Další důkazy o velké oblíbenosti plavání se dochovaly z dob starého Egypta. Mezi takovéto důkazy patří malby na vázách a nespočet sošek vyobrazující plavajícího člověka. V papyrusech lze dále najít zmínku o učiteli plavání, který vyučoval děti faraónů.

K největšímu rozmachu tělesné výchovy došlo ve starém Řecku. Za nejdůležitější předmět vyučovaný na gymnáziích bylo považováno plavání. Každý, kdo neuměl číst či plavat byl označován za nevzdělaného. Při tělovýchovných oslavách na počest řeckých bohů nesměly v první řadě chybět plavecké a skokanské exhibice. Plavání mělo také

⁹ Hoch, M., Klausová, D., Kučera, V., & Vorlíček, V. (1983). *Plavání (teorie a didaktika)*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, s. 12.

¹⁰ Bubník, M., Čermáková, M., Hofer, Z., Hoch, M., & Juřina, K. (1959). *Plavání*. Praha: STN, s. 9.

značný podíl ve výcviku a přípravě řeckého vojska.¹¹ Tato skutečnost vedla k výcviku speciálně vycvičených plavců, kteří hráli velkou roli při námořních bitvách. Jejich úkolem bylo se nepozorovaně přiblížit k nepřátelským lodím a způsobit tím paniku ještě před začátkem samotného boje.¹²

Řecký způsob výchovy se dále objevuje i v Římě. Na březích Tibery probíhal plavecký výcvik vojáků. Učili se plavat jak v šatech, tak i v plné zbroji. V oblíbenosti bylo především potápění. Ti nejlepší plavci byli najímáni k prozkoumávání potopených lodí, z kterých následně vynášeli různé drahocenné předměty. V dochovaných dokumentech lze také najít zmínky o lázních s bazény. Příkladem jsou Caracallové lázně, které měly bazén o velikosti 55 x 20 metrů s ohřívanou vodou. Na konci římské epochy došlo k úpadku tělesné výchovy. Císař Theodosius nechal roku 394 n. l. zakázat Velké olympijské hry. Místo soutěží se začali konat gladiátorské hry, které ve finále obvykle končily smrtí jednoho z účastníků. Obdobou zápasů byly tzv. naumachie. Jednalo se o zápasy ve vodě, jejichž cílem bylo utopit soupeře.¹³

Úpadek tělesné výchovy pokračoval dále i ve feudální společnosti. Křesťanská ideologie zakazovala lidem jakoukoli formu tělesné péče. Lidské tělo bylo dle církve nástrojem ďáblovým. Výjimkou byl však prostý lid a také rytířstvo, které mělo zařazeno plavání do tzv. „sedmi rytířských ctností“. Toto období bylo tedy charakterizováno morovými epidemiemi a špinou.¹⁴

¹¹ Hoch, M., Klausová, D., Kučera, V., & Vorlíček, V. (1983). *Plavání (teorie a didaktika)*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, s. 12.

¹² Tamtéž, s. 13.

¹³ Bubník, M., Čermáková, M., Hofer, Z., Hoch, M., & Juřina, K. (1959). *Plavání*. Praha: STN, s. 10.

¹⁴ Hoch, M., Klausová, D., Kučera, V., & Vorlíček, V. (1983). *Plavání (teorie a didaktika)*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, s.13.



Obrázek 1. Vyobrazení vztahu člověka k vodnímu prostředí. Snímek převzatý z knihy Hoch, M., Klausová, D., Kučera, V., & Vorlíček, V. (1983). *Plavání (teorie a didaktika)*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.

Teprve počátkem humanismu došlo k postupnému uvolňování od církevních upjatostí. Byl proječován zájem o řecké spisy a kulturu, kde plavání bylo velice důležité. „Ve svých dílech propagovaly plavání takové osobnosti jako lékař Vittorino de Feltré v Itálii, básník Bertholius v Rakousku, filozof F. Rabelais ve Francii, T. Elliot v Anglii“. V roce 1538 vznikla první učebnice plavání, jejímž autorem byl M. Wynmann. Plavání se také objevilo ve spise J. A. Komenského *Orbis pictus*, jakožto heslo pro různé způsoby překonávání vodních toků.

Kapitalistická společnost je spojována se zásadním obratem ve vzdělání spojené s rozvojem výrobních sil. Zakládaly se pedagogické ústavy. Jedním z nejznámějších ústavů bylo Basedowovo Filantropinum v Desavě. Vyučovala se zde tělesná výchova v nejrůznějších rozmanitých formách, a právě plavání se stalo jedním z nejdůležitějších vyučovaných předmětů.¹⁵

Rok 1810 lze považovat za počátek sportovního plavání. Bylo úzce spjaté s vytrvalostními výkony a popudem k těmto výkonům se stal anglický básník lord G.G. Byron, který téhož roku přeplaval Dardanelskou úžinu, aby si ověřil pravdivost řecké báje o Leandroví. O více jak šedesát let později, tedy v roce 1875, byl přeplaván

¹⁵ Bubník, M., Čermáková, M., Hofer, Z., Hoch, M., & Juřina, K. (1959). *Plavání*. Praha: STN, s. 10.

anglickým kapitánem M. Webbem kanál La Manche za 21 hodin a 45 minut. Po necelých sto letech přijal tuto výzvu v roce 1971 i český těžký atlet, a především otužilce František Venclovský. Na druhý pokus byl jeho čas stanoven na 15 hodin a 26 minut. V polovině šedesátých let 19. století byly zakládány v Londýně první plavecké spolky přátel neboli plavecké kluby. Vznikaly také soutěže mezi kluby a jednotlivci. Anglie se tak stala kolébkou sportovního plavání. Výkon lorda Byrona významně ovlivnil vývoj světového plavectví. Muži i ženy různých věkových kategorií překonávali mořské průlivy s cílem dosažení nejlepších výkonů. Mimo kanál La Manche se zdolávaly například Mesinský průliv či průliv Öresund.¹⁶

Z dostupných pramenů či literatury dochovaných z těchto dob se nenachází žádné informace o jakékoli formě záchrany tonoucích, která by byla vyučována či záměrně provozována. Tudíž lze pouze spekulovat o skutečnosti záchrany lidských životů v těchto dobách.

Vodní záchranářství se začalo objevovat během 18. až 19. století, kdy se zakládala řada záchranných organizací pro pomoc těm, kteří potřebují záchranu či oživení. První takovou organizací byl spolek záchranářů Maatschapy Tot Redding van Drenkelingen z Amsterdamu neboli spolek pro záchranu tonoucích v Amsterdamu založený v roce 1767. V roce 1769 byla založena první záchranářská společnost v Německu pod jménem „Hamburské záchrané zařízení“. Postupem času vznikaly další spolky a organizace pro bezprostřední záchranu tonoucích, ovšem bez otázky prevence utonutí. Například spolky ve Vídni, Benátkách, v Kodani (1772), v Paříži (1773) či v Londýně (1774).

Johann Fridrich GutsMuts poprvé vystihnul pravou podstatu zabránění tonutí. V jeho knize *Gymnastika pro mládež* (1793) jako první jasně formuloval myšlenku, že umění plavat znamená zabránit utonutí. Vedl i praktická cvičení záchraného plavání. Ve svých spisech také uvádí informace a návody, jakým způsobem plavat v šatech, jak se potápět či jak plavat pod vodou a jaké hmaty používat při záchrane tonoucích. Ovšem společenské povědomí o záchraném plavání přichází až kolem roku 1850.¹⁷

¹⁶ Hoch, M., Klausová, D., Kučera, V., & Vorlíček, V. (1983). *Plavání (teorie a didaktika)*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, s. 14.

¹⁷ *Historie a současnost*. Vodní záchraná služba ČČK Brno – střed. (b. r.). Získáno 20. leden 2021, z <http://www.vzsbrno.cz/o-vzs-cck/historie-a-soucasnost>

Koncem 19. století několik národních organizací na záchranu života začalo neformálním způsobem spolupracovat za účelem předávání různých technik a zkušeností zachraňujících život. První organizované mezinárodní aktivity na záchranu života se datují až do roku 1878, kdy se konal první světový kongres ve francouzském městě Marseille.¹⁸

Tento kongres měl veliký úspěch a stmelil vztahy mezi některými státy. V následujících letech bylo uskutečněno několik kongresů, avšak žádný z nich nevedl k založení mezinárodní záchranářské federace dnes známé pod zkratkou FIS. Ovšem začaly vznikat záchranářské federace v některých evropských státech. V Anglii vznikla v roce 1891 Královská společnost vodní záchrany (RLSS), která je považována za prvotní federaci všech federací na světě. Dále to byly federace založené ve Francii (1893), v Itálii (1899), v Belgii (1902) a Dánsku (1907). V roce 1900 se pokusil Raymond Pilet uspořádáním záchranářského kongresu v Paříži vytvořit mezinárodní záchranářskou federaci, ale neúspěšně. Až v roce 1910 kdy Paříž sužovaly povodně, prezident Francouzské záchranářské federace Raymond Pilet znovu svolal kongres v Saint-Quen.

Na tomto setkání byla založena „Fédération Internationale de Sauvetage (FIS)“ neboli Mezinárodní záchranářská federace FIS. Spoluzakladateli včetně Francie byla Belgie, Dánsko, Velká Británie, Lucembursko a Švýcarsko. Španělsko a Itálie nemohly být přítomny, avšak rovněž podpořily vznik FIS. Sídlem FIS byla ustanovena Paříž ve Francii.

První světová válka pozastavila rozmach FIS. V meziválečném období se začala soustřeďovat pozornost nejen na vodní záchranu, ale také na silniční a horskou. Konec druhé světové války znamenal opětovné slučování FIS. Byl uspořádán kongres ve švýcarském městě Lausanne. V padesátých letech začaly vstupovat do FIS nové členské státy. Rok 1952, kdy se v Paříži konal kongres je všeobecně považován za znovuzrození FIS. Na tuto počest byla přejmenována na „Fédération Internationale de Sauvetage et de Secourisme et de Sport et de Sport Utilityaires“ (Mezinárodní federace záchrany, pomoci a užitých sportů). V roce 1963 byl tento název změněn na „Fédération Internationale de Sauvetage et de Sports Utilityaires“ (Mezinárodní federace záchrany a užitých sportů). Zkratka FIS zůstala nezměněna a znakem se stal záchranný kruh s touto zkratkou na pozadí mapy světa. Následně pak v roce 1985 došlo k opětovné změně

¹⁸ *History of the ILS*. International Life Saving Federation. (b. r.). Získáno 19. leden 2021, z <https://www.ilsf.org/about/history/>

názvu na „Fédération Internationale de Sauvetage Aquatique“ (Mezinárodní federace vodní záchrany).

Druhou světovou organizací soustřeďující se na vodní záchranářství je World Life Saving (WLS). Tato organizace byla založena v roce 1971 v australském městě Cronulle. Účelem založení bylo vytvoření vzdělávacích programů námořní bezpečnosti a vodních programů na základě mezilidských vztahů.

Prioritou FIS bylo rozvíjet a pomáhat všem institucím, které mají na starost všechny aspekty záchrany života s cílem zlepšit tělesnou výchovu a sport v rámci záchrany lidských životů. V roce 1993 se FIS spojila s WLS a vytvořila Mezinárodní záchrannou federaci ILS.¹⁹



Obrázek 2. Logo Mezinárodní záchranné federace FIS. Snímek převzatý z webu International FIS – Fédération Internationale de Sauvetage Aquatique. Life Saving Federation. (b. r.). Získáno 4. 4. 2021 z <https://www.ilsf.org/about/history/fis/>

¹⁹ Fédération Internationale de Sauvetage Aquatique. International Life Saving Federation. (b. r.). Získáno 21. leden 2021, z <https://www.ilsf.org/about/history/fis/>

3.2 Vývoj plavání na území České republiky

Vývoj na našem území byl poněkud odlišný než ten světový. Otrokářský řád nebyl plně rozvinut a kmeny spíše přecházely od prvobytně pospolné společnosti přes dobu předfeudální a feudální. Z těchto neexistují či se nedochovaly žádné zprávy hovořící o plavání. První náznaky plavání uvádí František Palacký, který mluví o národu Slovanů, který je plaváním a potápěním dobře znalý. Dalším byl byzantský Mauricius, který o Slovanech psal, jakožto vynalézavých lidech, kteří se dokázali rychle přepravovat přes řeky. Právě z tohoto období je možno usoudit, že česká vojska se vyznamenávala v bojích využitím řek k získání výhody nad nepřítelem. Ovšem feudální společnost, vlivem křesťanství, vrhala stejně jako ve světě, tak i u nás stín na plavání. Až v polovině 19. století je možné hovořit o samotném plavání, zvláště tedy jeho výcviku.²⁰

Roku 1845 se na našem území konaly první plavecké závody pořádané v rámci lidových slavností. Byly však spíše exhibicí než skutečným závodem. Sportovní plavání úzce souviselo se zakládáním prvních sportovních klubů v 90. letech 19. století. V srpnu roku 1895 uspořádal sportovní klub AC Praha plavecké závody mezi Střeleckým a Slovanským ostrovem v Praze. Na vývoji se podílely především veslařské kluby. Vůbec první mezinárodní mistrovství zemí Koruny české se konalo roku 1896. Hlavní disciplínou bylo 2000 m plavání volným způsobem. Později byla přidána disciplína 500 m plavání volným způsobem. Pořadatelé snažící se o co největší atraktivnost přidávali do závodu různé zpestření jako byl závod na neckách, na kládě či v sudu. Na závody bylo nahlíženo spíše jako na atrakci.²¹ Nejznámější distanční závod se jmenoval „Napříč Prahou“. Těchto závodů se účastnilo několik domácích plavců, z nichž velice známí byli např. Jaroslav Kopecký či Alfréd Nikodém. Značná byla také mezinárodní konkurence, od kterých se naši závodníci mnohé přiučili.

Největší rozmach přináší rok 1918, potažmo 1919. Byly zakládány první plavecké kluby a také Československý Amatérský Plavecký svaz (ČSAPS) s působností na celou Českou republiku. Hlavním účelem ČSAPS byla propagace plavání jako sportu v co nejširší vrstvě a s tím související zavedení výuky plavání a záchranného plavání na

²⁰ Hoch, M., Klausová, D., Kučera, V., & Vorlíček, V. (1983). *Plavání (teorie a didaktika)*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, s. 18.

²¹ Tamtéž, s. 19.

školách.²² Roku 1920 se ČSAPS stalo členem Mezinárodní plavecké federace. Začátky svazu nebyly vůbec lehké. V této době neexistovaly žádné státní příspěvky a z toho důvodu svaz musel vyžít pouze z darů bohatých lidí. Počátkem druhé světové války byl přerušen sportovní vývoj a vznikly dva samostatné plavecké svazy na Slovensku a v tzv. „protektorátě“. Až na konci války v roce 1945 se opět sjednotily. Roku 1948 vzniklo v Československé republice plavecké ústředí Československé obce sokolské. Koncem 20. století byl nejvyšším orgánem Výbor svazu plaveckých sportů ÚV ČSTV a v současné době to je Český svaz plaveckých sportů (ČSPS).²³

²² Bureš, P., & Plichta, J. (1931). *Sport a tělesná kultura v Čsl. republice a cizině*. Praha: Almanach Sportu, s. 311.

²³ Hoch, M., Klausová, D., Kučera, V., & Vorlíček, V. (1983). *Plavání (teorie a didaktika)*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, s. 20-21.

4 Vývoj a současná podoba vodní záchranné služby na území České republiky

Činnost vodní záchranné služby má v České republice dlouholetou tradici. První zmínky o činnostech vodních záchranářů sahají až do roku 1857. Právě tento rok byl počátkem založení prvních záchranných spolků. Prvním takovým spolkem byl „Pražský dobrovolný sbor ochranný“. Cílem bylo především chránit lidský život a zdraví a také poskytovat první pomoc při přírodních katastrofách či hromadných neštěstích jako jsou povodně, požáry apod.²⁴

První zmínky o sdruženích specializujících se výhradně na záchranu tonoucích, jsou až z dob po první světové válce. Na našem území se formovala dobrovolná sdružení záchranců tonoucích v rámci různých organizací. Formovány byly dle vzoru některých evropských států, jejichž dobrovolné spolky vodní záchrany měly již více jak stoletou tradici. Mezi tyto evropské státy patřilo Holandsko, Německo, Francie či Anglie. Všechna dobrovolná sdružení však vykonávala osvětovou činnost v oblasti záchranářství, organizovaly vodní záchrannou službu pro letní tábory a probíhal výcvik záchranců tonoucích. Konkrétněji šlo o Českou obec sokolskou, Křesťanské sdružení mladých mužů (YMCA), amatérský plavecký klub, Československý amatérský plavecký svaz a další.

Začátkem druhé světové války byl rozvoj vodní záchranné služby přerušen. K obnovení došlo až počátkem padesátých let 20. století, kdy se opět začaly projevovat snahy o znovuvybudování vodní záchranné služby. Hlavním iniciátorem této myšlenky byl RNDr. Jeroným Řepa působící v šedesátých letech jako odborný asistent na katedře tělesné výchovy Přírodovědecké fakulty Univerzity Karlovy (UK) v Praze. Neustále narůstající počty utonulých, které ve srovnání s ostatními evropskými státy byly alarmující vedly RNDr. J. Řepu k zavedení výuky záchrany tonoucích, kterou sám vyučoval. Snažil se prosadit vodní záchranné služby jako součásti některých společenských organizací (ČSTV, Červený kříž, Svazarm).

V březnu roku 1966 třetí plenární zasedání Československého červeného kříže (ČSČK) v tehdejší Československé socialistické republice přijalo rozhodnutí o zřízení Vodní záchranné služby (VZS) ČSČK. Roku 1967 doporučil sekretariát ÚV KSČ zpracovat koncepci VZS, dále schválil zásady VZS a akční plán jejich zajištění. Zásady i akční plán

²⁴ Miler, T. (2016). *Prevence, bezpečnost a záchrana u vody (bazény, koupaliště a aquaparky)*. Česká škola záchrany tonoucích (firma), Praha: Ondřej Falešník – FALON, s. 12.

stejný rok schválilo i předsednictvo ÚV ČSČK a současně ustavilo Ústřední radu VZS ČSČK, skládající se z vybraných odborníků. Ústřední radou VZS byl dále zpracován návrh vyhlášky o VZS a Statutu VZS.

Rok 1967 lze považovat za založení Vodní záchranné služby ČSČK jejímž zakladatelem byl zmíněný RNDr. Jeroným Řepa (1916-1984), avšak její aktivní působení začíná až o rok později, tedy v roce 1968, kdy došlo k uspořádání prvního kurzu pro instruktory a prvního doškolovacího kurzu v Olomouci.

Začátky byly pro VZS ČSČK krušné. Důvodem byl fakt, že veškerá činnost byla postavena na dobrovolnosti a nadšení jedinců, kteří chápali důležitost těchto služeb pro společnost. Od počátku 80. let VZS ČSČK projevovala snahu vstoupit do FIS. Dne 9. září 1988 se stala přidruženým členem FIS a 12. srpna 1991 poté členem plnoprávným. Tímto členstvím se otevřely dveře pro kvalitní spolupráci se záchrannými organizacemi s dlouholetou tradicí ve světě. Významný se stal rok 1993, kdy již VZS ČSČK se stala jedním ze zakládajících členů Mezinárodní záchranné federace (International Life Saving Federation – ILS).²⁵

V současné době má Vodní záchranná služba ČSČK k datu 31. 12. 2019 registrovaných 1505 členů v 37 pobočných spolcích (z toho 484 do 14 let, 185 do 18 let, 184 do 26 let, 652 nad 26 let). Řídícím, výkonným a koordinačním orgánem VZS je prezidium složené ze 7 členů, které ke své činnosti využívá Sekretariát VZS. Vodní záchranná služba ČSČK se opírá o čtyři hlavní pilíře své činnosti.

1. Záchrana a poskytování neodkladné rozšířené první pomoci na vodních plochách a v jejich blízkosti, včetně technické pomoci a záchrany.
2. Vodní záchranná služba ČSČK, z. s. jako aktivní součást integrovaného záchranného systému (IZS).
3. Sport a volnočasové aktivity pro mládež i dospělé, včetně prevence tonutí.
4. Komplexní vzdělávací řád záchranářů – od juniorů po specialisty na specifické typy vodního prostředí a lektory, instruktory, školitele nejen po složky IZS²⁶

²⁵ Tamtéž, s. 13.

²⁶ *Kdo jsme*. Vodní záchranná služba ČSČK. (b. r.). Získáno 6. únor 2021 z <https://www.vzs.cz/kdo-jsme/>

4.1 Vývoj vzdělávání vodních záchranářů na našem území

Již počátkem 20. století se v prvních učebnicích plavání objevují zmínky z oblasti výuky záchrany tonoucích. Popisovala se zde především metodika plavání, záchrana tonoucích a první pomoc. Této problematice se věnovaly zejména nově vznikající organizace zabývající se sportem, tělesnou výchovou a prací s mládeží. Organizací, jejichž cílem bylo zajištění výuky svých členů v oblasti záchrany lidského života ve vodě existovalo hned několik.

4.1.1 Křesťanské sdružení mladých mužů (YMCA)

YMCA sehrála velice důležitou roli v oblasti vodního záchranářství nejen na území ČR, ale především v západních zemích světa. Do Československé republiky se dostalo za pomoci amerických sekretářů YMCA, kteří navštívili již od roku 1921 každoročně pořádaný sázavský tábor určený pro chlapce. Vyučovalo se zde každé dopoledne v tzv. „volné škole“. Účastníci tábora si zvolili obor, ve kterém měli zájem se zdokonalit. Na výběr měli několik sportů jako atletika, míčové hry, branné sporty apod. V neposlední řadě výuka plavání, zdokonalování plavců či zábrana a prevence utonutí zajištěná zřízeným záchranným sborem. Řídil se zásadami „neplavce naučit plavat, dobrého plavce naučit záchraně tonoucích a tonoucímu pomoci“. YMCA vytvořila jednotná metodická pravidla a přísný zkušební řád. Sbor zachránců byl dělen následovně.

1. Žáci (elévové)
2. Čekatelé (junioři)
3. Pomahatelé (senioři)
4. Cvičitelé a instruktoři v čele s hlavním školitelem tzv. „komodorem“

Největší vliv měla YMCA na uspořádání a systém výuky ve VZS ČSČK/ČČK, ovšem činnost této organizace byla mezi lety 1948–1989 na území tehdejšího Československa zakázána. YMCA se řídila heslem „neznalost, podcenění situace a přecenění sil jsou bezprostřední nepřátele života. Nikdy neplav sám“.²⁷

4.1.2 Amatérský plavecký klub (APK)

Dalším spolkem zabývající se záchranou tonoucích byl amatérský plavecký spolek (APK), začleněný do Československého amatérského plaveckého svazu (ČSAPS). Hlavním útvarem spolku byla Sekce pro cvičení v záchraně tonoucích s úkolem vychovávat

²⁷ Miler, T. (2016). *Prevence, bezpečnost a záchrana u vody (bazény, koupaliště a aquaparky)*. Česká škola záchrany tonoucích (firma), Praha: Ondřej Falešník – FALON, s. 14.

statečné, neohrožené a sebeobětavé plavce, odhodlané kdykoliv k záchraně lidských životů. Sekce pro cvičení existovala v Českých Budějovicích, Praze a Plzni. Přístupná nejen pro členy, ale také pro veřejnost.

Prostřednictvím APK uspořádal ČSAPS 27. ledna a 10. února kurzy záchrany tonoucích v bazénu Klárova ústavu slepců v Praze 3. Tyto kurzy upoutaly tak velkou pozornost, že muselo několik desítek lidí být odmítnuto. Kurzu se účastnili příslušníci ministerstva národní obrany, Československé obce sokolské, Československého Orla a žup pražské, košické a plzeňské. V roce 1947 byl vydán „Organizační řád pro záchranu tonoucích“ a metodická příručka „Záchrana tonoucích“. Požadavky pro obdržení kvalifikace Mistr plavčích a Plavčích byly velice namáhavé.

4.1.3 Česká obec sokolská (ČOS)

Výuka záchrany tonoucích byla v ČOS součástí výuky plavání na letních táborech. Cvičenci, již znalí v oblasti plavání, museli v závěrečných zkouškách mimo samotné plavání předvést také patřičné znalosti vodní záchrany. Výuka záchrany tonoucích se dělila na několik částí: plavecká průprava, výcvik s dopomocí, výcvik vlastní záchrany, vyprošťování z úchopu tonoucího a první pomoc.²⁸ Avšak činnost ČOS byla v období sjednocené tělovýchovy komunistického Československa výrazně omezena.²⁹

4.1.4 Komise plavčích mistrů a Pražské lázně

Počátkem 70. let byla Komise plavčích mistrů zaštitěna Ministerstvem vnitra ČSR jediným gestorem školení a zkoušek kvalifikací Mistr plavčích a Plavčích. Osvědčení vydával podnik hlavního města Prahy Pražské lázně. Kvalifikace Plavčích se skládala z jednodenního přezkoušení bez kurzu, poté Kvalifikace Mistr plavčích z 14denního kurzu zakončeného zkouškou. Komise plavčích mistrů se setkávala jednou až dvakrát do měsíce, kde operativně řešila problémy a konkrétní případy v daných lokalitách.

Vydáním „Příručky pro plavčíky a mistry plavčích na lázních a koupalištích“ (1973) a vyhlášky Ministerstva vnitra ČSR „Organizační řád kursů plavčích a plavčích mistrů při podniku hlavního města Prahy Pražské lázně“ z 3. července 1979 došlo ke zlepšení kvality výuky. Na přelomu let 1991 a 1992 však dochází k zániku podniku Pražské lázně.

²⁸ Tamtéž, s. 14.

²⁹ Tamtéž, s. 15.

4.1.5 Československý svaz tělesné výchovy (ČSTV)

1. ledna 1984 zavedla ČSTV do kvalifikačních struktur novou kvalifikaci „vodní záchranář“ podmíněnou kvalifikací tělovýchovného zdravotníka 4. třídy. Tělovýchovný pracovník s touto rozšiřující specializací ovládal nejen znalosti příslušné třídy v oblasti zdravotnictví, ale také záchranu tonoucích osobním zásahem za pomoci záchranných prostředků. Vyjma této skutečnosti musel být dále schopen organizace záchranné služby při sportovních a turistických akcích na vodních plochách, která byla doposud zajišťována zachránci ČSČK.

Dohoda o spolupráci mezi ČÚV ČSTV a ČÚV ČSČK byla podepsána zástupci obou organizací 5. února 1987 v Praze s uplatněním mezi lety 1987 a 1990. Podepsáním dohody došlo k oboustranné spolupráci v jednotlivých sférách činnosti.³⁰

4.1.6 Svaz pro spolupráci s armádou (Svazarm)

V roce 1975 podepsaly organizace ČÚV ČSČK a ČÚV Svazarmu tzv. „Plán součinnosti“, jenž stanovil umožnění účasti záchranářů VZS ČSČK a sportovních potápěčů Svazarmu na sportovně-branných akcích a soutěžích obou organizací. Finanční náležitosti byly řešeny formou startovního či obdobnou formou, avšak odborný výcvik nebyl nijak finančně zatížen. Neexistovala ani podmínka členství záchranářů obou organizací v ČSČK.

Vždy začátkem kalendářního roku si ČSČK a Svazarm vyměňovaly svoje plány činnosti obsahující termínový kalendář výcvikových a sportovně-branných akcí a soutěží VZS ČSČK. V neposlední řadě docházelo k výměně metodických a odborných materiálů mezi organizacemi za účelem zvýšení a zkvalitnění odborné úrovně výcvikových programů.³¹

4.2 Historie vodní záchranné služby Československého Červeného kříže/Českého červeného kříže (VZS ČSČK/VZS ČČK)

Na tvorbě základních materiálů VZS ČSČK a vzdělávacího systému VZS ČČK se významně podílel již zmíněný RNDr. Jeroným Řepa. Vzdělávací systém VZS ČSČK měl podobnou podobu jako vzdělávací program organizace YMCA, ve které RNDr. J. Řepa dlouhá leta působil.

³⁰ Tamtéž, s. 15.

³¹ Tamtéž, s. 15.

Klasifikace VZS ČČK měly od počátku založení, tedy od roku 1968 až do roku 1986, následovnou podobu.

- Čekatel
- Junior
- Senior
- Instruktor

V témže roce založení vychází také metodický materiál vodní záchranné služby, učebnice J. Řepy „Nenechte je utonout“ (ČSČK, 1968). Tentýž rok, jak již bylo uvedeno dříve, se konal první kurz 14denní kurz VZS ČSČK pro instruktory v Olomouci, dále byly pak pořádány ve Frýdku Místku a o dva roky déle v roce 1971 v Bratislavě. Absolventi získávali klasifikaci Junior. V letech 1982–1994 pořádala VZS ČSČK/ČČK ústřední kurzy záchrany tonoucích v Dobrušce (východní Čechy). Od roku 1994 pod názvem Letní škola záchrany tonoucích.

Školení probíhalo nejenom centrálně, ale také na území některých okresů. Od roku 1993 se začalo postupně zlepšovat rozdělení organizační struktury VZS ČČK. Vzniklo 9 oblastí řízených oblastními mediky jakožto členy komise VZS při ČÚV ČSČK. Významně se podíleli na metodické a koordinační činnosti, zejména pak na metodickém vedení orgánů ČSČK v určených oblastech sloužících k založení a rozšiřování VZS ČSČK. Důraz byl kladen především na okresy s velkými vodními rekreačními plochami, jelikož zde byla činnost VZS potřebná a nutná.

Klasifikace Junior nebyla absolventům dle tehdejší legislativy v praxi uznávána. Zaměstnání mohli být pouze uchazeči s kvalifikacemi Plavčík či Mistr Plavčí, kteří dle zákona byli vyškoleni v rámci kurzů Pražských lázní. Od poloviny 80. let započíná spolupráce mezi Komisí plavčích mistrů a VZS ČSČK umožňující vzájemné uznávání kvalifikací. Mezi lety 1986-1999 vypadaly klasifikace následovně.

- Čekatel
- Junior (=plavčík) – od 18 let
- Senior (=plavčík) – od 21 let
- Instruktor – za splnění kvalifikačních podmínek od 25 let

Dalším významným přínosem vzdělávání ve VZS ČSČK bylo vydání edice čtyř učebnic „Abeceda záchrany“, kde autoři popisují nejenom záchrany tonoucích, ale také

zdravotnickou přípravu, potápění se vzduchovým přístrojem či samotné plavání. V roce 1990 vydal J. Bělohávek vzdělávací program VZS ČČK „Struktura a osnovy školení VZS ČČK“, ve které přesně popisuje vzdělávací programy jednotlivých kvalifikací. Objevuje se zde i nová kvalifikace Instruktor specialista stanovena pro špičkové odborníky v oblasti vodní záchrany.

V roce 1991 byla kvalifikace Plavčík a Mistr Plavčí akreditována MŠMT ČR a v září téhož roku se stalo Výcvikové centrum (VC) VZS ČČK hlavním gestorem pro vzdělávání a udělování kvalifikací v České republice. O dva roky později dochází k rozšíření akreditace a vznikají nové kvalifikace „Záchranář se specializací pro divokou vodu“ a „Záchranář se specializací pro hladinovou službu“.³²

Ve stejném roce předložila Vzdělávací komise ILSE svým členům standardy pro vzdělávání umožňující členským zemím ILS navzájem uznávat kvalifikace a zapojit se tak do mezinárodního trhu práce. Díky této skutečnosti bylo nuceno Prezidium VZS ČČK v roce 1996 změnit názvy stávajících kvalifikací a nahradit je novými názvy „Záchranář I., II. a III.“

V roce 1999 došlo k představení finální podoby uceleného systému vzdělávání pod názvem „Vzdělávací program VZS ČČK“ odpovídající požadavkům doby na vzdělávání vodních záchranářů na našem území i v zahraničí.

Kvalifikace VZS ČČK byly rozděleny následovně.

- Kvalifikace mládeže:
 - a. Mladý záchranář V. VZS ČČK
 - b. Mladý záchranář IV. VZS ČČK
- Základní kvalifikace s právní odpovědností:
 - a. Záchranář III. VZS ČČK – Plavčík
 - b. Záchranář II. VZS ČČK – Mistr Plavčí
- Speciální kvalifikace s právní odpovědností:
 - a. Záchranář hladinové služby VZS ČČK
 - b. Záchranář na divoké vodě VZS ČČK
- Pedagogická kvalifikace:
 - a. Záchranář I. VZS ČČK – Instruktor

³² Tamtéž, s. 16.

- b. Instruktor specialista VZS ČČK
- c. Lektor specialista VZS ČČK
- Ostatní osvědčení udělované v tomto období ve VZS ČČK:
 - a. Rozhodčí VZS ČČK
 - b. Certifikát „Použití záchranné desky při poranění páteře ve vodě“
 - c. Záchranářské minimum pro pracovníky bazénů, koupališť a aquaparků (od března 2010)³³

Dnes na našem území působí více akreditovaných školících zařízení pověřených vzděláváním a vydáváním kvalifikací Plavčík, Mistr Plavčí a Záchranář na volné vodě.³⁴

4.3 Výuka vodní záchrany na školách od 80. let 20. století po současnost

Povinná výuka plavání byla zařazena v rámci tělesné výchovy na základních školách v 1933. Od tohoto data do roku 1989 vzniklo 13 osnov tělesné výchovy, jehož součástí bylo tzv. „branné plavání“, kde se vyučovala sebezáchrana a záchrana tonoucích. Avšak až počátkem 80. let 20. století se stala záchrana tonoucích samostatným předmětem v oborovém studiu branné výchovy na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy v Praze. Zde se dostalo studentům možnosti obdržet kvalifikaci Junior VZS ČČK. Doposud byla výuka záchrany tonoucích nedílnou součástí výuky plavání na vysokých školách s tělovýchovným zaměřením. Pro tento předmět vyšly také publikace od T. Milera „Plavání a záchrana tonoucích“ (1984) a J. Bělohávkova ve spolupráci s T. Milerem „Vodní záchranná činnost“ (1989). Podobně jako na PF UK v Praze byla zařazena výuka záchrany tonoucích i na pedagogických fakultách v Brně a Olomouci.

Záchrana tonoucích je v současné době přítomna ve všech rámcových studijních plánech předmětu Plavání oboru se zaměřením na tělesnou výchovu a sport. Této tematice jsou věnovány povinné či volitelné předměty vedoucí většinou k získání záchranářské licence. Dále do studijních plánů oboru Diplomovaný zdravotnický záchranář na vyšších odborných zdravotnických školách se zařadily povinné kurzy vodní záchrany v rozsahu 40 hodin.³⁵ Dne 7. května 2014 byly zařazeny do Národní soustavy kvalifikací (NSK) neboli veřejného registru všech úplných profesních kvalifikací

³³ Tamtéž, s. 17.

³⁴ Tamtéž, s. 18.

³⁵ Tamtéž, s. 18.

potvrzovaných, rozlišovaných a uznávaných v České republice profesní kvalifikace „Plavčík“, „Mistr Plavčí“ a „Záchranář na volné vodě“.

Profesní kvalifikaci je možno získat vykonáním zkoušky před autorizovanou osobou. Jedinec zde dokazuje osvojení všech požadovaných kompetencí. Autorizovaná osoba je taková osoba, která má oprávnění zkoušet a vydávat osvědčení o uznání profesní kvalifikace. Takovou osobou se může stát fyzická či právnická osoba vyhovující podmínkám stanoveným zákonem.³⁶

³⁶ Tamtéž, s. 19.

5 Vodní záchranný sport

Vodní záchranný sport neboli sportovní vodní záchranářství je mezinárodně uznávaný sport rozšířený především v zahraničních zemích jako např. Anglie, Německo či Austrálie. V České republice není zdaleka tak rozšířen a není znám.³⁷ Obecně tento sport patří k nejkompexnějším a nejnáročnějším více disciplinárním sportům světa.³⁸ Primárně je určen k podpoře záchranářů v oblasti rozvoje, udržování a zlepšování základních fyzických a duševních dovedností potřebných nejenom ke sportovním účelům, ale také k záchraně tonoucích ve vodním prostředí. Na rozdíl od soutěží, záchranu tonoucích nelze nijak naplánovat. Z toho důvodu musí být každý záchranář maximálně připraven v případě nutnosti zasáhnout a efektivně pomoci lidem v život ohrožujících situacích.³⁹

5.1 Soutěže sportovního vodního záchranářství od roku 1968 do konce 80. let 20. století na území ČR

Vůbec první soutěže, které jsou na našem území zaznamenány, sahají do období začátku 70. let 20. století. První taková soutěž v záchraně tonoucích se konala v Ústí nad Labem 5. června 1971 pod názvem Pohár ČÚV ČSČK. Disciplíny závodu byly podobné dnešním a patřilo mezi ně např. hod kruhem na dálku, slalom na lodi na čas, resuscitace prováděná na modelu, 100 m plavání v šatech s podplaváním 3metrového úseku pod vodou či 100 m tažení makety utonulého. Nejznámější osobou tehdejších závodů byl Jindřich Měrka z Frýdku-Místku. Později byl tento závod přejmenován na Dny záchrany na vodě.

Ve Frýdku-Místku se roku 1980 pořádal další závod pod názvem Modelový závod záchrany tonoucích „Baška“. Název tohoto závodu byl místními vybrán z důvodu konání závodu na vodní nádrži Baška. Závod byl složený z několika disciplín prověřujících znalosti a fyzickou zdatnost účastníků.⁴⁰

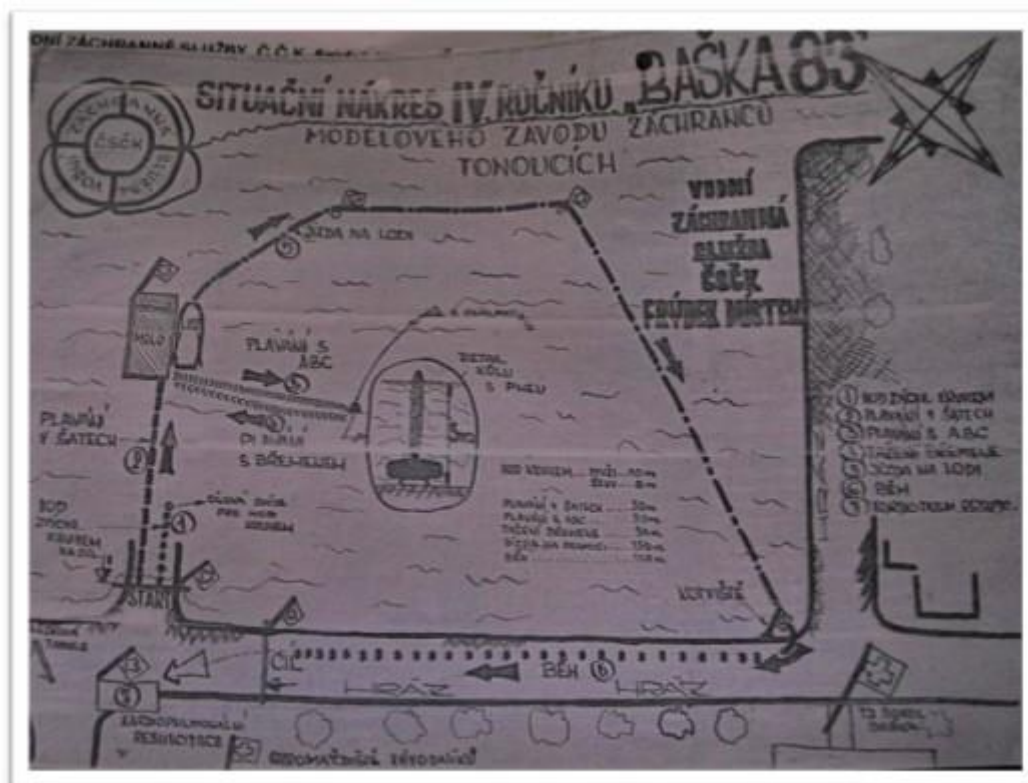
³⁷ *Vodní záchranný sport*. Vodní záchranná služba Brno – město. (b. r.). Získáno 26. 2. 2021 z <https://www.vzs-brno.cz/index.php/vodni-zachranny-sport>

³⁸ *Lifesaving Sport*. Royal Life Saving Society – Commonwealth Drowning Prevention. (b. r.). Získáno 26. 2. 2021 z <https://www.rlsscommonwealth.org/lifesaving-sport/>

³⁹ *Lifesaving Sport Events*. International Life Saving Federation. (b. r.). Získáno 26. 2. 2021 z <https://www.ilsf.org/lifesaving-sport/disciplines/>

⁴⁰ *Historie a současnost VZS v Moravskoslezském kraji – Frýdek-Místek*. Vodní záchranná služba ČČK Těrlícko. Získáno 27. 3. 2021 z http://www.vzsterlicko.cz/zajima-nas/historie-a-soucasnost-vzs-v-moravskoslezskem-kraji-frydek-mistek-1-5_217.html

Mezi tyto disciplíny patřilo 50 m plavání v šatech, hod záchranným kruhem, 30 m tažení břemene, 30 m plavání s ABC⁴¹, 150 m jízda na pramici, kardiopulmonální resuscitace a 100 m běh. Díky skvělé organizaci si tento závod získal velkou oblibu nejenom diváků, ale také účastníků. Dnes tento závod nese název Modelový závod jednotlivců ve vodní záchraně „Tvrdošíjní“.⁴²



Obrázek 3. Schéma závodu v záchraně tonoucích "Baška". Obrázek je převzat z webové stránky *Historie a současnost VZS v Moravskoslezském kraji*. Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). Získáno 27. 3. 2021 z http://www.vzsterlicko.cz/zajima-nas/historie-a-soucasnost-vzs-v-moravskoslezskem-kraji-frydek-mistek-1-5_217.html

Modelový závod jednotlivců ve vodní záchraně „Tvrdošíjní“

Poslední ročník závodu pořádaný Vodní záchrannou službou ČČK Jablonec nad Nisou se konal na vodní nádrži Mšeno I v srpnu roku 2020. Šlo již o 12. ročník tohoto závodníky i diváky velice oblíbeného závodu jednotlivců. Soutěží se ve dvou kategoriích, tedy v kategorii Záchranářů ve věku nad 16 let a v kategorii Open, ve které soutěží veřejnost.⁴³

⁴¹ Základní potápěčská výstroj (ploutve, maska, dýchací trubice)

⁴² *Historie a současnost VZS v Moravskoslezském kraji – Frýdek-Místek*. Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). Získáno 27. 3. 2021 z http://www.vzsterlicko.cz/zajima-nas/historie-a-soucasnost-vzs-v-moravskoslezskem-kraji-frydek-mistek-1-5_217.html

⁴³ *Závod Tvrdošíjní*. Vodní záchranná služba ČČK Jablonec nad Nisou. (b. r.). Získáno 27. 3. 2021 z <https://www.vzs-jablonec.cz/tvrdosijni/>

Popis disciplín závodu:

- Hod záchranným kruhem

Závodník stojí před startovní čarou a je již v zapnutém pracovním obleku, který je mokrý. Na signál rozhodčího uchopí záchranný kruh a hází kruh na cíl, který je umístěn cca 10 m od břehu. Má tři pokusy, aby záchranný kruh hodil na cíl, ovšem cíl nesmí trefit přímo ze vzduchu. Jakékoliv porušení pravidel se trestá penalizací 10 sekund k celkovému času. Okamžitě navazuje druhá disciplína.

- Plavání

Na signál rozhodčího závodník startuje v mokrém pracovním obleku a plave k molu zakotvenému cca 50 m od břehu. Před molem si svlékne pracovní oblek a zůstane jen v plavkách. Oblek položí na molo tak aby nespádl do vody. Na molu má již připravené ABC, které si obléká a plave dále 30 m volným způsobem k zařízení. Po celou dobu musí mít nasazené ABC. Na zařízení je pro muže umístěna pod vodou, v hloubce cca 3 m, pneumatika osobního automobilu. Pro ženy a kategorií Open je přivázaný k zařízení plně naplněný model. Daný předmět táhne libovolným způsobem zpět k molu. Zde odkládá ABC a pokračuje v další disciplíně.

- Surfový plovák

Tato disciplína navazuje na předchozí. Poté, co si závodník sundá a odloží ABC na molo, nastoupí na již připravený surfový plovák a pluje 60 m k bóji. Při bóji obrací plovák a tím simuluje záchranu tonoucího. Závodník se vrátí zpět 60 m k molu. Zde vrátí surfový plovák a pokračuje v další disciplíně.

- Kánoe

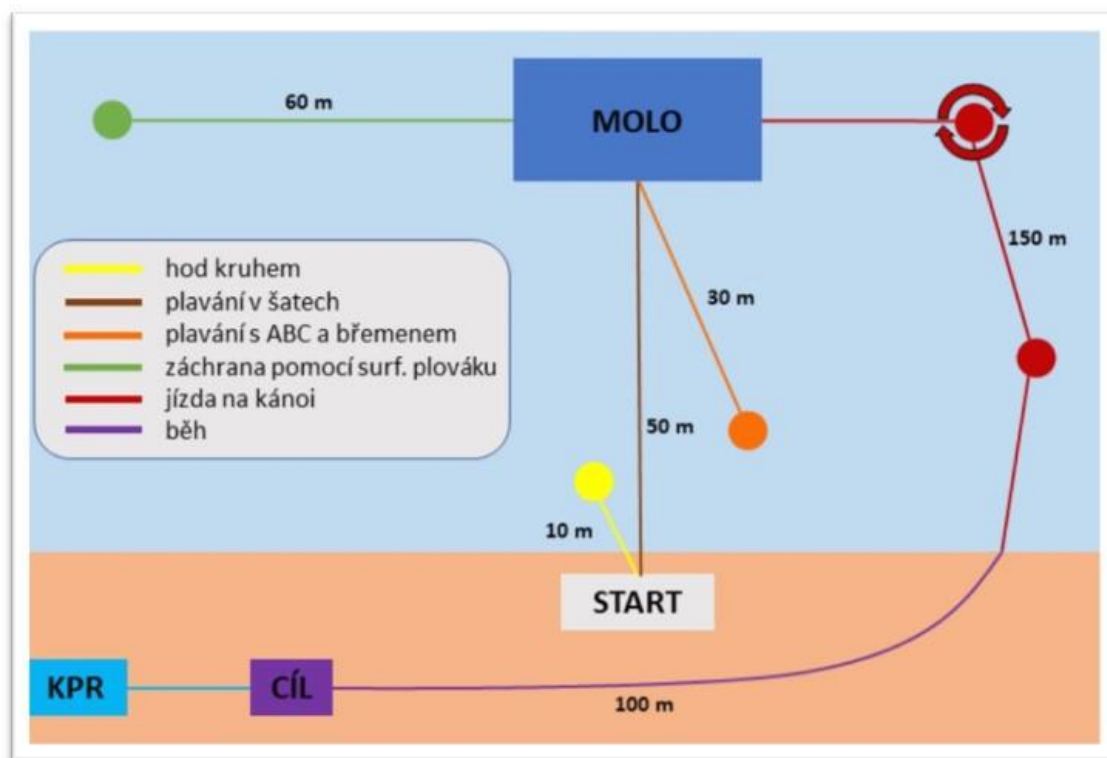
Disciplína přímo navazuje na předchozí, tedy surfový plovák. Závodník předává surfový plovák a nasedá do kánoe. Ta je již připravena a přikotvena k molu. V kánoi pluje po 150 m dlouhé trati vyznačené bóji. První bóji musí v kánoi obkroužit dokola a pluje dál kolem další bóje až do cíle. V cíli zanechá pádlo v lodi a pokračuje na další disciplínu.

- Běh

Tato disciplína je pokračováním té předchozí. Závodník loď zakotví na břehu, uloží pádlo do lodi a běží 100 m do cíle. Po uběhnutí se závodníkovi zastavuje čas a pokračuje dál na poslední disciplínu.

- KPR

Poslední disciplínou je kardiopulmonální resuscitace, která navazuje na předchozí běh. Závodník po doběhnutí přichází k modelu, na kterém bude provádět KPR. Má stanoven časový limit 2 minuty, do kterých musí zahájit akci. Samotné KPR se provádí 3 minuty.⁴⁴



Obrázek 4. Schéma Modelového závodu ve vodní záchranně "Tvrdošíjní". Snímek je převzatý z PDF souboru Modelový závod jednotlivců ve vodní záchranně „Tvrdošíjní“ z webu *Modelový závod jednotlivců ve vodní záchranně „Tvrdošíjní“*. Vodní záchranná služba ČČK Jablonec nad Nisou. (b. r.). Získáno 27. 3. 2021 z <https://www.vzs-jablonec.cz/tvrdosijni/propozice>

5.2 Soutěže sportovního vodního záchranářství od konce 80. let 20. století po současnost na území ČR

Soutěže sportovního vodního záchranářství lze na našem území dělit do dvou hlavních kategorií. První takovou kategorií jsou regionální soutěže, tedy soutěže konající se pouze na území České republiky. Druhou kategorií jsou soutěže, pořádané dle mezinárodních pravidel ILS, které dělíme na podkategorie bazénové, mořské a plážové. Obě kategorie jsou děleny podle věkových skupin.

⁴⁴ *Modelový závod jednotlivců ve vodní záchranně „Tvrdošíjní“*. Vodní záchranná služba ČČK Jablonec nad Nisou. (b. r.). Získáno 27.3. 2021 z <https://www.vzs-jablonec.cz/tvrdosijni/propozice>

5.2.1 Soutěže dle mezinárodních pravidel ILS

Soutěže probíhající dle pravidel ILS lze rozdělit do dvou kategorií, tedy na bazénové disciplíny a disciplíny na „volné vodě“ spolu s plážovými disciplínami. Mimo území České republiky jsou pořádány každé dva roky organizací ILS mistrovství Evropy, mistrovství světa. Poslední světovou soutěží jsou světové hry pořádané, stejně jako olympijské hry, každé čtyři roky. Probíhají však v mezidobí.

Na území České republiky jsou pořádány soutěže Vodní záchrannou službou ČČK, které podléhají pravidlům jak mezinárodních ILS, tak těch národních. Mezi tyto soutěže patří Mistrovství České republiky VZS ČČK „Volná voda“, Mistrovství České republiky VZS ČČK v bazénových disciplínách, a Mistrovství České republiky VZS ČČK žactva a dorostu a v neposlední řadě nejprestižnější závod ve vodním záchranném sportu Grand Prix Moravia pořádaný v Brně. Poslední soutěž proběhla v roce 2019 v Sokolově. Jednalo se o Mistrovství ČR mládeže.

Mistrovství České republiky VZS ČČK v bazénových disciplínách

Poslední Mistrovství České republiky pořádané Vodní záchrannou službou ČČK v bazénových disciplínách proběhlo v prosinci roku 2017 v Brně. Závod je rozdělen do tří věkových kategorií: Žáci, Junioři a kategorie Open. Závodníci soutěží jak sami za sebe, tak i v družstvech a plavou v bazénech s délkou dráhy 50 m.⁴⁵

Popis disciplín závodu jednotlivců:

- 200 m plavání s překážkami (200 m Obstacle Swim)

Závodník na signál skáče do vody a plave 200 m volným způsobem. Na každém 50 m úseku jsou rozmístěny překážky, které musí závodník podplavat. Ty jsou rozmístěny napříč bazénem po 12,5 m od stěny bazénu a jsou od sebe vzdálené 25 m. Disciplína končí poté, co se závodník dotkne cílové stěny bazénu jakoukoli částí těla.

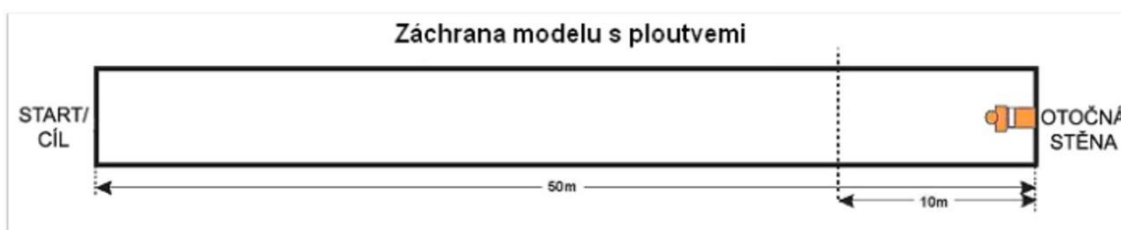
⁴⁵ Mistrovství České republiky Vodní záchranné služby ČČK bazénové disciplíny. Vodní záchranná služba ČČK. (b. r.). Získáno 13. 3. 2021 z https://www.vzs.cz/wp-content/uploads/2017/11/ILS_Propozice_VZS_2017_CZ.pdf



Obrázek 5. Schéma disciplíny 200 m Plavání s překážkami. Snímek je převzatý z PDF souboru Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZS ČČK z webu *Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZS ČČK*. Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). Získáno 13. 3. 2021 z <http://www.vzsterlicko.cz/download/mr-dospelych-2006-ils-pravidla.pdf>

- 100 m záchrana modelu s ploutvemi (100 m Manikin Carry with Fins)

Závodník s již nasazenými ploutvemi startuje na signál skokem do vody. Plave 50 m volným způsobem. U obrátkové stěny se zanoří pro model ležící na dně bazénu. Je povinen se s modelem do 10 metrů vynořit. Zbývající úsek z 50 m táhne model až k cílové stěně. Jejím dotknutím disciplína končí.⁴⁶

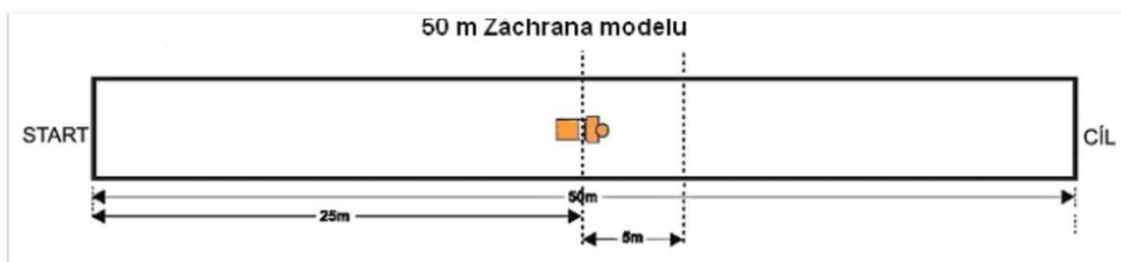


Obrázek 6. Schéma disciplíny 100 m záchrana modelu s ploutvemi. Snímek je převzatý z PDF souboru Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZS ČČK z webu *Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZS ČČK*. Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). Získáno 13. 3. 2021 z <http://www.vzsterlicko.cz/download/mr-dospelych-2006-ils-pravidla.pdf>

- 50 m záchrana modelu (50 m Manikin Carry)

Závodník startuje na signál rozhodčího skokem do vody a plave 25 m volným způsobem. Zde se potápí pro model ležící na dně bazénu. S modelem se musí vynořit do 5 metrů a zbývající úsek táhne model k cílové stěně. Po doteku cílové stěny disciplína končí.

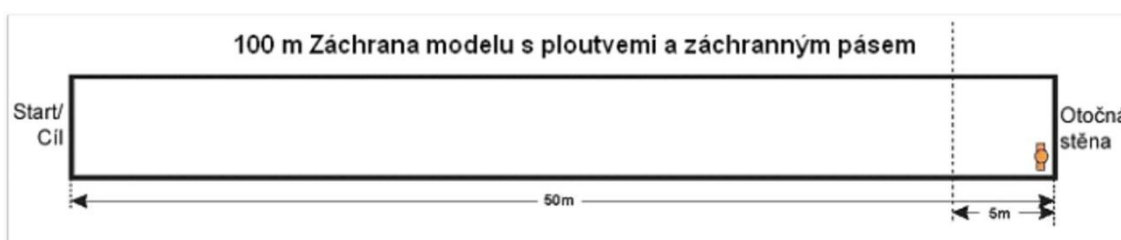
⁴⁶ Inett, R. (2005). *Lifesaving sport – A technical manual for the sport of lifesaving*. Royal Life Saving Society UK, s. 121.



Obrázek 7. Schéma disciplíny 50 m záchrana modelu. Snímek je převzatý z PDF souboru Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZS ČČK z webu *Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZZ ČČK*. Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). Získáno 13. 3. 2021 z <http://www.vzsterlicko.cz/download/mr-dospelych-2006-ils-pravidla.pdf>

- 100 m záchrana modelu s ploutvemi a záchranným pásem (100 m Manikin Tow with Fins)

Závodník s již nazutými ploutvemi a oblečeným záchranným pásem na signál skáče do vody. Plave 50 m volným způsobem. U obrátkové stěny zapíná do záchranného pásu z poloviny naplněný vznášející se model, přidržený členem jeho týmu. Model musí být zapnut do 5 m od obrátkové stěny. Po zapnutí model táhne zpět 50 m k cílové stěně. Dotekem cílové stěny disciplína končí a zastavuje se čas.⁴⁷



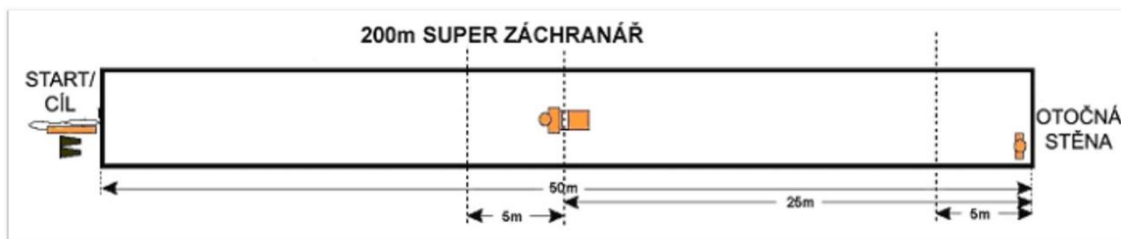
Obrázek 8. Schéma disciplíny 100 m Záchrana modelu s ploutvemi a záchranným pásem. Snímek je převzatý z PDF souboru Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZS ČČK z webu *Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZZ ČČK*. Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). Získáno 13. 3. 2021 z <http://www.vzsterlicko.cz/download/mr-dospelych-2006-ils-pravidla.pdf>

- 200 m „Super záchranař“ (200 m Super Lifesaver)

Závodník startuje na signál rozhodčího. Skáče do vody a plave 75 m volným způsobem. V této části se potápí pro model ležící na dně bazénu. S modelem se musí vynořit do 5 metrů. Zbývající část táhne model k obrátkové stěně. Po dotyku stěny model pouští a obléká si záchranný pás spolu s ploutvemi, zatímco je stále ve vodě. Poté plave 50 m volným způsobem k obrátkové stěně, kde po dotyku upevňuje záchranný pás kolem z poloviny naplněného vznášejícího se modelu, který musí zapnout do 5 metrů od

⁴⁷ Tamtéž, s. 121.

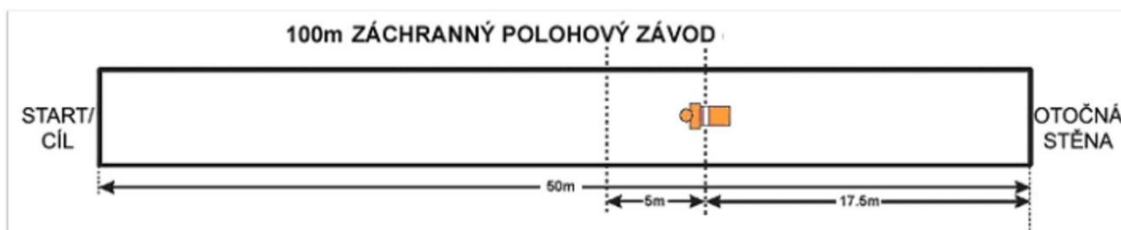
obrátkové stěny. Posledních 50 m táhne model k cílové stěně, jejímž dotykem disciplína končí.⁴⁸



Obrázek 9. Schéma disciplíny 200 m Super záchranař. Snímek je převzatý z PDF souboru Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZS ČČK z webu *Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZZ ČČK*. Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). Získáno 13. 3. 2021 z <http://www.vzsterlicko.cz/download/mr-dospelych-2006-ils-pravidla.pdf>

- 100 m záchranný polohovací závod (100 m Rescue Medley)

Závodník, startující z bloku, na zvukový signál skáče do vody a plave 50 m volným způsobem k obrátkové stěně. Provede obrátku a zanoří se. Plave 17,5 m pod vodou k modelu ponořeného na dně bazénu. Model musí vytáhnout v 5 m pásu. Po vynoření plave s modelem zbývající úsek k cílové stěně. Během obrátky se mohou závodníci nadechnout, nikoliv však poté co se odrazí od stěny. Nadechnout se mohou až po vynoření s modelem. Závodník nesmí od chvíle tažení ztratit kontakt s modelem.



Obrázek 10. Schéma disciplíny 100 m záchranný polohový závod. Snímek je převzatý z PDF souboru Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZS ČČK z webu *Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZZ ČČK*. Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). Získáno 13. 3. 2021 z <http://www.vzsterlicko.cz/download/mr-dospelych-2006-ils-pravidla.pdf>

Popis disciplín družstev:

- 4x50 m štafeta plavání s překážkami (4x50 m Obstacle Relay)

Na zvukový signál první závodník skáče z bloku do vody a plave 50 m volným způsobem. Stejně jako u závodu jednotlivců v jednom 50 m úseku podplave 2 překážky rozmístěné 12,5 m od stěny a 25 m od sebe. Dotykem prvního závodníka startuje druhý,

⁴⁸ *Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZS ČČK*. Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). Získáno 13. 3. 2021 z www.vzsterlicko.cz/download/mr-dospelych-2006-ils-pravidla.pdf

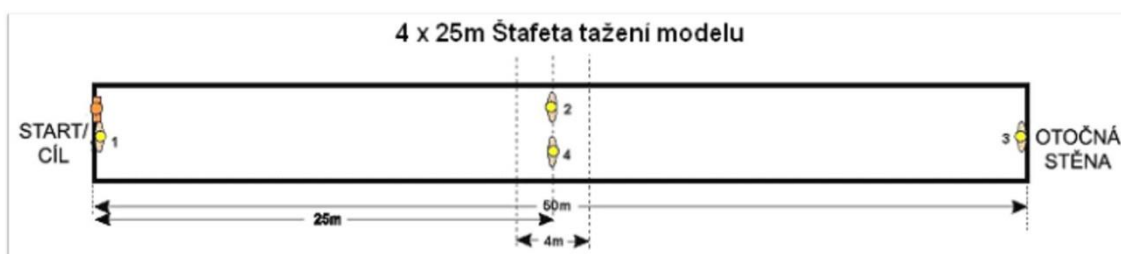
který plave stejných 50 m, při kterých podplave 2 překážky. Čas se zastavuje ve chvíli, kdy se poslední neboli čtvrtý závodník dotkne cílové stěny jakoukoliv částí těla.



Obrázek 11. Schéma disciplíny 4x50 m štafeta plavání s překážkami. Snímek je převzatý z PDF souboru Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZS ČČK z webu *Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZZ ČČK*. Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). Získáno 13. 3. 2021 z <http://www.vzsterlicko.cz/download/mr-dospelych-2006-ils-pravidla.pdf>

- 4x25 m štafeta tažení modelu (4x25 m Manikin Carry Relay)

V této štafetě jsou všichni čtyři závodníci již ve vodě. Jeden závodník je u startovní stěny, dva závodníci ve středu bazénu a poslední u obrátkové stěny. První závodník táhne prvních 25 m model plně naplněný vodou. Po 25 m předává model druhému závodníkovi, který plave zbývající úsek, tedy dalších 25 m k obrátkové stěně. Zde již čeká třetí závodník, který si přebírá model. Dále závod probíhá obdobným způsobem. Dotykem čtvrtého závodníka cílové stěny disciplína končí. Po celou dobu tažení a výměn nesmí dojít ke ztrátě kontaktu s modelem.

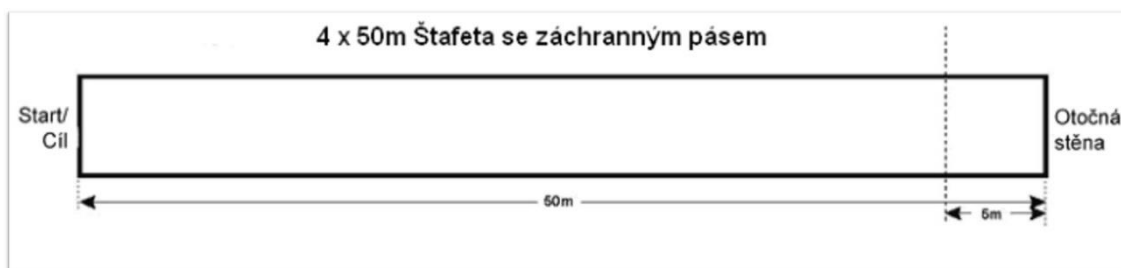


Obrázek 12. Schéma disciplíny 4x25 m štafeta tažení modelu. Snímek je převzatý z PDF souboru Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZS ČČK z webu *Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZZ ČČK*. Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). Získáno 13. 3. 2021 z <http://www.vzsterlicko.cz/download/mr-dospelych-2006-ils-pravidla.pdf>

- 4x50 m štafeta se záchranným pásem (4x50 m Rescue Medley Relay)

První závodník startuje na zvukový signál skokem do vody z bloku a plave 50 m volným způsobem. Dotykem obrátkové stěny startuje druhý závodník, který má již nasazené ploutve a plave 50 m volným způsobem. Po dotyku stěny druhým závodníkem startuje závodník třetí, který má již oblečen záchranný pás a plave dalších 50 m volným způsobem. U obrátkové stěny již čeká čtvrtý závodník ve vodě s nasazenými ploutvemi. Po dotyku obrátkové stěny předává třetí závodník záchranný pás čtvrtému. Třetí

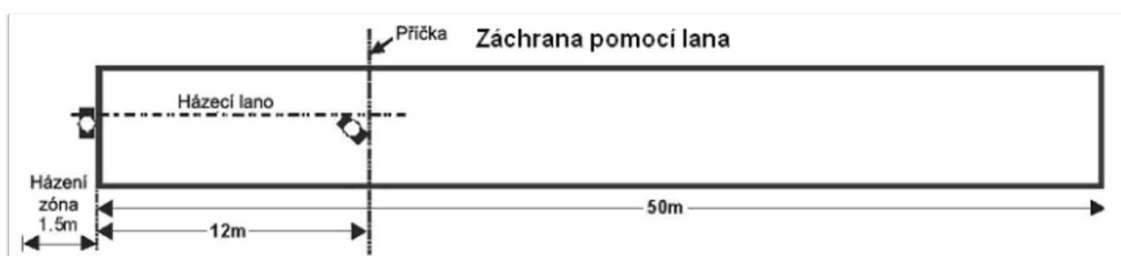
závodník se chytá oběma rukama záchranného pásu a je tažen závodníkem čtvrtým. Po dotyku posledního závodníka cílové stěny disciplína končí. Během tažení může „tonoucí“ kopat, ale jakákoliv jiná pomoc je zakázána.



Obrázek 13. Schéma disciplíny 4x50 m štafeta se záchranným pásem. Snímek je převzatý z PDF souboru Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZS ČČK z webu *Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZZ ČČK*. Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). Získáno 13. 3. 2021 z <http://www.vzsterlicko.cz/download/mr-dospelych-2006-ils-pravidla.pdf>

- Záchrana pomocí lana (Line Throw)

V této disciplíně si závodníci určí, kdo bude „záchránář“ a kdo „tonoucí“. Na zvukový signál skáče do vody „tonoucí“ s lanem. Plave cca 12 m od stěny bazénu, a přitom natáhne lano. „Tonoucí“ se přidržuje druhého nataženého lana. „Záchranář“ na startovní povel rozhodčího musí co nejrychleji smotat v dráze natažené lano, hodit ho „tonoucímu“ a opět co nejrychleji ho přitáhnou k sobě. Časový limit je stanoven na 45 sekund, po kterých zazní zvukový signál a disciplína končí.⁴⁹



Obrázek 14. Schéma disciplíny Záchrana pomocí lana. Snímek je převzatý z PDF souboru Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZS ČČK z webu *Nová pravidla disciplin ILS pro Mistrovství republiky VZZ ČČK*. Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). Získáno 13. 3. 2021 z <http://www.vzsterlicko.cz/download/mr-dospelych-2006-ils-pravidla.pdf>

- SERC (Simulated Emergency Response Competition)

SERC neboli česky soutěž v simulované záchráně je speciální disciplína pro čtyřčlenné družstvo, která má za úkol ověřit si znalosti, schopnosti a úsudek celého družstva. Družstvo se musí vypořádat s určitou situací bez jakéhokoliv času na případnou přípravu. Informace o dané situaci dostávají pouze několik minut před samotným

⁴⁹ Inett, R. (2005). *Lifesaving sport – A technical manual fot the sport of lifesaving*. Royal Life Saving Society UK, s. 121.

startem závodu, tudíž mají velice krátký čas na domluvu mezi sebou. Po zaznění zvukového signálu je závod odstartován a závodníci musí vyřešit danou situaci během dvou minut. Všechny týmy řeší shodnou situaci a jsou hodnoceny stejnými porotci.⁵⁰

Mistrovství České republiky VZS ČČK v plážových a mořských disciplínách

Tento závod dle mezinárodních pravidel ILS proběhl na území České republiky ve dvou ročnících. Závod kombinuje plaveckou a běžeckou rychlost, kterou účastníci musí prokázat v pěti disciplínách. Soutěžilo se ve dvou věkových kategoriích: Junioři a Senioři. Oba závody jsou součástí nominační série pro mistrovství Evropy a mistrovství světa. Probíhali na Lipně v Horní Plané a doposud jsou to první a jediné nebazénové závody, které se konaly. První ročník Mistrovství ČR v plážových a mořských disciplínách proběhl v červnu roku 2011. Tato akce byla pořádána v rámci Mezinárodního měsíce ILS a Vodní záchrany pod záštitou hejtmana Jihočeského kraje.⁵¹

Druhý ročník proběhl také v červnu, ale již roku 2012. Další informace o závodu byly sděleny ředitelem Vodní záchranné služby ČČK Český Krumlov Ing. Milanem Bukáčkem. *„Na Lipně v Horní Plané se o víkendu konalo Mistrovství České republiky v plážových a mořských disciplínách. V současné době se jedná o jediné české nebazénové závody pořádané dle pravidel ILSF (International Lifesaving Federation), proto jsou nedílnou součástí nominační série pro mistrovství Evropy ve Švédsku a mistrovství světa v Austrálii. Vlastní soutěž se konala v sobotu 9. června u hotelu Na Pláži v Horní Plané a pořádala ji Vodní záchranná služba ČČK Český Krumlov pod záštitou hejtmana Jihočeského kraje a ve spolupráci s vodními záchranáři z Horního Rakouska, městem Horní Planá a společností Pro-Sport ČK. O titul republikového mistra soutěžili jak junioři, tak senioři. Svou záchranářskou všestrannost museli prokázat v pěti různých disciplínách, které jsou kombinací plaveckých a běžeckých dovedností a umění jízdy na speciálním závodním mořském plováku. V záchranářské štafetě pak týmy prokázaly schopnost týmové spolupráce. Jedním z největších soupeřů bylo pro závodníky velmi nepříznivé počasí. Teplota vzduchu se v sobotu v Horní Plané přibližovala deseti stupňům a teplota vody dosahovala sotva šestnáctky.“*

⁵⁰ *Lifesaving Sport Events*. International Life Saving Federation. (b. r.). Získáno 20. 3. 2021 z <https://www.ilsf.org/lifesaving-sport/disciplines/>

⁵¹ *Mezinárodní mistrovství České republiky v plážových a mořských disciplínách*. Vodní záchranná služba ČČK MS Český Krumlov. (b. r.). Získáno 23. 3. 2021 z http://www.zachranari.com/e_download.php?file=data/editor/164cs_1.pdf&original=propozice_Lipno_2011.pdf

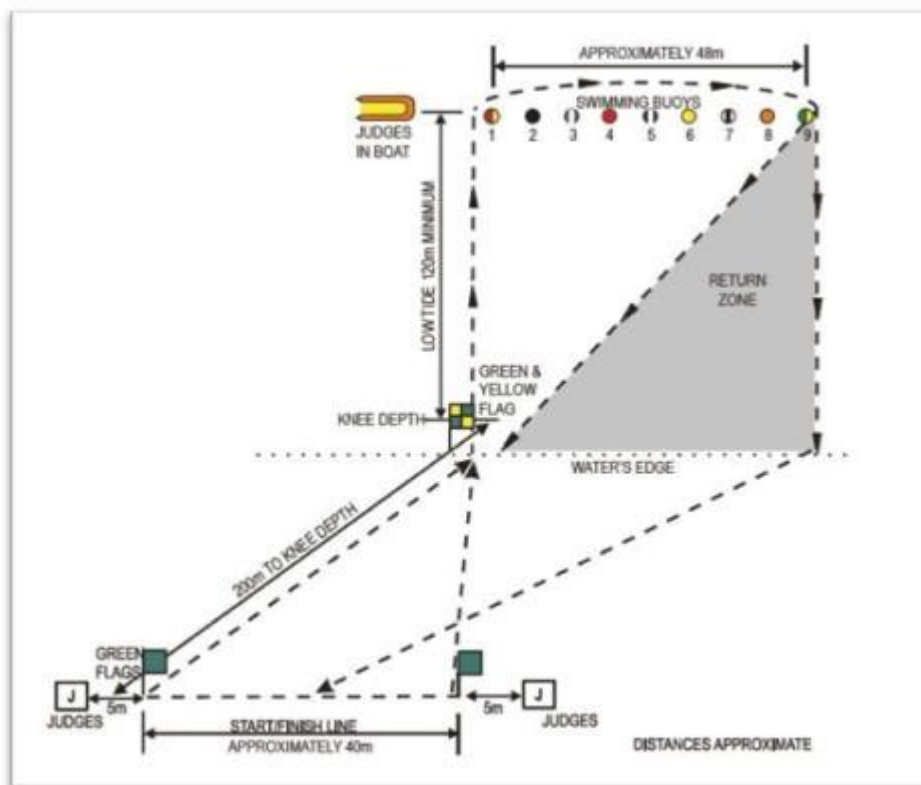
„Mezi nejlepší patřil tým závodníků z Brna Města, kteří se umístili na třetím místě v bodování týmů, na druhém místě byl tým Neratovic a pohár starostky Černé v Pošumaví Ireny Pekárkové mohl převzít předseda MS Český Krumlov Milan Bukáček za první místo v soutěži družstev. Pohár pro nejlepšího jednotlivce převzala z rukou starosty města Horní Planá Jiřího Hůlky Natálie Berounská z Českého Krumlova, která v celkovém hodnocení vyhrála jak v soutěži juniorů, tak i seniorů. Na druhém místě v juniorkách se umístila Kristýna Lukšová z Českého Krumlova před Natálií Petržílkovou z Neratovic. V seniorkách pak za Natálií Berounskou skončila na druhém místě Linda Horňáková z Neratovic a na třetím místě byla opět Kristýna Lukšová. V juniorech třetí místo obsadil Jan Cabadaj z Neratovic za Danielem Květoněm a prvním Alešem Berounským. Oba jsou z Českého Krumlova. Seniorskou kategorii ovládl Jakub Piňos z Brna střed, na druhém místě za ním skončil Aleš Berounský a třetí místo obsadil Martin Mácha z oddílu Praha 15.“⁵²

Popis disciplín jednotlivců:

- Běh – plavání – běh (Run – Swim – Run)

Na signál rozhodčího běží závodníci 200 m ke značce umístěné na břehu. Zde vstupují do vody a dále plavou 300 m volným způsobem okolo bójí. Po doplávání opět vstupují na souš a běží 200 m do cíle. Závodníci musí doběhnout ve vzpřímené poloze. Závodník dokončuje disciplínu protnutím cíle hrudí.

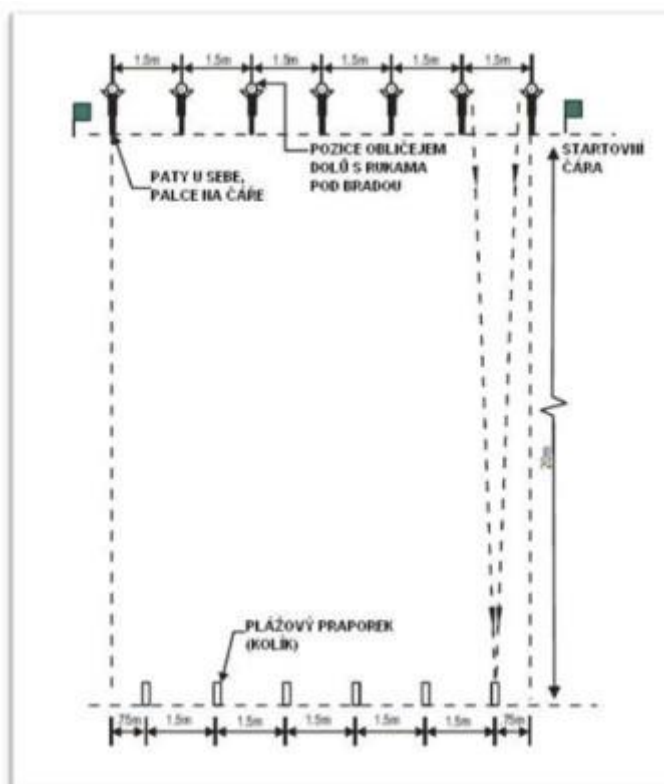
⁵² Rozhovor s ředitelem Vodní záchranné služby ČČK Český Krumlov Ing. Milanem Bukáčkem. Získáno 23. 3. 2021.



Obrázek 15. Schéma disciplíny Běh – plavání – Běh. Snímek je převzatý z PDF souboru Mistrovství ČR v plážových a mořských disciplínách z webu *Mistrovství ČR v plážových a mořských disciplínách*. Vodní záchranná služba ČČK Český Krumlov. (b. r.). Získáno 23. 3. 2021 z http://www.zachranari.com/e_download.php?file=data/editor/164cs_2.pdf&original=discipliny-more-plaz.pdf

- Plážové praporečky (Beach Flags)

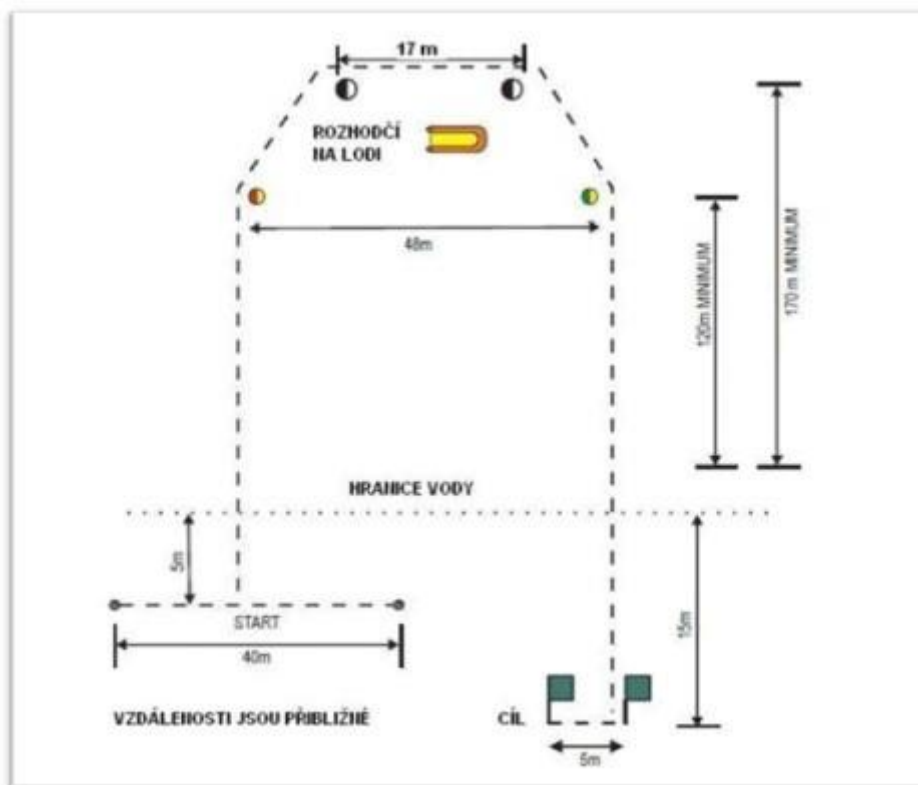
Závodníci zaujmají pozici minimálně 1,5 m za startovní čarou. Startují z lehu v písku, kdy leží obličejem dolů, paty u sebe, ruce jsou položeny jedna na druhé a hlava je nahoře. Na zvukový signál rozhodčího závodník vstává, otáčí se a běží 20 m pro plážový praporek neboli „kolík zapíchnutý v písku. Kolíků je však vždy méně než závodníků, tudíž ten, kdo nestihne sebrat kolík je vyřazen. Maximální počet závodníků je 16, ovšem vždy závisí na místních podmínkách a počtu přihlášených.



Obrázek 16. Schéma disciplíny Plážové praporek. Snímek je převzatý z PDF souboru Mistrovství ČR v plážových a mořských disciplínách z webu *Mistrovství ČR v plážových a mořských disciplínách*. Vodní záchranná služba ČČK Český Krumlov. (b. r.). Získáno 23. 3. 2021 z http://www.zachranari.com/e_download.php?file=data/editor/164cs_2.pdf&original=discipliny-more-plaz.pdf

- Plovák (Surf Race)

Závodníci na zvukový signál rozhodčího startují již s plovákem z pláže. Běží 5 m k břehu a vstupují do vody. Na plováku plavou 400 m okolo bójí až zpět ke břehu. Zde vystupují z vody a běží 15 m s plovákem do cíle.

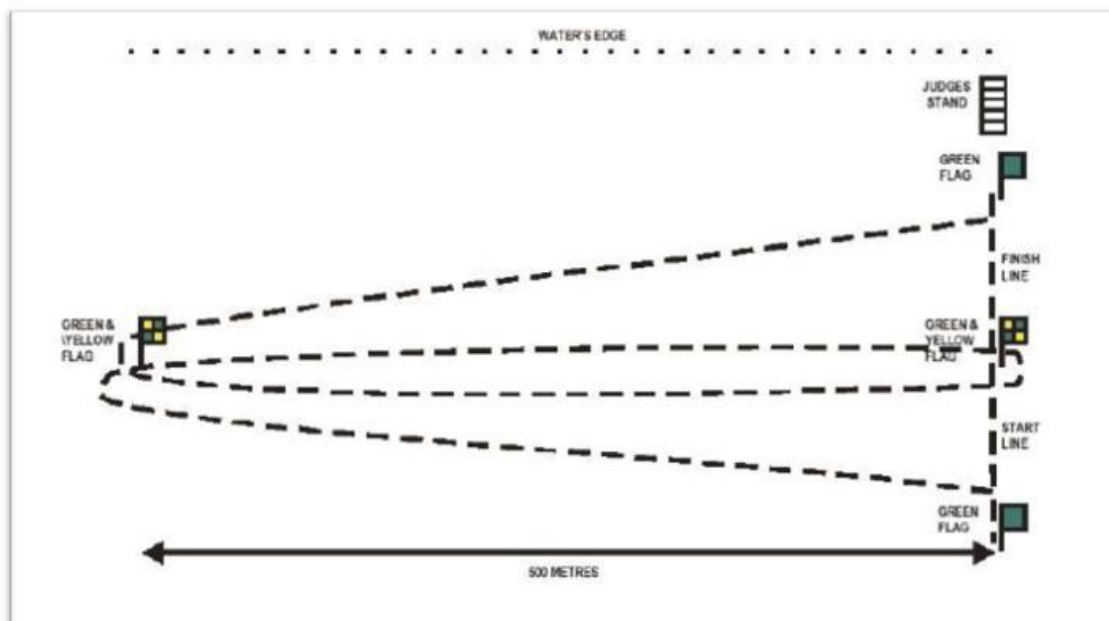


Obrázek 17. Schéma disciplíny Plovák. Snímek je převzatý z PDF souboru Mistrovství ČR v plážových a mořských disciplínách z webu *Mistrovství ČR v plážových a mořských disciplínách*. Vodní záchranná služba ČČK Český Krumlov. (b. r.). Získáno 23. 3. 2021 z http://www.zachranari.com/e_download.php?file=data/editor/164cs_2.pdf&original=discipliny-more-plaz.pdf

- Plážový běh (Beach Run)

Na akustický signál rozhodčího závodníci vyběhají ze startu. Běží 500 m k obrátkovému praporku, který obíhají po směru hodinových ručiček a běží stejnou vzdálenost zpět. Celé opakují ještě jednou. Tedy závodníci běží celkový úsek 2 km.⁵³

⁵³ *Mistrovství ČR v plážových a mořských disciplínách*. Vodní záchranná služba ČČK Český Krumlov. (b. r.). Získáno 23. 3. 2021 z http://www.zachranari.com/e_download.php?file=data/editor/164cs_2.pdf&original=discipliny-more-plaz.pdf



Obrázek 18. Schéma disciplíny Plážový běh. Snímek je převzatý z PDF souboru Mistrovství ČR v plážových a mořských disciplínách z webu *Mistrovství ČR v plážových a mořských disciplínách*. Vodní záchranná služba ČČK Český Krumlov. (b. r.). Získáno 23. 3. 2021 z http://www.zachranari.com/e_download.php?file=data/editor/164cs_2.pdf&original=discipliny-more-plaz.pdf

Popis disciplín družstev:

- Záchranářská štafeta (Rescue Tube Rescue)

Štafetový tým se skládá ze čtyř závodníků. Tým může být smíšený či z různých místních skupin, avšak poté se nepočítají do celkového hodnocení místních skupin. V týmu si rozdělí 4 role, tedy „oběť“, záchránce se záchraným pásem a dva záchranáři. Tým je nastoupený na startovní čáře. Před startem musí závodníci mít vše svoje vybavení na straně startovní čáry. Jediný záchránce může mít záchraný pás nasazen a ploutve držet v ruce. Na zvukový signál rozhodčího vstupuje „oběť“ do vody a plave cca 120 m volným způsobem k bóji. Po doplávání se chytne bóje a zvedá paži, kterou dává signál záchranáři se záchraným pásem. Ten si dle uvážení nazouvá ploutve a plave k bóji z levé strany pro „oběť“. Zapíná záchraný pás okolo těla „oběti“, tedy přesněji pod oběma pažemi. S „obětí“ plave záchranář okolo bóje a táhne ji zbývající úsek k pláži. Záchranáři, kteří čekají na startovní čáře mohou překročit startovní čáru, vstoupit do vody a pomoci záchranáři táhnoucí „oběť“. Disciplína pro tým končí, jakmile je „oběť“ donesena či dotažena do cíle.⁵⁴

⁵⁴ Tamtéž.

Mistrovství České republiky VZS ČČK „Volná voda“

Ačkoliv se tento závod zdá být podobný mistrovství ČR v plážových a mořských disciplínách, tak je disciplínami velice odlišný. Jedná se výhradně o závod tříčlenných družstev. Závod je určen k srovnání dovedností a fyzických zdatností účastníků. Zaměřuje se především na záchrannou činnost u vody a první pomoc. V roce 2014 proběhl 40. ročník tohoto závodu a byl zatím také posledním, který se konal.⁵⁵

Popis disciplín:

- Štafeta 3x100 m plavání za ztíženým podmínek

Všichni členové družstva jsou připraveni před startovní čarou v již oblečených mokrých šatech zapnutých alespoň na jeden knoflík. Na zvukový signál rozhodčího startuje první závodník družstva, který plave volným způsobem 37,5 m k překážce zasahující do hloubky 70 cm. Překážku musí podplavat a zbývající úsek 12,5 m plave k obrátce. Zde musí svléknout šaty a zanechat je na obrátkovém zařízení. Dále pokračuje opět k překážce, kterou podplave. Zbýlých 37,5 m plave volným způsobem ke startovní čáře. Po dotyku druhého závodníka tím prvním, druhý startuje a plave to stejné, co první závodník. Dotykem třetího závodníka startovní/cílové čáry se čas zastavuje a disciplína končí. Za obrátkové zařízení lze považovat loď, břeh či jakoukoliv konstrukci.

- Štafeta 3x100 m plavání se základní potápěčskou výstrojí za ztížených podmínek

Členové tříčlenného družstva jsou připraveni před startovní čarou. Na zvukový signál si první závodník obléká ABC. Po celkovém ustrojení uchopí břemeno ležící na startovní čáře. Plave 37,5 m volným způsobem k překážce. Po celou dobu musí mít nasazené ABC a břemeno držet alespoň jednou rukou. Překážku podplave a zbývající úsek plave k obrátce. Zde odloží břemeno a plave 12,5 m k překážce, kterou opět podplave a vrací se zpět volným způsobem k startovní čáře. Dotykem druhého závodníka či startovní čáry předává štafetu, čímž si druhý závodník začíná oblékat ABC, sbírá břemeno ze startovní čáry a poté plave stejným způsobem jako závodník první.

Po celou dobu, co závodníci plavou, nesmí ztratit břemeno. Pokud tak nastane, mohou břemeno vylovit a pokračovat dále. Disciplína končí dopláváním třetího závodníka, který se dotýká startovní/cílové čáry. Závodníci musí doplavat alespoň

⁵⁵ *Pravidla soutěže Mistrovství republiky VZS ČČK „Volná voda“*. Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). Získáno 23. 3. 2021 z www.vzsterlicko.cz/download/pravidla-souteze-volna-voda.pdf

s jednou ploutví. Nastane-li situace, kdy si závodník musí upravit výstroj, tak v tomto okamžiku se nesmí pohybovat ve směru vpřed.

- Štafeta 3x100 m tažení modelu tonoucího

Tříčlenné družstvo je připraveno před startovní čarou. Na zvukový signál rozhodčího uchopí první závodník model, který leží na startovní čáře. Model táhne 50 m k obrátkovému zařízení a zpět. Po celou dobu musí model táhnout správnou technikou tak, aby model držel oběma rukama v podpaží a hlava modelu musí být zřetelně z vody. Voda se může občas přelít modelu přes tvář, ovšem to nesmí být často. Po uplavání posledních 50 m předává model druhému závodníkovi, který vyráží na trať. Stejným způsobem pak předává třetímu závodníkovi. Disciplína končí dotykem startovní/cílové čáry posledním závodníkem.

- Záchrana tonoucího pomocí záchranného míče

Členové družstva jsou připraveni před startovní čarou. Časový limit disciplíny je stanoven na 5 minut. První člen se připraví v odhodovém prostoru u startu. Na zvukový signál rozhodčího sbírá ležící záchranný míč a hází ho takovým způsobem, aby trefil či se dotkl bóje umístěné na vodní ploše. Hází záchranný míč do doby, než se dotkne samotné bóje či neskončí časový limit disciplíny. Pokud se záchranným míčem dotkne bóje, vytahuje míč z vody a předává druhému závodníkovi, které opakuje stejnou činnost jako ten první. Disciplína je ukončena přitáhnutím a dotykem míče posledním závodníkem. Odhod musí být proveden pouze jednou rukou. Počítá se počet zásahů a čas, za který byla disciplína zvládnuta.

- Záchrana tonoucího pomocí plavidla

Členové družstva si před samotným startem rozdělí role, tedy na „tonoucího“, „veslaře“ a „zachránce“. Disciplína je rozdělena na záchranu pomocí plavidla a na transport tonoucího. Všichni tři jsou připraveni před startovní čarou. Plavidlo, v tomto případě loď, je také zakotvena před startovní čarou přídí směřující k vodě. Zdravotnická nosítka jsou pak umístěna vlevo za startovní čarou. První závodník (tedy tonoucí) startuje na zvukový signál rozhodčího a plave 60 m k bóji. Dotykem bóje dává signál obrátkovému rozhodčímu k zvednutí bílého praporku, čímž umožňuje start druhému a třetímu závodníkovi, respektive veslaři a zachránce. Veslař nasadí vesla a mohou vyplout. Zachránce je dána možnost pomoci veslaři na cestě pro tonoucího. Dorazí k bóji a nejdříve musí protnout celou lodí 50 m pásmo vyznačené bóje. Poté až mohou naložit

tonoucího do plavidla. Zachránce musí pro tonoucího skočit tzv. „skokem do neznámé vody“. Tonoucí se musí držet bóje do té doby, dokud není uchopen zachránce. Zachránce a veslař naloží tonoucí přes záď plavidla jakýmkoli způsobem. Tonoucí nesmí nijak pomáhat po celou dobu disciplíny. Protnutím cílové čáry lodí první část disciplíny končí. V lodi musí být obě vesla.

Druhou částí je transport, kdy si zachránce a veslař rozloží nosítka, kam položí tonoucího do stabilizované polohy. Transportují jej do určeného prostoru a tím disciplína končí. Limit záchrany pomocí plavidla pro muže je stanoven na 5 minut a 30 sekund, pro ženy pak 6 minut. Dále limit pro transport je stanoven na 1 minutu, přičemž vzdálenost se určuje dle místních podmínek. Zpravidla se doporučuje 25 m.

- Záchrana tonoucího pomocí WS plováku

Členové družstva si rozdělí role podobně jako v předchozí disciplíně, tentokrát ale z veslaře se zde stává pomocník. Všichni jsou připraveni před startovní čarou. Disciplína je rozdělena na samotnou záchrannou akci, transport a ožívování tonoucího. Limity jsou shodné jako v předchozí disciplíně.

Na signál rozhodčího plave tonoucí 60 m k bóji. Dotykem bóje dává signál obrátkovému rozhodčímu, který zvedá bílý praporek a oba závodníci mohou vyrazit. Pomocník si připraví nosítka a zachránce si položí plovák na vodu. Zachránce plave na plováku pro 60 m vzdáleného tonoucího. Provádí záchrannou a naložení tonoucího libovolným způsobem na plovák. Při provádění záchrany nesmí zachránce ztratit kontakt s tonoucím. Tonoucí nesmí po celou dobu záchrany nijak pomáhat. Zachránce otáčí plovák a táhne tonoucího na plováku zpět k startovní/cílové čáře. Pomocník může jít pomoci zachránci do vody ve chvíli, kdy se bude blížit k cílové čáře. První část končí tehdy, až příd' plováku protne cílovou čáru. Ukotví plovák a zachránce s pomocníkem přemístí tonoucího na nosítka do stabilizované polohy. Započíná samotný transport do vyznačené zóny. Zde tonoucího položí a začíná poslední část, tedy KPR navazující po položení tonoucího.

- Kardiopulmonální resuscitace (ožívování)

KPR je prováděna na modelu ve dvojici. Navazuje na již výše zmíněnou záchrannou tonoucího na WS plováku. Všem závodníkům je určena jednotná situace, tedy že tonoucí je v bezvědomí, bez srdeční odezvy, nedýchá, není však zraněn a nekrvácí. Oba závodníci

provádí kompletní KPR v patnácti cyklech s výměnou po pátém cyklu a kontrolou pulsu v cyklu desátém.⁵⁶

Mistrovství České republiky VZS ČČK mládeže v záchranném sportu

V květnu roku 2019 se konalo doposud poslední mistrovství ČR mládeže v záchranném sportu pod záštitou Vodní záchranné služby ČČK. Jednalo se již o 20. ročník. Celý závod probíhal v městském bazénu Sokolov a je rozdělen do několika věkových kategorií počínaje nejmladšími, tedy 10 let a mladší, až po ty nejstarší, tedy 19 a starší. Soutěžící poměřují své schopnosti jak v individuálních disciplínách, tak v disciplínách družstev.⁵⁷

O 15. ročníku soutěže sdělil pár informací také ředitel Vodní záchranné služby ČČK Český Krumlov Ing. Milan Bukáček. „V sobotu 24. května se reprezentační družstvo mládeže vodní záchranné služby místní skupiny Český Krumlov zúčastnilo mistrovství České republiky ve vodním záchranném sportu v Sokolově. Mistrovství ČR v Sokolově je každoroční hlavní sportovní událostí pro juniorské záchrannáře, na které si mohou poměřit síly s kolegy z celé České republiky. Zároveň jsou i nominačním závodem na mistrovství Evropy juniorů a mistrovství světa. V soutěži jednotlivců pokrylo naše 13členné družstvo téměř všechny věkové kategorie. Z osmnáctiletých se jako jediná zúčastnila Natálie Berounská, v kategorii staršího dorostu nenašla soupeře ani v jedné disciplíně a již po několikáté získala titul mistra České republiky. Další zlatý kov a titul mistra České republiky získala úspěšná záchrannářka Pavla Gallistlová v kategorii mladšího dorostu. Z mladých záchrannářů se zúčastnili a velmi dobře uspěli: Petra Smetanová, Natálie Lukšová, Monika Tesařová, Magdaléna Krbcová a Markéta Kotková, Tomáš Man, Vašek Ondřich, Jakub Toth, Ondřej Tůma a Filip Tesař, který získal bronzovou medaili.“

„Také naše dvě družstva velmi dobře uspěla. Družstvo staršího dorostu ve složení: Markéta Kotková, Pavla Galistlová, Jakub Toth a Filip Tesař potvrdilo svou neporazitelnost a opět se stalo mistrem České republiky. Družstvo mladších žáků: Monika Smetanová, Magdaléna Krbcová, Václav Ondřich a Tomáš Man, přestože přijelo do Sokolova teprve sbírat zkušenosti získalo bronzovou medaili.“⁵⁸

⁵⁶ Tamtéž.

⁵⁷ 20. ročník Mistrovství ČR mládeže v záchranném sportu 2019. Vodní záchranná služba ČČK. (b. r.). Získáno 26.3. 2021 z https://www.vzs.cz/wp-content/uploads/2019/04/20190511_Sokolov-Propozice.pdf

⁵⁸ Rozhovor s ředitelem Vodní záchranné služby ČČK Český Krumlov Ing. Milanem Bukáčkem. Získáno 23. 3. 2021.

Popis individuálních disciplín:

- 100 m volný způsob s podplaváním překážky (ploty)

Závodník na akustický signál skáče do vody ze startovního bloku a plave volným způsobem 12,5 m k první překážce, kterou musí podplavat nikoliv přeplavat. Po vynoření plave zbývající úsek k obrátkové stěně, které se musí dotknout, aby mohl plavat zpět. Celkem tedy závodník plave 100 m. Disciplína končí dotykem závodníka cílové stěny.

- 25 m volný způsob s podplaváním překážky (ploty)

Průběh této disciplíny je stejný jako u výše uvedeného závodu, nicméně je určena pro tu nejmladší kategorii, kteří místo 100 m plavou pouze 25 m.

- 100 m tažení modelu s pásem a ploutvemi

Závodník, s již nazutými ploutvemi a oblečeným záchranným pásem, startuje na zvukový signál skokem do vody a plave 50 m volným způsobem. Při obrátkové stěně, které se musí dotknout jakoukoliv částí těla, musí správně zapnout figurínu do záchranného pásu. Ta musí být přidržována členem týmu čelem k stěně. Figurínu táhne závodník 50 m k cílové stěně, které se dotýká a disciplína končí.

- 25 m tažení prázdného modelu

Tato disciplína je určena pro ty nejmladší účastníky. Závodník, který je již ve vodě, na zvukový signál rozhodčího startuje odrazem od stěny a správnou technikou táhne model k cílové stěně. Před startem drží model v jedné ruce a druhou se drží startovního bloku.

- 50 m volný způsob s pásem a ploutvemi

Disciplína je určena pro věkově nejmladší kategorii. Závodník již s ploutvemi a záchranným pásem startuje na signál rozhodčího z bloku skokem do vody. Plave 25 m volným způsobem k obrátkové stěně. Dotýká se obrátkové stěny jakoukoliv částí těla a plave zpět k cílové stěně. Disciplína končí dotykem závodníka cílové stěny.

- 50 m kombinovaně – 25 m Kraul celý + 25 m Z nohy

Závodník startuje na akustický signál skokem do vody z bloku. Plave 25 m volným způsobem k obrátkové stěně. Dotýká se stěny a vezme si již připravenou destičku. Plave zpět 25 m znakové nohy. Destičku drží oběma rukama na břiše. Může jí pustit jednou rukou až v 5 m pásmu před cílem. Disciplína končí po dotyku závodníka cílové stěny. Této disciplíny se účastní pouze ti nejmladší.

- 100 m záchranný polohový závod

Závodník je připraven u startovního bloku. Na signál rozhodčího startuje skokem do vody a plave 50 m volným způsobem. Každé obrátkové stěny se musí dotknout jakoukoliv částí těla. Po uplavání se při obrátkové stěně zanoří a plave pod vodou k modelu umístěnému na dně bazénu. Model je ponořen ve vzdálenosti cca 12,5 – 15 m. Nádech před zanořením musí být proveden před otočením, tedy čelem k stěně. Závodník model vytahuje v 5 m pásmu a plave k obrátkové stěně. Zde se po dotyku stěny otáčí a táhne model zbývající úsek k cílové stěně. Po celou dobu tažení nesmí být ztracen kontakt s modelem a musí být dodržena správná technika tažení. Disciplína končí, jakmile se závodník dotkne cílové stěny.

- 50 m záchrana modelu

Na akustický signál startuje závodník z bloku skokem do vody a plave první 25 m úsek volným způsobem. Při obrátkové stěně se potopí pro model ležící ponořen na dně bazénu. Model leží na zádech a nohy směřují k obrátkové stěně. Závodník je povinen s modelem vynořit v 5 m pásmu. Zbývající úsek táhne model správnou technikou k cílové stěně. Dotýká se cílové stěny a disciplína končí.⁵⁹

Popis disciplín družstev:

- Štafeta 4x50 m ploty

Členové družstva jsou připraveni před startovním blokem. Na zvukový signál rozhodčího startuje první závodník skokem do vody a plave 50 m volným způsobem. Na každým 25 m úseku musí podplavat překážku umístěnou 12,5 metru od stěny, tedy v půlce bazénu. Překážku musí podplavat nikoliv přeplavat. Pokud překážku nepodplave může se opravit tak, že se vrátí na začátek překážky a podplave ji znovu. Obrátkové stěny se může dotknout jakoukoliv částí těla. Po uplavání 50 m úseku se dotýká startovní stěny. Tímto dává signál druhému závodníkovi ke startu. Ten plave stejným způsobem. Stejně tak i třetí a čtvrtý závodník. Disciplína končí poté, co se poslední závodník dotkne cílové stěny.

⁵⁹ 20. ročník Mistrovství ČR mládeže v záchranném sportu 2019. Vodní záchranná služba ČČK. (b. r.). Získáno 26.3. 2021 z https://www.vzs.cz/wp-content/uploads/2019/04/20190511_Sokolov-Propozice.pdf

- Štafeta 4x50 m se záchranným pásem

Členové družstva jsou nastoupeni před startovním blokem. Na signál rozhodčího startuje první závodník skokem do vody z bloku a plave 50 m volným způsobem. Obrátkové stěny je povinen se dotknout jakoukoliv částí těla. Po uplavání 50 m úseku se dotýká startovní stěny a tím startuje druhý závodník s již nenasazenými ploutvemi. Plave stejný úsek 50 m volným způsobem. Dotykem startovní stěny startuje třetí závodník a plave 50 m volným způsobem se záchranným pásem. Třetí závodník se dotýká startovní stěny a předává záchranný pás čtvrtému závodníkovi, který je již připraven ve vodě s nasazenými ploutvemi. Třetí závodník se chytá záchranného pásu oběma rukama a čtvrtý závodník jej táhne 50 m. Tažený může pomáhat poslednímu závodníkovi kopáním. Po celou dobu tažení musí být lano nataženo. Disciplína končí dotykem posledního závodníka cílové stěny.⁶⁰

Grand Prix Moravia

Tento závod dle mezinárodních pravidel patří k velice prestižním mezinárodním akcím, které se konají na našem území. Každý rok se na tento závod sjíždějí nejenom české týmy, ale také týmy ze sousedních zemí, tedy z Polska, Německa, Velké Británie či Norska. Poslední v pořadí již 9. ročník závodů se konal v březnu roku 2015. Pořadatelem závodu je Vodní záchranná služba ČČK Brno – město a probíhá na Městském plaveckém stadionu Lužánky.⁶¹ Závod je obvykle rozdělen do tří dnů, kdy se začíná v pátek a končí v neděli. Během prvního dne probíhá tzv. „královská disciplína“ SERC, která představuje simulaci krizových situací ve vodě a prověřuje především komunikaci, znalosti a reakční schopnosti záchranářů. Tato disciplína se nejvíce podobá skutečným krizovým situacím, které nastávají v běžném životě, kdy v první řadě záchranáři musí co nejrychleji situaci vyřešit a provést adekvátně první pomoc. Během druhého dne probíhají speciální záchranářské disciplíny a poslední den, tedy třetí probíhají štafety družstev a pak speciálně ještě záchrana pomocí lana označována jako „Line Throw“.⁶²

Motivem pro SERC disciplínu se v posledním ročníku soutěže stala tzv. „Nehoda dračích lodí v Malajsii z roku 2010“. V této situaci došlo k převrhnutí jedné z lodí, která

⁶⁰ Tamtéž.

⁶¹ *Grand Prix Moravie 2015*. Vodní záchranná služba ČČK Blansko. (b. r.). Získáno 28.3. 2021 z <http://vzs-blansko.cz/grand-prix-moravie-2015/>

⁶² Český červený kříž. (2014). V Brně se utká rekordní počet vodních záchranářů. *Noviny červeného kříže*, 21(1), 4.

měla na palubě 18 členů poblíž jezu. Šestičlenný tým záchranářů měl opravdu krátkou dobu na vyřešení celé situace, tedy pouze 3 minuty a 15 sekund. Vítězem této disciplíny se stal tým z Blanska, druhý tým ze Soběslavi a třetí z německé Pirny.⁶³

Mistrovství Evropy ve vodním záchranném sportu

Tento prestižní závod, konaný každé dva roky v mezidobí mistrovství světa a olympijských her, je pořádán Mezinárodní evropskou záchrannou federací. Výjimkou jsou mistrovství Evropy juniorů, která probíhají každý rok. Závod je složen z kombinace bazénových, plážových a mořských disciplín řízených mezinárodními pravidly ILS. Soutěžící týmy z celé Evropy jsou rozděleny do dvou věkových kategorií, tedy Juniors (junioři) a Masters (Senioři). Poslední mistrovství Evropy proběhlo roku 2019 v Italském Riccione.⁶⁴

Česká reprezentace, pod záštitou Vodní záchranné služby ČČK, se též několikrát účastnila těchto prestižních závodů. Největšího úspěchu dosáhla Česká reprezentace roku 2017 v kategorii juniorů. Mistrovství probíhalo začátkem září v belgických městech Bruggy a Ostende. Soutěžilo zde celkem 19 evropských států. V disciplíně „SERC“ získali český juniorský tým stříbrnou medaili. Následovalo hned několik dalších úspěchů, kdy Dominika Geržová získala bronzovou medaili v disciplíně 200 m plavání s překážkami, Klára Křapáčková a Anna Tesaříková stříbrnou medaili z disciplíny „Hod lanem“. Ovšem to nejlepší umístění získala Dominika Geržová v disciplíně „Plavání v moři“ a obdržela tak titul mistryně Evropy.⁶⁵

Podrobnější informace o závodu sdělili v rozhovoru bývalí reprezentanti Ing. Martin Tlustý a Bc. Jan Novotný.

Řízený rozhovor s Bc. J. Novotným:

„Mistrovství Evropy jsem se zúčastnil hned několikrát. Již jako junior jsem byl v roce 2011 v Dánsku a v roce 2013 v Italském Riccione. Za seniory pak v Holandsku, Anglii, Belgii a Itálii v roce 2019. To bylo mimo jiné poslední mistrovství, kterého jsem se účastnil. Před samotnou účastí na ME, se musí nejprve člověk účastnit několika

⁶³ *Grand Prix Moravie 2015*. Vodní záchranná služba ČČK Blansko. (b. r.). Získáno 28.3. 2021 z <http://vzs-blansko.cz/grand-prix-moravie-2015/>

⁶⁴ *European Lifesaving Championships*. International Life Saving Federation of Europe. (b. r.). Získáno 1. 4. 2021 z <https://europe.ilsf.org/projects/lifesaving-championships/>

⁶⁵ *Česká republika má mistryni Evropy ve vodním záchranném sportu*. Vodní záchranná služba ČČK. (b. r.). Získáno 1. 4. 2021 z <https://www.vzs.cz/zavody/ceska-republika-ma-mistryni-evropy-ve-vodnim-zachrannem-sportu/>

nominačních závodů. Ti nejlepší se nominovali do reprezentace. Vybíralo se cca 10 mužů a 10 žen, což se ukázalo později jako problém, díky nedostatečně široké ženské základně. Každé léto se konalo soustředění, kde poté se z nominovaných vybralo 5 mužů a 5 žen. Přestože nejvíce bylo potřeba 4 členů, tak vždy jel alespoň jeden náhradník/ce.

Samotným předpokladem pro výběr do reprezentace na ME bylo především dobře plavat. Tudíž se vybírali ti, kteří v bazénech opravdu vyčnívali. Jelikož to není jen o bazénových disciplínách a jsou zde přítomny také plážové disciplíny, tak se vybíral i někdo, kdo dobře běhá, či je dobrý v mořských disciplínách. Co se týče samotné organizace závodů, ty jsou rozděleny zhruba do 5 dnů. První dva dny se soutěží v bazénových disciplínách, třetí den je vyhrazen na disciplínu „SERC“ a poslední dva dny byly plážové a mořské disciplíny. Většinou se na ME jezdí dva až tři dny předem, aby si závodníci zvykli na prostředí a měli prostor ještě pro trénink. Naše reprezentace byla poměrně na závodech úspěšná i přes velkou konkurenci, především ze strany týmů z Německa či Itálie, které patří k těm nejlepším. Mezi úspěchy naší reprezentace, které si vybavuji, patřilo např. druhé místo z disciplíny 100 m tažení modelu s ploutvemi a záchranným pásem, třetím místo disciplíny „SERC“ či první místo z disciplíny „Plavání v moři“. Osobně jsem měl nejraději jako junior disciplínu 50 m tažení modelu a za seniory závod na lodi či 200 m „Super záchránář“, ze které jsem měl nejlepší umístění. Skončil jsem na 18. místě. Disciplína, která mi naopak vůbec neseděla byl plážový běh, jelikož nerad běhám, či 100 m záchranný polohovací závod.“⁶⁶

Řízený rozhovor s Ing. M. Tlustým:

„Od roku 2011 jsem se účastnil ME až do roku 2017. Jediný ročník, kterého jsem se neúčastnil byl v roce 2012. Poslední ME, v již zmíněném roce 2017, se konalo v Belgických městech Ostende a Bruges. Samotným předpokladem pro účast na ME jsou tzv. „nominační kritéria“ v rámci Vodní záchranné služby ČČK. Poslední dobou se často měnili samotní šéf-trenéři či manažeři reprezentace a každý si to upravoval dle svého úsudku. Zohledňovaly se výkony, které proběhly v daném roce. Navíc se hledali závodníci, kteří byli dobří v daných disciplínách, aby se pokryla co největší část disciplín. V kategorii seniorů, tedy od 16 v podstatě do kolika let je schopen člověk závodit, se vybírá většinou 5 mužů a 5 žen, přičemž plný počet, který je možný je 6 mužů a 6 žen. Kolikrát to bývá i

⁶⁶ Rozhovor s Bc. Janem Novotným. Získáno 31. 3. 2021.

náročné, díky nedostatku především ze strany žen. Tedy maximálně na ME jede reprezentovat 12 závodníků. Za kategorii juniorů, tedy věkově od 14 do 18 let, se obvykle vybírá 5 chlapců a 5 dívek, tedy dohromady 10 reprezentantů. Dle mého názoru, je účast na ME obrovská zkušenost. Úroveň v České republice není úplně na výši, tím mám na mysli, pokud se tomu člověk alespoň trochu věnuje, tak je již v reprezentaci. Na rozdíl tedy od ME, kterého se účastní více jak 15 týmu z evropských zemí. Je radost se na jejich výkony dívat, jelikož je podávají o 20 % lepší. Pak se to stává mnohem zajímavější a více motivující pro samotné závodníky k podání lepších výkonů.

Obvykle je ME organizováno do pěti dnů, přičemž dva dny zaberou bazénové disciplíny, jeden den disciplína „SERC“ a poslední dva dny plážové disciplíny. Výjimkou bylo mistrovství Evropy roku 2013 v Itálii. To byl takový experimentální ročník, kdy organizátoři chtěli co nejvíce zkrátit samotný závod, tudíž byl rozdělen do tří dnů. Jeden den se konala disciplína „SERC“ neboli simulovaná záchranná akce, kde čtyřčlenné týmy ze všech zúčastněných zemí musí za 2 minuty vyřešit danou situaci. Je to hodně časově náročná disciplína, která zabere celé odpoledne. Další den probíhaly bazénové disciplíny a poslední plážové disciplíny. Co se týče úspěšnosti naší reprezentace, tak úplně první medaili jsme dostali ještě předtím, než jsem začal závodit, a to bylo druhé místo z disciplíny hod lanem. Hned na mém prvním ME jsme získali bronzovou medaili z disciplíny „SERC“ a v poslední době se medailová sbírka poměrně rozrostla. Úspěšní jsme byli především v hodu lanem. Největší úspěch máme v juniorské reprezentaci, a to mistryni Evropy z roku 2017. Osobně jsem byl neúspěšnější tedy v té disciplíně „SERC“ a poté individuálně jsem se umístil dvakrát na dvanáctém místě v disciplíně Beach Flags neboli plážové praporky. Obecně se bralo jako úspěch všechno do šestnáctého místa, jelikož na konci je bodování národů. Do toho bodování se bralo právě vše do šestnáctého místa. Takže kdokoliv se umístil na bodech, tak to byl pro naší reprezentaci úspěch.“⁶⁷

⁶⁷ Rozhovor s Ing. Martinem Tlustým. Získáno 1. 4. 2021.



Obrázek 19. Český reprezentační tým na Mistrovství Evropy v záchranném sportu 2017. Snímek je převzatý z webu *Česká republika má mistryni Evropy ve vodním záchranném sportu*. Vodní záchranná služba ČČK. (b. r.). Získáno 1. 4. 2021 z <https://www.vzs.cz/zavody/ceska-republika-ma-mistryni-evropy-ve-vodnim-zachrannem-sportu/>

5.2.2 Soutěže regionální

Jak již bylo uvedeno, regionální soutěže jsou pořádány výhradně na území České republiky a probíhají každý rok ve stejnou dobu. Tato kategorie soutěží se dělí dle místa uskutečnění, tedy buď na „volné vodě“ nebo v bazénech.



Obrázek 20. Závody družstev pořádané Vodní záchrannou službou ČČK z roku 1995. Snímek převzatý z webu *Historické fotografie*. Vodní záchranná služba ČČK. (b. r.). Získáno 4. 4. 2021 z <https://www.vzs.cz/historie-vzs/fotky/>

O pohár města Sokolova

Závod je každoročně již 30 let pořádaný Vodní záchrannou službou ČČK Sokolov, tedy respektive od roku 1990. Jde o závod tříčlenných družstev ve vodní záchranně rozdělených do dvou věkových kategorií.⁶⁸

Disciplíny závodu:

- Plavání v šatech (3x 50 + 50 m)

Závodník startuje na povel rozhodčího z bloku v šatech. Plave 50 m volným způsobem. Po doplávání si svleče šaty bez jakéhokoliv přidržování okraje bazénu a vyhodí je na okraj bazénu. Začíná plavat dalších 50 m a dotekem cílové stěny startuje druhý závodník, který plave to samé. Čas se zastaví, jakmile doplave poslední závodník družstva.

- 3 x 100 m plavání s břemenem

První ze závodníků startuje s barelem skokem do vody. Plave plaveckým způsobem znak sounož 100 m. Obrátka je provedena dotykem barelu o stěnu. Po

⁶⁸ *O pohár města Sokolova*. Vodní záchranná služba ČČK. (b. r.). Získáno 10. 3. 2021 z <https://www.vzs.cz/zavody/o-pohar-mesta-sokolova-14-11-2020/>

dokončení se barel vytáhne z vody a postaví na startovní blok. Tím dá povel druhému závodníkovi ke startu, který plave opět stejný úsek. Závod končí, až se třetí závodník dotkne barelem o cílovou stěnu.

- 100 m dopomoc unavenému plavci (most)

Závodníci startují z vody a drží se rukou okraje bazénu. Po odstartování rozhodčím utvoří nejprve tzv. „tvar most“. Následuje plavání k obrátkové stěně, u které stačí dotyk pouze jednoho ze závodníků. Závod končí uplaváním 100 m po dotyku prvního závodníka o cílovou stěnu.

- ABC s břemenem (50 + 50 m)

Závodník po odstartování si obléká ABC již připravené na startovním bloku a skáče do vody. Zanoří se do hloubky cca 3 m. Na dně uchopí oběma rukama gumový hranol a plave s ním 50 m volným způsobem. Uloží břemeno do vyhrazeného prostoru, dotkne se stěny a plave dalších 50 m. Dotykem o cílovou stěnu startuje druhý závodník stejným způsobem jak ten první. Závod končí dotykem posledního závodníka o cílovou stěnu.

- Kardiopulmonální resuscitace

Všichni členové družstva se nacházejí v předem určeném prostoru. Druh provedení resuscitace si losují. Závodníci provádějí nepřímou srdeční masáž, umělé dýchání z plic do plic a celkovou kontrolu postiženého.⁶⁹

⁶⁹ Tamtéž.



Obrázek 21. Závod O pohár města Sokolova. Disciplína 100m dopomoc unavenému plavci (most). Snímek převzatý z webu *O pohár města Sokolova 2014*. Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). Získáno 4. 4. 2021 z http://www.vzsterlicko.cz/zpravy/o-pohar-mesta-sokolova-2014_396.html

Blanenská dvěstěpadesátka

Blanenská dvěstěpadesátka je již od roku 1996 každoročně pořádaná oblastní VZS ČČK Blansko. Jedná se o závod ve sdružené záchranné disciplíně na 250 m pověstný svou náročností. Poslední závod se konal v únoru roku 2020.⁷⁰

- Závod jednotlivců

Závodník stojící na okraji bazénu je oblečen do tzv. „mokrého pracovního oděvu“ zapnutého minimálně na 2 knoflíky. Závodník si vezme na startovní povel rozhodčího záchrannou podkovu do ruky a hází třikrát na cíl. Cílem je stanovena bójka vznášející se na vodní hladině vzdálená cca 7 m od hrany bazénu. Každý pokus hozený mimo bójku znamená jeden trestný hod. Závodník po dokončení odkládá podkovu, skáče do vody a plave 50 m volným způsobem. Po uplavání 50 m svléká ve vodě oděv, vyhodí jej ven z vody a plave dalších 50 m volným způsobem. Doplave, vyleze ven z bazénu v prostoru své startovní dráhy, nasazuje si ABC, skočí do vody a potopí se na dno cca do hloubky

⁷⁰ O závodu *Blanenská dvěstěpadesátka*. VZS Blansko. (b. r.). Získáno 10. 3. 2021 z <http://vzs-blansko.cz/ozavodu/>

4 m. Na dně bazénu vyloví cihlu, s kterou dále plave 50 m volným způsobem. Na konci odkládá cihlu na hranu bazénu a spolu s ní i ABC.

V poslední části odepne barel upevněný na karabině při „lajně“ vymezející dráhu, uchopí jej oběma rukama a táhne 50 m. Obrátka je provedena dotknutím barelu o obrátkovou stěnu. V cíli, po dotyku barelem o stěnu, barel připíná zpět na původní místo a plave k bóji. Zde se zanoří do hloubky cca 2 m, vyloví z koše jeden puk, se kterým pak plave k obrátkové stěně. Puk zde odloží na okraj bazénu a volným způsobem plave zpět do cíle. Závod končí dotykem cílové stěny.

- MIX štafety 250ka

Družstvo se při štafetě skládá z 5 členů. První závodník stojící v zástupu u startovního bloku je oblečen v tzv. „mokrém pracovním oděvu“ zapnut alespoň na 2 knoflíky. Na startovní povel zvedá záchrannou podkovu a hází třikrát na cíl. Cílem je myšlena bójka umístěná ve vzdálenosti cca 7 m. Každý hod mimo znamená jeden trestný bod.

Po splnění odkládá podkovu, skáče do vody a plave prvních 50 m volným způsobem. Na konci prvních 50 m svléká svůj oděv bez držení okraje bazénu a vyhazuje jej za hranu bazénu. Poté zapíská na píšťalku upevněnou ke startovnímu bloku. Tímto dává pokyn druhému závodníkovi ke startu, který plave 50 m volným způsobem. Po dokončení opět zapíská. Třetí závodník si nasazuje ABC, skáče do vody, kde se potopí pro cihlu v hloubce cca 4 m. S cihlou následně plave 50 m volným způsobem. Uplaváním svléká ABC a pokládá cihlu na okraj bazénu. Zapískáním startuje čtvrtý závodník. Skočí do vody, odepne barel z karabiny připevněný u „lajny“ vymezející dráhu, uchopí barel oběma rukama a táhne jej 50 m. Na konci se dotkne barelem stěny, upne jej zpět na původní místo a písknutím na píšťalku startuje skokem do vody poslední závodník. Zanořuje se pro puk umístěný v koši cca v hloubce 2 m. Plave s ním až k okraji bazénu volným způsobem, kde jej zanechá a plave poslední úsek zpět. Závod končí dotykem cílové stěny.⁷¹

⁷¹ Popis disciplín. VZS Blansko. (b. r.). Získáno 10. 3. 2021 z <http://vzs-blansko.cz/popis-disciplin/>



Obrázek 22. Závod Blanenská dvěstěpadesátka. Závodníci hází záchrannou podkovu na cíl. Snímek převzatý z webu *Blanenská dvěstěpadesátka 2016*. VZS Blansko. (b. r.). Získáno 4. 4. 2021 z <http://vzs-blansko.cz/blanenska-dvesdesatka-2016-2/>

O pohár starosty Prahy 15

Závod jednotlivců a dvojic ve vodním záchranném sportu mládeže je každoročně pořádáný Vodní záchrannou službou ČČK od roku 2002. Poslední závod se konal 23. listopadu 2019. Soutěž probíhá ve věkových kategoriích od A po F, přičemž věková kategorie A je mládež narozena roku 2009 a mladší⁷² a kategorie F poté 2000 a starší.

Disciplíny závodu jednotlivců:

- 50 m záchrana modelu (50 m Manikin Carry)

Závodník na zvukový signál skáče do vody a plave 25 m volným způsobem. Před obrátkou se potopí pro model ležící na zádech na dně. Nohy modelu se dotýkají obrátkové stěny.⁷³ Závodník se musí s modelem vynořit ve vzdálenosti alespoň 5 metrů od obrátkové stěny a táhne model k cílové stěně, které je povinen se dotknout, čímž disciplína končí.

⁷² Mládež kategorie A neplave, ovšem pokud je zájem ze strany závodníků, mohou soutěžit a být hodnoceni za kategorii B.

⁷³ Model zcela naplněný vodou je umístěn v hloubce cca. 1,2 m.

- 100 m záchranný polohový závod (100 m Rescue Medley)

Závodník na zvukový signál skáče do vody a plave 50 m volným způsobem k obrátkové stěně, kde provede obrátku. Potopí se a plave k modelu umístěném 17,5 m od obrátkové stěny. Závodník se od tohoto místa do 5 m musí vynořit a zbytek úseku táhnout model k cílové stěně, jejímž dotknutím disciplína končí.

- 100 m tažení modelu s pásem a ploutvemi (100 m Manikin Tow with Fins)

Závodník skáče do vody na zvukový signál a plave volným způsobem 50 m s pásem a ploutvemi. U obrátkové stěny provede dotyk a správně upevní model do pásu v oblasti 5 m od stěny bazénu. Dále táhne 50 m figurínu hlavou napřed, obličejem vzhůru. Modelu nesmí téct voda přes obličej.

Disciplíny závodu dvojic:

- Záchrana s pásem a ploutvemi (50 m + 50 m)

První startující závodník skáče do vody z bloku pádem na zad s odskokem či bez a má nasazené ABC neboli masku, ploutve a dýchací trubici. Nevynořuje se a plave 25 m pod vodou. Výjimkou je kategorie B, která plave pouhou polovinu. Závodník doplave ke stěně, kde provede obrátku a plave 25 m zpět volným způsobem. Po dotyku obrátkové stěny startuje již druhý závodník, který táhne na pásu prvního závodníka 50 m volným způsobem. První závodník dopomáhá. Při obrátce se musí druhý závodník dotknout stěny, první už nemusí. Dotykem cílové stěny závod končí.

- Tažení tonoucího (50 m + 50 m)

První člen dvojice skáče do vody z bloku tzv. „skokem do neznámé vody“. Plave záchranným kraulem zhruba do poloviny bazénu a zanoří se pro puk umístěný v hloubce cca. 1,6 m. Puk drží v ruce a plave k obrátkové stěně pod vodou, kde se vynoří a odloží puk na hranu bazénu. Dále plave co nejrychleji zpět 25 m volným způsobem. Druhý závodník je již připraven u startovní stěny s nasazenými ploutvemi a brýlemi. První závodník se dotýká stěny, přičemž druhý jej uchopí oběma rukama v podpaždí a táhne závodníka na zádech 50 m. Obrátka je provedena dotykem stěny jakékoliv části těla. Tažený závodník nesmí pomáhat. Závod je ukončen dotykem cílové stěny.

- Záchrana v oděvu (75 m + 50 m)

První závodník bez oděvu začíná startovním skokem z bloku a plave 25 m plaveckým způsobem prsa. U stěny provádí obrátku a plave 25 m již plaveckým způsobem znak a po další obrátce plave 25 m kral. Dotýká se stěny a zvednutím ruky

dává znamení druhému závodníkovi. Druhý závodník, oblečen v košili a kalhotách, skáče do vody tzv. „skokem do neznámé vody“ a plave 25 m záchranným kraulem pro prvního závodníka. Dotkne se stěny a táhne prvního závodníka k cíli tak, že ho drží oběma rukama v podpaží. Tažený závodník nesmí pomáhat. Závod končí dotykem závodníka o stěnu.

- Dopomoc unavenému plavci (50 m + 50 m + 50 m)

Tato disciplína je rozdělena dle náročnosti do dvou kategorií, tedy na kategorii A až B, ve které první závodník začíná startovním skokem a plave 12,5 m pod vodou. Zde se vynoří a pokračuje zbytek bazénu volným způsobem. Provede obrátku a plave zpět 25 m volným způsobem. Dotykem stěny startuje druhý závodník, který již byl přítomen ve vodě a držel se jednou rukou hrany bazénu. První závodník se chytá druhého za ramena zhruba v úrovni 5 m od startovní stěny. Druhý závodník plave 50 m způsobem prsa dopomoc unavenému plavci. První závodník může dopomáhat. Dotykem o startovní stěnu se první závodník pouští a druhý plave polovinu bazénu pod vodou a zbytek volným způsobem. Zpět plave rovněž 25 m volným způsobem. Závod končí dotykem cílové stěny.

Kategorie C až D má tento závod mírně ztížen, kdy v první části závodu rovněž první závodník plave 12,5 m pod vodou a zbytek volným způsobem. Změna nastává až po obrátce, kdy plave opět 12,5 m pod vodou a zbytek volným způsobem. Dále závod pokračuje stejně jako u kategorie A až B. Další změna nastává v poslední části. Druhý závodník plave první polovinu bazénu pod vodou a zbytek poté volným způsobem. Po obrátce plave závodník zpět stejným způsobem. Závod končí dotykem cílové stěny.

- Záchrana pomocí lana

V této disciplíně si dvojice zvolí, kdo bude záchranník a kdo tonoucí. Tonoucí vzdálený 12 m od startovní stěny bazénu se drží oka na vytyčovací lanu, které je v této oblasti natažené. Záchranník nacházející se ve vymezené zóně okolo bloku startuje otočen směrem k tonoucímu. Nehybný, s nohama u sebe drží druhý konec házečního lana v jedné ruce. Odstartováním začíná záchranník namotávat lano, jež hází tonoucímu. Tonoucí lano chytá ve vzdálenosti, kam dosáhne. Nesmí se však pustit oka na vytyčovací lanu.

- Kardiopulmonální resuscitace

Oba závodníci provádí resuscitaci zároveň. Pro resuscitaci je použit model Ambuman, který představuje zraněného v bezvědomí, bez známek dýchání a srdeční činnosti, a který nemá žádný úraz či krvácení. Rozhodčí určuje před započítáním disciplíny, zda se jedná o tonoucího či nikoliv.

- Uzlování

Každý závodník si vylosuje dva z následujících uzlů, které následně uváže. Časový limit je stanoven na 2 minuty. Za správně uvázané uzly se počítají pouze ty upravené a dotažené. Mezi tyto uzly patří Ambulantní uzel, Dračí smyčka kolem těla, jednoduchá Rybářská spojka, Lodní smyčka (na strom), Škotový uzel, Osmičkové oko píchané, Zkracovačka a v neposlední řadě Prusíkův uzel.

- Test z první pomoci

Závěrečnou disciplínou je psán test z první pomoci, kde si závodníci ověřují své znalosti. Jedná se o kroužkovací test se čtyřmi možnostmi, přičemž jen jedna z nich je správná.⁷⁴

Jarní a podzimní cena Neratovic

Závod pořádaný na jaře a na podzim každoročně místní skupinou Vodní záchranné služby ČČK Neratovice se skládá z disciplín jednotlivců a družstev. Po ukončení se sčítají body za všechny disciplína a vyhrává ten, kdo má bodů nejvíce.

Disciplíny závodu:

- 100 m tažení modelu s pásem a ploutvemi

Start probíhá z bloku. Závodník má již nasazené ploutve s pásem. Skáče do vody a plave 50 m volným způsobem. Po uplavání zapne u startovní stěny model do záchrannářského pásu a táhne jej dalších 50 m. Hlavní podmínkou je, aby se voda nepřelévala modelu přes hlavu.

- 50 m záchrana modelu

Závodník startuje z bloku a plave 25 m volným způsobem. Při obrátkové stěně se potopí pro vodou naplněný model ležící na dně bazénu, přičemž nohy modelu se dotýkají

⁷⁴ *O pohár starosty Prahy 15.* Vodní záchranná služba ČČK Praha 15. (b. r.). Získáno 3. 3. 2021 z https://www.vzs.cz/wp-content/uploads/2019/10/Propozice-O-poh%C3%A1r-starosty-Prahy-15_2019.pdf

obrátkové stěny. Závodník se vynoří s modelem a plave zbylých cca 20 m do cíle. Obličej modelu nesmí být po celou dobu tažení ponořen pod vodou.

- 100 m záchranný polohový závod

Odstartováním disciplíny plave závodník 50 m volným způsobem. Při obrátce se zanoří a plave 15 m k modelu ležícímu na dně bazénu. Uchopí jej a plave 35 m tažení modelu. Závod končí dotykem cílové stěny.

- 50 m volný způsob s ploutvemi a pásem

Na startovní povel rozhodčího závodník, již s pásem a ploutvemi, skáče z bloku do vody a plave 50 m volným způsobem. Podmínkou je, aby závodník doplaval alespoň s jednou nazutou ploutví. Čas se zastavuje po dotyku cílové stěny.

- 100 m volný způsob s podplaváním překážky (ploty)

Závodník na startovní signál skáče z bloku do vody a plave volným způsobem k překážce. Podplave ji nikoliv přeplave. Pokud dojde k přeplavání, musí se závodník vrátit na začátek překážky a podplavat ji. Dotýká se obrátkové stěny jakoukoliv částí těla a plave zpět. Závod končí po uplavání 100 m dotykem cílové stěny bazénu.⁷⁵

- 25 m tažení prázdného modelu

Start probíhá tak, že závodník již ve vodě se drží jednou rukou startovní stěny a druhou drží prázdný model. Na pokyn rozhodčího vyráží a správnou technikou tažení plave s modelem k cílové stěně bazénu.

- 50 m kombinovaně

Soutěžící startuje z bloku na pokyn rozhodčího. Skáče do vody a plave 25 m volným způsobem. Při obrátkové stěně, které se musí dotknout, si vezme připravenou destičku a plave zpět 25 m znakové nohy. Destička musí být držena oběma rukama na břiše. 5 m před cílem je povoleno jednou rukou destičku pustit. Disciplína končí dotykem cílové stěny.

- 4x25 m štafeta záchrana modelu

Všichni závodníci družstva musí být před odstartováním ve vodě. Na povel rozhodčího závodník startuje tak, že jednou rukou drží model a druhou se drží startovního bloku. Plave 25 m tažení modelu správnou technikou. Při obrátkové stěně

⁷⁵ *Jarní cena Neratovic v záchranných disciplínách*. Vodní záchranná služba ČČK. (b. r.). Získáno 10. 3. 2021 z https://www.vzs.cz/wp-content/uploads/2019/02/2019_jarni_cena_neratovic_vzs.pdf

předává model druhému závodníkovi v pořadí, který se opět drží jednou rukou startovního bloku. Při výměnách nesmí dojít ke ztrátě kontaktu s modelem. Závod končí dopláváním posledního závodníka, který provede dotyk cílové stěny.

- 4x25 m štafeta se záchranným pásem

Start probíhá klasicky z bloku. Na povel první závodník skáče do vody a plave 25 m volným způsobem. Dotknutím obrátkové stěny startuje závodník druhý, ovšem již s ploutvemi a plave 25 m. Dotykem stěny startuje třetí závodník se záchranným pásem. Plave 25 m k obrátkové stěně. Zde předává pás čtvrtému závodníkovi. Ten se použítí startovního bloku, třetí člen se v 5 m pásu chytá oběma rukama pásu a čtvrtý člen s ploutvemi táhne třetího poslední 25 m úsek do cíle. Lano musí být po celou dobu natažené. Třetí člen může pomáhat kopáním nohama. Závod končí dotykem posledního člena družstva cílové stěny.⁷⁶

O pohár města Krnova

V tomto závodě, každoročně pořádaném oblastním spolkem Vodní záchranné služby ČČK Krnov, si účastníci měří síly jak v disciplínách jednotlivců, tak čtyřčlenných smíšených družstev, ve kterých musí být dva muži a minimálně dvě ženy. Disciplíny v tomto závodu jsou velice podobné Jarní a podzimní ceně Neratovic. Z toho důvodu budou níže popsané disciplíny pouze ty, které se liší.

Disciplíny závodu:

- 50 m tažení prázdného modelu

Závodník na povel rozhodčího startuje z bloku a plave 25 m volným způsobem. Dopláváním k obrátkové stěně uchopí předem připravený prázdný model. S modelem plave správnou technikou tažení 25 m zpět. Zde se dotkne cílové stěny a disciplína končí.

- 25 m s plaváním pod vodou

Závodník startuje z protější strany bazénu z vody. Ponoří se a plave prvních 7 m pod vodou, vynoří se za vytyčenou páskou a zbytek plave volným způsobem. Pokud závodník nedodrží 7 m hranici a vynoří se dříve, bude penalizován časovým ekvivalentem 10 s.

⁷⁶ Tamtéž.

- 150 m s nasazením ploutví a záchraně tonoucího modelu

Závodník startuje na povel ze startovního bloku a plave 50 m volným způsobem k obrátkové stěně, které je povinen se dotknout. V 5 m pásu si musí nazout plavecké ploutve a plave zpět volným způsobem dalších 50 m. Dotýká se obrátkové stěny, zanořuje se a plave pod vodou pro model umístěný na dně bazénu. V 5 m pásmu model vytáhne na hladinu a zbývající úsek táhne model k cílové stěně. Po celou dobu tažení nesmí ztratit kontakt s modelem, který musí táhnout správnou technikou. Závod je ukončen poté, co se závodník dotkne cílové stěny.⁷⁷

⁷⁷ *O pohár města Krnova v záchranných disciplínách.* Vodní záchranná služba ČČK. (b. r.). Získáno 10. 3. 2021 z https://www.vzs.cz/wp-content/uploads/2019/01/O_poh%C3%A1r_Krnova_2019.pdf

6 Závěr

Touto předkládanou bakalářskou prací jsme se snažili naplnit její úkoly a cíle. Plavání se řadí mezi základní pohybové dovednosti. Již v období prvobytně pospolné společnosti se dle výzkumů odborníků vyskytují první známky vztahu člověka k vodnímu prostředí či samotného plavání. Usuzuje se, že lidé napodobovali pohyby zvířat při snaze plavat. Doposud tímto způsobem plavou domorodé kmeny Afriky. Ovšem tyto informace nejsou ničím podložené a odborníci vycházejí z dedukce, která vychází z výzkumů života tehdejších obyvatel a kmenů.

První zmínky o plavání se datují do dob otrokářské společnosti. Vládnoucí otrokáři měli zájem o co nejlepší vzdělání svých dětí. Z tohoto důvodu si zvali do svých domovů učitele, kteří vyučovali nejenom všeobecné základy, ale také tělesnou výchovu jejíž částí byla výuka plavání. Ovšem až ve starověkém Řecku bylo plavání jedním z nejdůležitějších vyučovaných předmětů na gymnáziích. Svůj podíl mělo i ve výcviku vojska. Postupem času začalo být plavání více důležité nejenom ve výuce, ale i v běžném životě.

Počátkem 19. století přišlo na řadu sportovní plavání. Lidé měli zájem soutěžit a překonávat své výkony. Jednalo se spíše o vytrvalostní výkony. Nejvýraznější osobou počátků sportovního plavání se stal básník lord G. G. Byron, který roku 1810 přeplaval Dardanelskou úžinu. Tímto výkonem položil základy vytrvalostnímu plavání. O šedesát let později v roce 1875 přeplaval kapitán M. Webb kanál La Manche za 21 hodin a 45 minut. Tento výkon byl v průběhu let několikrát překonáván.

Časem přicházela na řadu otázka záchrany na vodě, jelikož lidé v života ohrožujících situacích potřebovali zachránit či pomoc. První zmínky o záchraně tonoucích se datují do období 18. až 19. století. Zakládala se řada záchranných organizací. Postupem času tyto organizace začaly spolupracovat a předávat si informace o technikách a zkušenostech. Tato spolupráce položila základy nové organizaci, která měla být v čele všech jednotlivých spolků a organizací na záchranu života. Roku 1910 byla tedy založena Mezinárodní záchranářská federace (FIS).

Na území České republiky se objevuje problematika záchrany tonoucích až v druhé polovině 19. století. Roku 1857 došlo k založení prvních záchranných spolků s cílem chránit lidský život a zdraví. Formovány byly dle vzoru některých evropských států, mezi které patřila Francie, Německo či Holandsko. Mezi nejvýznamnější záchranné

spolky patřilo Křesťanské sdružení mladých lidí (YMCA), Amatérský plavecký klub (APK), Česká obec sokolská (ČOS), Československý svaz tělesné výchovy (ČSTV), Komise plavčích mistrů a Pražské lázně či Svaz pro spolupráci s armádou (Svazarm). S příchodem válek byl vývoj značně přerušeno. Až v druhé polovině 20. století se situace začala vracet zpět k normálu. Důležitým mezníkem byl rok 1968. V tomto roce založil RNDr. Jeroným Řepa Vodní záchrannou službu ČSČK. Významným byl rok 1993, kdy se již VZS ČČK stala jedním ze zakládajících členů nové Mezinárodní záchranné federace (ILS).

Právě se založením vodní záchranné služby přicházelo na řadu také sportovní vodní záchrannářství. Již od roku 1971 se pořádaly na našem území závody a soutěže pod záštitou Vodní záchranné služby ČSČK/ČČK. Jednalo se však pouze o soutěže regionální. Až od konce 80. let 20. století, především tedy od roku 1989, se na našem území začínají pořádat soutěže na národní úrovni, které probíhaly dle mezinárodních pravidel ILS. Mimo jiné se reprezentační týmy České republiky účastnily závodů nadnárodních, tedy především mistrovství Evropy či mistrovství světa. V dnešní době všechny závody probíhají pravidelně, pod záštitou Vodní záchranné služby ČČK.

V porovnání s ostatními zeměmi ve středoevropském regionu není úroveň sportovního vodního záchrannářství na našem území tak vysoká. Je důležité zohlednit i fakt, že v České republice nemáme moře, což se dost podepisuje na přípravě vodních záchrannářů na soutěže. Další skutečností je, že vodní záchrannářství u nás existuje pouze dobrovolně, a především je také dosti neznámé. Při srovnání např. se sousedním Německem je vodní záchrannářství povinné v rámci vojenského výcviku. Proto také tým reprezentující Německo na mezinárodní úrovni je složený z aktivních či vysloužilých vojáků. V dalších středoevropských zemích je bráno sportovní záchrannářství jako národní sport, na který se záchrannáři připravují po celý rok. Z toho důvodu jsou záchrannáři více a komplexněji připraveni na soutěže.

Doufáme, že se nám touto prací podařilo více přiblížit téma historie sportovního vodního záchrannářství na území České republiky, které je zde zatím poměrně neznámé. Je to dle našeho názoru škoda, neboť se jedná o hezký sport, který je navíc úzce spojen s možností záchrany života. Snad tato práce přispěje k rozvoji vodního záchrannářského sportu a stane se přínosnou nejen pro vodní záchrannáře, ale i širší veřejnost.

Prameny a literatura

Literatura

- Bubník, M., Čermáková, M., Hofer, Z., Hoch, M., & Juřina, K. (1959). *Plavání*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Bucher, R. (1965). *Das Rettungsschwimmen als Wettkampf*. Winterthur: Lüthi & Co.
- Bureš, P., & Plichta, J. (1931). *Sport a tělesná kultura v Čsl. republice a cizině*. Praha: Almanach Sportu.
- Hoch, M., Klausová, D., Kučera, V., & Vorlíček, V. (1983). *Plavání (teorie a didaktika)*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Inett, R. (2005). *Lifesaving sport – A technical manual for the sport of lifesaving*. Royal Life Saving Society UK.
- Jatzke, H. (2003). *Die Geschichte der DLRG im Spiegel ihrer Abzeichen und Urkunden*. Bad Nenndorf: DLRG-Verl.
- Miler, T. (2016). *Prevence, bezpečnost a záchrana u vody (bazény, koupaliště a aquaparky)*. Česká škola záchrany tonoucích (firma), Praha: Ondřej Falešník – FALON.
- Miler, T., & Bělohávek, J. (1984). *Branně sportovní a branně technická činnost: Vodní záchranná činnost*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Řepa, J. (1983). *Abeceda záchrany „A“ – Záchrana tonoucích*. Praha: ČÚV ČSČK.

Periodika

Noviny červeného kříže, roč. 2003-2014.

Rozhovory

- Bc. Jan Novotný.
Ing. Martin Tlustý.
Ing. Milan Bukáček.

Elektronické zdroje

- International Life Saving Federation. (b. r.). *FIS – Fédération Internationale de Sauvetage Aquatique*. Dostupné z <https://www.ilsf.org/about/history/fis/>
- International Life Saving Federation. (b. r.). *History of the ILS*. Dostupné z <https://www.ilsf.org/about/history/>
- International Life Saving Federation. (b. r.). *Lifesaving Sport Events*. Dostupné z <https://www.ilsf.org/lifesaving-sport/disciplines/>
- International Life Saving Federation of Europe. (b. r.). *European Lifesaving Championships*. Dostupné z <https://europe.ilsf.org/projects/lifesaving-championships/>
- Royal Life Saving Society – Commonwealth Drowning Prevention. (b. r.). *Lifesaving Sport*. Dostupné z <https://www.rlsscommonwealth.org/lifesaving-sport/>
- Vodní záchranná služba Brno – město. (b. r.). *Vodní záchranný sport*. Dostupné z <https://www.vzs-brno.cz/index.php/vodni-zachranny-sport>
- Vodní záchranná služba ČČK. (b. r.). *Česká republika má mistryni Evropy ve vodním záchranném sportu*. Dostupné z <https://www.vzs.cz/zavody/ceska-republika-ma-mistryni-evropy-ve-vodnim-zachrannem-sportu/>

- Vodní záchranná služba ČČK. (b. r.). *Jarní cena Neratovic v záchrannářských disciplínách*. Dostupné z https://www.vzs.cz/wp-content/uploads/2019/02/2019_jarni_cena_neratovic_vzs.pdf
- Vodní záchranná služba ČČK. (b. r.). *Kdo jsme*. Dostupné z <https://www.vzs.cz/kdo-jme/>
- Vodní záchranná služba ČČK. (b. r.). *Mistrovství České republiky Vodní záchranné služby ČČK bazénové disciplíny*. Dostupné z https://www.vzs.cz/wp-content/uploads/2017/11/ILS_Propozice_VZS_2017_CZ.pdf
- Vodní záchranná služba ČČK. (b. r.). *O pohár města Krnova v záchrannářských disciplínách*. Dostupné z https://www.vzs.cz/wp-content/uploads/2019/01/O_poh%C3%A1r_Krnova_2019.pdf
- Vodní záchranná služba ČČK. (b. r.). *O pohár města Sokolova*. Dostupné z <https://www.vzs.cz/zavody/o-pohar-mesta-sokolova-14-11-2020/>
- Vodní záchranná služba ČČK Blansko. (b. r.). *Grand Prix Moravie 2015*. Dostupné z <http://vzs-blansko.cz/grand-prix-moravie-2015/>
- Vodní záchranná služba ČČK Brno – střed. (b. r.). *Historie a současnost*. Dostupné z <http://www.vzsbrno.cz/o-vzs-cck/historie-a-soucasnost>
- Vodní záchranná služba ČČK Český Krumlov. (b. r.). *Mezinárodní mistrovství České republiky v plážových a mořských disciplínách*. Dostupné z http://www.zachranari.com/e_download.php?file=data/editor/164cs_1.pdf&original=propozice_Lipno_2011.pdf
- Vodní záchranná služba ČČK Jablonec nad Nisou. (b. r.). *Závod Tvrdošijní*. Dostupné z <https://www.vzs-jablonec.cz/tvrdosijni/>
- Vodní záchranná služba ČČK Jablonec nad Nisou. (b. r.). *Modelový závod jednotlivců ve vodní záchranně „Tvrdošijní“*. Dostupné z <https://www.vzs-jablonec.cz/tvrdosijni/propozice>
- Vodní záchranná služba ČČK Praha 15. (b. r.). *O pohár starosty Prahy 15*. Dostupné z https://www.vzs.cz/wp-content/uploads/2019/10/Propozice-O-poh%C3%A1r-starosty-Prahy-15_2019.pdf
- Vodní záchranná služba ČČK Sokolov. (b. r.). *O pohár města Sokolova*. Dostupné z http://vzs-sokolov.cz/wp-content/uploads/2020/09/2020_-O-pohar-mesta-Sokolova.pdf
- Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). *Historie a současnost VZS v Moravskoslezském kraji – Frýdek-Místek*. Dostupné z http://www.vzsterlicko.cz/zajima-nas/historie-a-soucasnost-vzs-v-moravskoslezskem-kraji-frydek-mistek-1-5_217.html
- Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). *Nová pravidla disciplín ILS pro Mistrovství republiky VZS ČČK*. Dostupné z www.vzsterlicko.cz/download/mr-dospelych-2006-ils-pravidla.pdf
- Vodní záchranná služba ČČK Těrlicko. (b. r.). *Pravidla soutěže Mistrovství republiky VZS ČČK „Volná voda“*. Dostupné z www.vzsterlicko.cz/download/pravidla-souteze-volna-voda.pdf
- VZS Blansko. (b. r.). *O závodu Blanenská dvěstěpadesátka*. Dostupné z <http://vzs-blansko.cz/ozavodu/>
- VZS Blansko. (b. r.). *Popis disciplín*. Dostupné z <http://vzs-blansko.cz/popis-disciplin/>

Použité zkratky

ABC – Základní potápěčská výstroj (ploutve, maska, dýchací trubice)

AC – Athletics Club (Atletický klub)

APK – Amatérský plavecký klub

ČČK – Český červený kříž

ČOS – Česká obec sokolská

ČSČK – Československý červený kříž

ČSPS – Český svaz plaveckých sportů

ČSTV – Československý svaz tělesné výchovy a sportu

ČÚV ČSČK – Český ústřední výbor Československého červeného kříže

FIS – Federation Internationale de Sauvetage Aquatique (Mezinárodní záchranná federace)

GPM – Grand Prix Moravie

ILS – International Life Saving Federation (Mezinárodní záchranná federace)

ILSE – International Life Saving Federation of Europe (Mezinárodní Evropská záchranná federace)

KPR – Kardiopulmonální resuscitace

ME – Mistrovství Evropy

NSK – Národní soustava kvalifikací

RLSS – Royal Life Saving Society (Královská společnost vodní záchrany)

SERC – Simulated Emergency Response Competition (Soutěž v simulované záchranně)

Svazarm – Svaz pro spolupráci s armádou

UK – Univerzita Karlova

ÚV – Ústřední výbor

ÚV ČSTV – Ústřední výbor Československého svazu tělesné výchovy a sportu

ÚV KSČ – Ústřední výbor Komunistické strany Československa

VZS – Vodní záchranná služba

VZS ČSČK/ČČK – Vodní záchranná služba Československého červeného kříže/Českého červeného kříže

WLS – World Life Saving (Světová záchranná organizace)

YMCA – Young Men's Christian Association (Křesťanské sdružení mladých lidí)