



TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI
Fakulta přírodovědně-humanitní
a pedagogická



Kanoistická disciplína rodeo na divoké vodě

Bakalářská práce

Studijní program: B7401 – Tělesná výchova a sport

Studijní obor: 7401R003 – Rekreologie

Autor práce: **Kateřina Jírová**

Vedoucí práce: PaedDr. Jiří Dygrín



ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Kateřina Jírová**
Osobní číslo: **P15000008**
Studijní program: **B7401 Tělesná výchova a sport**
Studijní obor: **Rekreologie**
Název tématu: **Kanoistická disciplína rodeo na divoké vodě**
Zadávací katedra: **Katedra tělesné výchovy**

Z á s a d y p r o v y p r a c o v á n í :

Seznámení s kanoistickou disciplínou rodeo na divoké vodě. Popis, historie a charakteristika rodea na divoké vodě jako sportovní kanoistické disciplíny. Seznámení s technikou a metodikou rodea.

Rozsah grafických prací:

Rozsah pracovní zprávy:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

BÍLÝ, Milan, Bronislav KRAČMAR a Petr NOVOTNÝ, 2001. Kanoistika: technika jízdy, rafting, extrémní terény. Praha: Grada. ISBN 80-247-9050-5.
BRYMER, Eric, Loel COLLINS a Tom HUGHES, 2000. The Art Of Freestyle: A Manual of Freestyle Kayaking, White Water Playboating and Rodeo. Wales: Pesda Press. ISBN 0-9531956-3-5.
JACKSON, Eric, 2000. Playboating. Mechanicsburg, PA: Stackpole Books. ISBN 978-0811728942.

Vedoucí bakalářské práce:

PaedDr. Jiří Dygrín

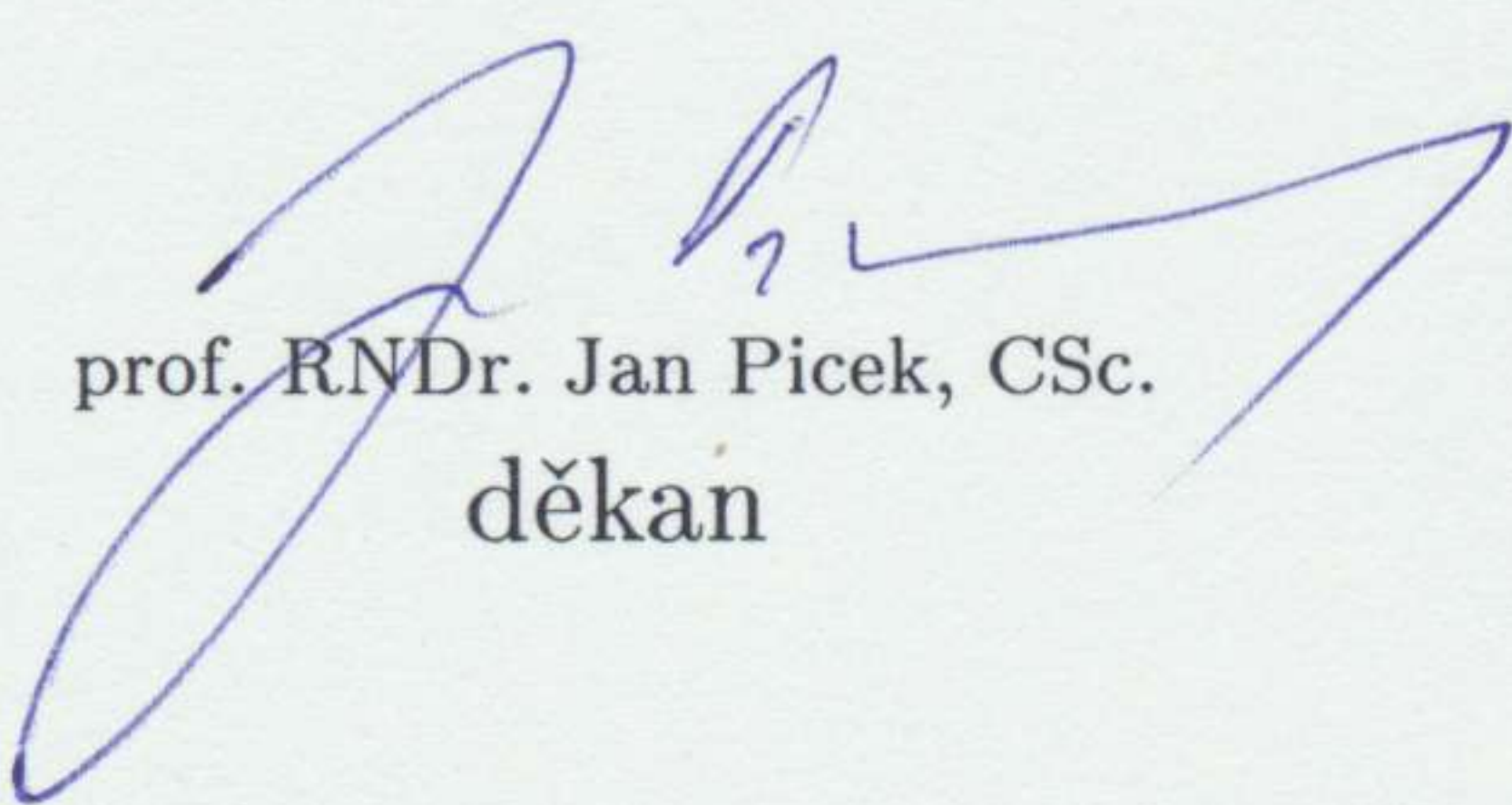
Katedra tělesné výchovy

Datum zadání bakalářské práce:

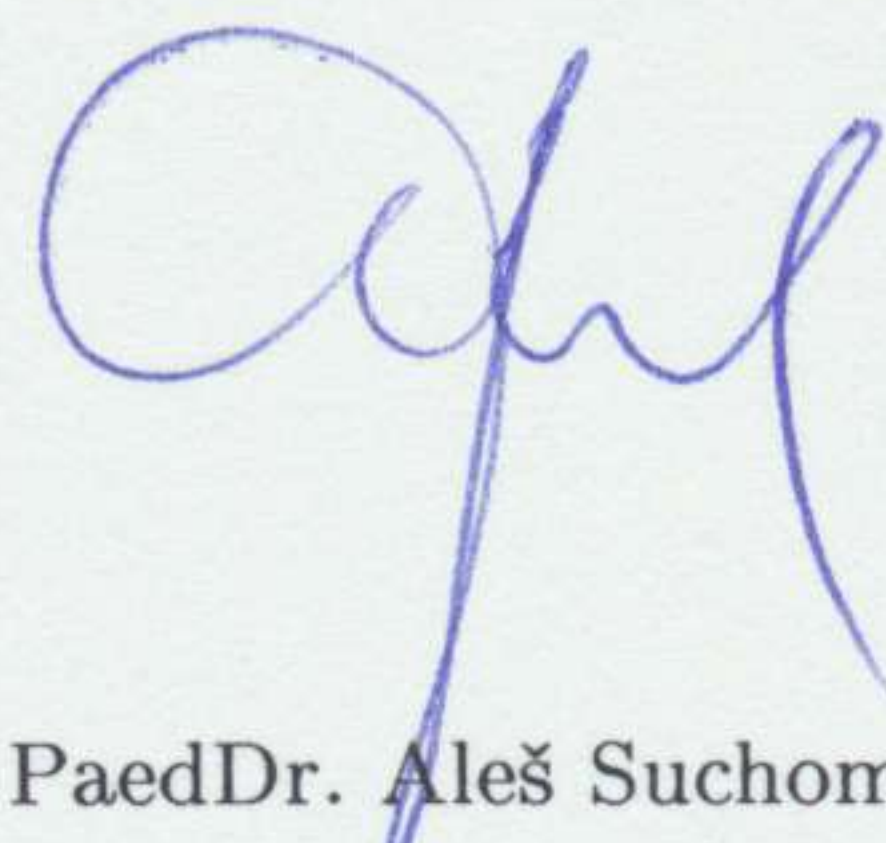
6. února 2017

Termín odevzdání bakalářské práce:

30. dubna 2018


prof. RNDr. Jan Pícek, CSc.
děkan




doc. PaedDr. Aleš Suchomel, Ph.D.
vedoucí katedry

V Liberci dne 2. května 2017

Prohlášení

Byla jsem seznámena s tím, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci (TUL) nezasahuje do mých autorských práv užitím mé bakalářské práce pro vnitřní potřebu TUL.

Užiji-li bakalářskou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědoma povinnosti informovat o této skutečnosti TUL; v tomto případě má TUL právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím mé bakalářské práce a konzultantem.

Současně čestně prohlašuji, že tištěná verze práce se shoduje s elektronickou verzí, vloženou do IS STAG.

Datum:

Podpis:

Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala vedoucímu mé bakalářské práce panu PaedDr. Jiřímu Dygrínovi za jeho čas, ochotu a drahocenné rady, které mi uděloval v průběhu zpracování této bakalářské práce. Dále patří mé poděkování všem kamarádům, kteří mi poskytli podklady a materiály, ze kterých jsem čerpala informace po dobu psaní své bakalářské práce. V neposlední řadě děkuji své rodině, která mě podporovala po celou dobu studia na Technické univerzitě v Liberci a v průběhu zpracování bakalářské práce.

Anotace

Hlavním cílem bakalářské práce je charakteristika sportovní kanoistické disciplíny rodea na divoké vodě z hlediska technické přípravy a metodiky. Bakalářská práce je členěna do šesti kapitol. První dvě kapitoly jsou zaměřené na charakteristiku a historii rodea na divoké vodě. V třetí části jsou představeny národní a světové asociace zaštiťující soutěže v této kanoistické disciplíně. Předposlední dvě části seznamují čtenáře se základními pojmy whitewater rodea, soutěžními disciplínami, výzbrojí a výstrojí a stručně vysvětlují pravidla rodea na divoké vodě. Poslední kapitola rozebírá techniku a metodiku jízdy na kajaku pro začínající rodeisty. Text bakalářské práce je doplněn 30 obrázky.

Klíčová slova

Rodeo na divoké vodě, kanoistická disciplína, historie, národní a světové organizace, freestyle kayaking, metodika jízdy.

Annotation

The main aim of the bachelor thesis is to characterize the Whitewater Freestyle Canoe Discipline in terms of technical preparation and methodology. The bachelor thesis is divided into six chapters. The first two chapters are focused on the characteristics and history of freestyle kayaking. In the third part, the national and world associations shielding competition in this canoe discipline are presented. The penultimate two parts introduce readers to the basic concepts of freestyle kayaking, competition disciplines, equipment, and brief explanation of the rules of freestyle kayaking. The last chapter discusses the technique and methodology of kayaking for beginner freestylers. The bachelor thesis is supplemented with 30 pictures.

Key words

Freestyle kayaking, canoe discipline, history, national and international organizations, methodology of kayaking.

Obsah

Úvod.....	13
1 Cíle práce	14
1.1 Hlavní cíl.....	14
1.2 Dílčí cíle.....	14
2 Charakteristika whitewater rodea.....	15
3 Historie.....	17
3.1 Historie rodea na divoké vodě.....	17
3.2 Historie v ČR	18
3.2.1 Úspěchy českých reprezentantů	19
3.3 Mistrovství světa 2017	19
4 Národní a světové asociace whitewater rodea.....	21
4.1 Národní asociace	21
4.1.1 Česká národní asociace whitewater rodea.....	21
4.1.2 Český svaz kanoistů	22
4.2 Světové organizace.....	23
4.2.1 International Canoe Federation	23
4.2.2 European Canoe Association	24
5 Freestyle kayaking	25
5.1 Klasifikace vodních toků.....	25
5.1.1 Playspot.....	26
5.2 Příslušenství	27
5.2.1 Kánoe a kajaky	27
5.2.2 Pádla.....	31
5.2.3 Výstroj.....	33
6 Stručný výklad pravidel whitewater rodea.....	41
7 Metodika jízdy na kajaku	43
7.1 Základní záběry na stojaté vodě.....	43
7.2 Základní záběry s nácvikem v proudu	46

7.2.1	Eskymácký obrat.....	48
7.3	Triky.....	52
7.3.1	Základy pro provádění triků.....	52
7.3.2	Spin	53
7.3.3	Cartwheel	54
7.3.4	Loop	57
8	Závěr	59
9	Zdroje použité literatury.....	61
9.1	Zdroje použitých obrázků	62

Seznam obrázků

Obrázek č. 1 – Válec	26
Obrázek č. 2 – Vlno.....	26
Obrázek č. 3 – Creekový kajak	28
Obrázek č. 4 – Playboat	28
Obrázek č. 5 – Freestylový kajak	29
Obrázek č. 6 – Kajak na squirt boating	29
Obrázek č. 7 – Open canoe	29
Obrázek č. 8 – Pádlo s žerdí s klikou	32
Obrázek č. 9 – Pádlo s rovnou žerdí	32
Obrázek č. 10 – Špricdeka	34
Obrázek č. 11 – Šprickobunda	34
Obrázek č. 12 – Helma na divokou vodu	35
Obrázek č. 13 – Integrální helma na divokou vodu	35
Obrázek č. 14 – Helma na vodní slalom	35
Obrázek č. 15 – Freestylová helma	36
Obrázek č. 16 – Vesta vhodná na freestyle	37
Obrázek č. 17 – Vesta vhodná na divokou vodu.....	37
Obrázek č. 18 – Záběr vpřed.....	44
Obrázek č. 19 – Široký záběr od přídě.....	44
Obrázek č. 20 – Široký záběr od zádi	45
Obrázek č. 21 – Záběr vzad.....	45
Obrázek č. 22 – Eskymácký obrat šroubovým způsobem	49
Obrázek č. 23 – Nácvik eskymáckého obratu o kraj bazénu.....	50
Obrázek č. 24 – Back deck roll pod vodní hladinou	51
Obrázek č. 25 – Fáze eskymáckého obratu back deck roll	51
Obrázek č. 26 – Fáze nácviku back deck rollu.....	51
Obrázek č. 27 – Spin	54
Obrázek č. 28 – Cartwheel na stojaté vodě.....	55
Obrázek č. 29 – Cartwheel ve válci	56
Obrázek č. 30 – Loop.....	58

Seznam tabulek

Tabulka č. 1 – Klasifikace vodních toků.....	25
--	----

Seznam použitých zkratk a symbolů

CNAWR	Česká národní asociace whitewater rodea
ČSK	Český svaz kanoistiky
ČSTV	Československý svaz tělesné výchovy a sportu
EC	Euro Cup neboli evropský pohár
ECA	European Canoe Association
ICF	International Canoe Federation
IRC	International Rodeo Committee
IRK	Internationale Repräsentantenschaft Kanusport
ME	Mistrovství Evropy
MS	Mistrovství světa
NORW	National Organization of Whitewater Rodeo
USK	Univerzitní sportovní klub Praha vodní slalom
WC	World Cup neboli světový pohár

Slovník vodáckých pojmů

Back loop	Salto s lodí vzad.
Back surf	Surfování pozadu neboli zádí lodi k přitékajícímu proudu.
End	Součást triku, kdy je provedena otočka o 180° okolo vertikální osy při horizontálním úhlu rozmezí 45°–90°.
Flat water	Stojatá voda, např. jezero, rybník, bazén.
Front surf	Surfování popředu neboli přídí lodi k přitékajícímu proudu.
Karfiol	Vyvěrající voda na hladině, jejíž příčinou je náraz vody o překážku pod vodní hladinou.
Loop	Salto s lodí vpřed.
Playspot	Místo, kde se jezdí rodeo, např. vlna, válec.
Scoresheet	List, do kterého se zapisují zaseté figury při freestylových závodech.
Singlř	Jezdec, který v kajaku klečí a má jednolité pádlo.
Špricdeka	Kryt na kajak či kánoi, který jezdec nosí v oblasti mezi trupem a boky a zabraňuje proniknutí vody do lodi.
Vracák	Zpětný proud, který vzniká za překážkou v řece.

Úvod

Rodeo na divoké vodě, ve světě známé spíše jako freestyle kayaking, je sportovní kanoistická disciplína a spadá do kategorie vodních sportů. Rodeo lze charakterizovat jako akrobacii na divoké vodě. Tento sport se začal vyvíjet na přelomu 80. – 90. let 20. století. Postupem času došlo k částečné proměně tohoto sportu a podoba dnešního freestyle kayakingu se značně liší od podoby původní. Během let se změnila soutěžní pravidla, začaly se zkracovat a vylepšovat lodě a veškeré vybavení šlo kupředu. V České republice i ve světě byl zlatým obdobím rodea především začátek 21. století.

Hlavním důvodem, proč jsem si zvolila rodeo na divoké vodě jako téma své bakalářské práce, bylo zviditelnění tohoto kanoistického sportu pro odbornou veřejnost. Freestyle kayaking je velice atraktivní disciplínou, přesto je v dnešní době zastíněn disciplínou známější, a to vodním slalomem, který kanoistickým disciplínám vévodí. Bohužel se informace o tomto sportu k veřejnosti prostřednictvím médií příliš nedostávají, a tak lidé většinou neví, že jezdci z České republiky byli v historii rodea velmi úspěšní a velice dobře reprezentovali republiku na evropských i světových závodech. V současné době má Česká republika jednoho velmi úspěšného reprezentanta Lukáše Červinku, který od roku 2010 pravidelně vyhrává mistrovství Evropy, které se koná každé dva roky.

Rodeo na divoké vodě bylo několik let mým koníčkem, což byl další důvod, proč jsem si vybrala právě toto téma. Rodeu jsem se věnovala přibližně tři roky závodně. Patřila jsem do české reprezentace a účastnila jsem se národních i evropských závodů v juniorské kategorii. Konkurence v rodeu na divoké vodě v kategorii žen v České republice v posledních letech není příliš velká a svého času jsem byla jedinou aktivní pádlující juniorkou v republice. Jedním z důvodů, proč se příliš mnoho žen tomuto sportu nevěnuje, je dle mého názoru fyzická náročnost.

Přála bych si touto prací rozšířit podvědomí o tomto sportu a přiblížit veřejnosti, co tento sport obnáší zejména v technické přípravě.

1 Cíle práce

1.1 Hlavní cíl

Charakteristika sportovní kanoistické disciplíny rodea na divoké vodě z hlediska technické přípravy a metodiky.

1.2 Dílčí cíle

- Charakteristika rodea na divoké vodě jako sportovní kanoistické disciplíny a její vývoj.
- Národní a světové asociace.
- Seznámení se základními pojmy whitewater rodea, disciplínami, výzbrojí a výstrojí.
- Výklad pravidel rodea na divoké vodě.
- Technická příprava a metodika rodea na divoké vodě.

2 Charakteristika whitewater rodea

Kanoistická disciplína rodeo na divoké vodě neboli „whitewater rodeo“ v dnešní době známá spíše jako freestyle kayaking, vznikla na konci 20. st. ve Spojených státech amerických. Přesněji by se dalo toto odvětví vodáctví charakterizovat jako akrobacie na divoké vodě. Vzhledem k tomu, že je tento sport méně známý a však stále se rozvíjející, je pro mnohé těžké si tuto disciplínu zařadit, a tak ji lze pro lepší představu přirovnat například k freestylovému lyžování či snowboardingu, při kterých se předvádí obdobné ne-li stejné akrobatické převraty vpřed a vzad, jako jsou např. front flip a back flip.

V rodeu má každý trik svůj originální název, kdy trik „loop“ je právě již zmiňovaný front flip neboli kotoul vpřed, a „back loop“ tedy back flip – kotoul vzad. Některé triky mají velmi malebné pojmenování, jako jsou například phonics monkey, mc nasty či tricky woo. Ačkoliv se tento sport dá provozovat i na stojaté vodě (flat water), jezdí se převážně v tzv. playspotech, kterými většinou bývá vodní válec nebo vlna. Ve vodním válci se voda vrací zpět a na vlně se v jednom místě voda láme, což vytváří ideální prostor pro jezdce.

Freestyle kayaking se vyvinul z playboatingu, při kterém je třeba sjet část řeky, na které se zastavuje v různých místech, a kde se dělají různé triky. Podstata rodea spočívá v předvedení co největšího množství figur během předem stanoveného časového limitu, tj. 45 sekund, a získání co největšího počtu bodů a to vše na jednom místě, tedy v jednom playspotu.

Závodí se v několika kategoriích – muži (K1M), ženy (K1W), junioři (K1JM) a juniorky (K1JW) a ve smíšené kategorii singl kanoistů (C1). Zkratky kategorií jsou odvozeny. Písmenem K se označují kajakáři, kteří v lodi sedí a používají k ovládní lodi dvoulisté pádlo. Číslo udává počet jezdců na jedné lodi a další je počáteční písmeno značící pohlaví z anglického „men“ tedy muži a „women“ ženy. Aby se odlišila mladší generace jezdců, je u juniorů přidáváno ještě písmeno J. Kategorie C1 bývá obvykle smíšená, nerozlišuje se na mužskou a ženskou. Vzhledem k obtížnosti je to převážně záležitost mužská. Písmeno C označuje singl kanoistu. Tito jezdci v kajaku klečí, stejně jako to bývá v klasických double kánoích, a používají stejně tak i jednolisté pádlo.

Playspoty jsou buď přírodní, nebo uměle vytvořené vodní válce nebo vlny. V České republice nalezneme v podstatě jen ty uměle vytvořené. Za poslední léta se podmínky pro trénování v ČR změnilo. Mnoho playspotů bylo zrušeno, především kvůli přestavbám a modernizacím slalomových kanálů nebo finančním nedostatkům na provoz a údržbu, případně kvůli těžké domluvě s elektrárnami. Elektrárny s ohledem na vodní stav vypouštějí určité množství vody, na které je mnoho playspotů závislých. Momentálně se v ČR nacházejí tři playspoty, z toho dva jsou součástí slalomového kanálu v pražské Troji a v Roudnici nad Labem a fungují v podstatě

celosezónně a jeden, který se nachází v Plzni na vyústění náhonu na řece Mži a jezdí se v něm pouze, pokud je dostatek vody. Z těchto důvodů jezdí čeští rodeisté často na tréninky do zahraničí.

Mezi další freestylové disciplíny se řadí i jízda na otevřených kánoích (OC) a squirt boating. V disciplíně otevřených kánoích se jezdí s jednolistým pádlem a v pozici v kleku, stejně jako tomu je u kategorie C1 při rodeu, avšak nepoužívá se tzv. špricdeka, což je kryt, který zamezuje nalití vody do lodě a kajaky jsou o něco větší než při rodeu. V disciplíně squirt boating se používají lodě s minimálním výtlakem a důraz je kladen především na ovládní lodě a hladké pohyby. Body se udělují za různé rotace, na které je vymezen časový limit 60 sekund. Extra body může jezdec získat, jsou-li triky předváděny hluboko pod vodou po co nejdelší dobu (ICF – Planet Canoe 2017).

3 Historie

První záznamy o používání plavidel sahají až několik tisíc let před náš letopočet. Již ve starém Egyptě používali několikamístné kánoe k překonávání řek. Kánoe Severoamerických Indiánů se později promítnuly do sportovního a turistického pádlování, především díky charakteristickým tvarům plavidla. Do Evropy se dostaly první lodě s Kolumbem. V Anglii byly kánoe používány k rekreačním účelům již v roce 1850 a odtud se pomalu rozšiřovaly do celé Evropy (Bílý, aj. 2001, s. 9). V Čechách se kanoistika pomalu začala rozvíjet na přelomu 19. až 20. století, především po roce 1913, kdy začaly vznikat různé kluby a následně i první svazy.

3.1 Historie rodea na divoké vodě

K historii rodea se váže pověst, která praví, že jednoho dne vyjela parta nadšených vodáků na řeku. Jeden z kajakářů omylem najel do velkého válce, který si s ním začal různě pohrávat, a tak předváděl všelijaké kotrmelce a převraty vpřed i vzad. Na pohled to vypadalo velmi atraktivně, a tak se začalo do vln a válců najíždět záměrně, právě za účelem triků a různých figur (CNAWR – Česká Národní Asociace Whitewater Rodea, o. s. 2017).

Rodeo na divoké vodě se jako kanoistická disciplína poprvé objevilo v 70. letech v USA, kdy první závod proběhl v roce 1976 ve státě Idaho. Severní Amerika je díky tomu nazývána kolébkou rodea (Anon 2013, s. 271).

V 80. letech se začalo v Americe používat spíše označení „freestyle kayaking“, jež je typické v dnešní době. Začínalo se tzv. hot-dog soutěžemi. Mezi hlavní figury, které se předváděly, patřily různé svičky, piruety a surfování ve válci, které v dnešní době řadíme tzv. old school moves neboli triky ze staré školy. Cílem bylo udělat hlavně dojem na publikum, a tak se přidávaly všelijaké vtipné prvky jako zahazování pádla, pokřiky a podobně. Jezdilo se na dlouhých a objemných lodích, postupem času se i s novými triky začaly lodě různě upravovat. Nevýhoda těchto dlouhých lodí byla, že většinou jezdec zůstal po dokončení triku až za válcem a musel se do něho obtížně vracet. Za účelem neopustit válec a vydržet v něm vznikly „retentive moves“, v doslovném překladu zadržovací triky neboli triky, po kterých jezdec zůstal ve válci. Díky těmto trikům mohl kajakář předvést více figur za sebou, proto se na ně při soutěžích zaměřovalo. Objevily se první názvy jako McTwist, Whip It, Screw Up a také Cartwheel či Splitwheel – triky, které se jezdí dodnes. Nutností bylo upravit lodě, a tak na svět přicházely nové modely, především po Mistrovství světa na řece Ocoee v roce 1993, který byl pro vývoj zlomový (CNAWR – Česká Národní Asociace Whitewater Rodea o. s. 2017).

„V roce 1989 vznikla v USA první národní organizace zastřešující rodeo na divoké vodě – NORW, National Organization of Whitewater Rodeo. Mezinárodní rodeový výbor IRC (International Rodeo Committee) byl založen v roce 1992.“ (Anon 2013, s. 271)

IRC pořádal až do roku 2006 mistrovství světa v každém lichém roce. Trendy v rodeu po dlouhou dobu určovaly právě Spojené státy, které měly dominantní postavení i v IRC (Anon 2013 s. 271). Historii těchto dvou organizací se bohužel nezdařilo dohledat, lze se pouze domnívat, že později vznikly světové organizace, které nadvládu nad organizací rodea převzaly.

První neoficiální mistrovství světa se konalo v roce 1991 v Anglii. Od roku 1993 se pořádají oficiální mistrovství světa v každém lichém roce pod záštitou IRC. V sudém roce se organizuje mistrovství Evropy. Od sezóny roku 1998 se jezdí evropský pohár (Euro Cup). V dnešní době se Euro Cup pořádá ve stejném roce jako mistrovství světa a série světových pohárů (World Cup) doplňuje mistrovství Evropy v sudém roce.

Od roku 2006 spadá disciplína freestyle kayaking pod mezinárodní kanoistickou federaci ICF. První oficiální mistrovství světa ve freestyle kayakingu již pod záštitou ICF se konalo v roce 2007 na řece Ottawa v Kanadě. První série světového poháru v rodeu odstartovala o rok později závody v Praze (Česká republika), Augsburgu (Německo) a v Thuně (Švýcarsko), (Anon 2013, s. 271; Halašová 2009, s. 10; Migdauová 2010, s. 49).

3.2 Historie v ČR

Od počátku 90. let 20. století se u nás objevují první zmínky o závodech, které byly v jakési formě fun-slalomu. První rodeový – fun závod v České republice byl uspořádán na Lipně v roce 1998, který organizoval Roman Havlík a Jiří Habrman se svou vodáckou firmou HG Sport. Cílem bylo představení rodea veřejnosti. Další závody se konaly v roce 1999 v pražské Troji, již pod záštitou České národní asociace whitewater rodea (CNAWR) a vedením Pavla Lichtága za pomoci dalších nadšených vodáků. Závodilo se v disciplíně „hole-riding“, což oproti současné podobě freestylu, mělo zjednodušená pravidla. Původní hole-riding (v doslovném překladu ježdění ve vlně či válci) spočíval v provedení co největšího množství opakování jednoho triku. Dnešní podoba freestylu zahrnuje předvedení různých triků, které jsou bodově ohodnocené a počítají se během jízdy pouze jednou (Anon 2013, s. 271–272; Migdauová 2010, s. 49).

Na závody v roce 1999 navázala série Českého poháru neboli Rodeo tour, která se jezdí každý rok. Zprvu se jednalo pouze o čtyři závody v roce, o rok později jich bylo již pět a vždy se jeden závod ze série pořádal na Slovensku, v Bratislavě v Čunovu. Nejprve se jezdilo podle mezinárodních pravidel, později byla pravidla upravena pro domácí podmínky, s cílem udělat tento sport o něco zajímavější. Od roku 2003 se v České republice používají i při domácích závodech mezinárodní pravidla (Anon 2003, s. 271–272; Migdauová 2010, s. 49). V současnosti

se pořádají dva až tři závody na domácích playspotech, především proto, že mnoho míst pro ježdění bylo zrušeno a většina nadšenců se z osobních důvodů nemůže pořádání závodů věnovat naplno.

3.2.1 Úspěchy českých reprezentantů

Poprvé měla Česká republika reprezentanty v roce 2001 na Mistrovství světa v Sortu ve Španělsku. Ve stejném roce došlo i k prvním úspěchům na evropském poháru, kdy Štěpán Fiedler vybojoval první místo v celkovém hodnocení v kategorii singl kanoistů. Stejně tak v dalších letech obsazovali čeští závodníci medailové pozice na celosvětových a evropských závodech (Anon 2013, s. 271). Velký úspěch měla především Kateřina Migdauová v kategorii juniorek roku 2003 a následující roky vybojovala další medaile v kategorii žen. V letech 2004–2007 se dařilo i českým juniorským nadějím jako byli Jakub Němec, Jan Špindler, Jiří Langer, Jan Bubník a Štěpán Vohradský, kteří v reprezentaci pokračovali i po přestupu do mužské kategorie a obohatili českou freestyleovou historii o mnoho úspěchů. Přehled všech úspěchů a umístění české reprezentace je uveden v příloze č. 1.

Mezi neúspěšnější české jezdce současnosti patří Lukáš Červinka, který reprezentuje Českou republiku na všech mezinárodních závodech. Tento šestadvacetiletý „singlír“, jak se zkráceně říká jezdcům, kteří pádlují na singl kánoích, pochází z Ústí nad Orlicí a do singl kánoe se posadil poprvé v šestnácti letech. Soutěží v kategorii C1. Je čtyřnásobným mistrem Evropy. Poprvé vyhrál ME v roce 2010 v Rakouském Lienzu. Od té doby každé dva roky obhájil svůj titul mistra Evropy. Pravidelně se účastní i mistrovství světa, zde se mu bohužel nepodařilo titul získat, v posledních letech vypadl vždy v semifinále. Avšak v roce 2017 bojoval o titul na Mistrovství světa v Argentině a odjel s bronzovou medailí.

3.3 Mistrovství světa 2017

Vzhledem k aktuálnosti je třeba vyzdvihnout Mistrovství světa v Argentině, které probíhalo na přelomu listopadu a prosince roku 2017. Českou republiku zde jako jediný reprezentoval Lukáš Červinka v kategorii C1. Už z kvalifikace postupoval ze třetího místa, stejně tomu tak bylo i v semifinále. Ve finále zabojoval mezi pěti nejlepšími jezdci a dojel si pro bronzovou medaili. Pro Českou republiku je to po delší době veliký úspěch na mistrovství světa.

V kategorii C1 startovalo devatenáct singl kanoistů a konkurence byla opravdu veliká. Ve finále dělilo Lukáše Červinku od druhého místa 120 bodů a od propadu na čtvrté místo pouhých 64 bodů, rozhodoval tedy pravděpodobně jeden trik. Zlatou medaili získal Dane Jackson z USA s 1210 body a stříbro si vyjel s 1100 body Sebastien Devred z Francie.

V kategorii mužů – K1M začínalo šedesát jezdců, z kterých do čtvrtfinále postoupilo dvacet. Startují zde velmi zkušené jezdce a probíjení se do finále i semifinále zahrnuje kvalitní

přípravu a trénink. V kategorii K1M soutěžil za naši sousední zemi Slovensko Peter Csonka, který se dostal do semifinále a skončil na desátém místě. První místo obsadil již po několikáté a se skóre 1936 bodů, kterým překonal ICF rekord, Dane Jackson z USA, druhé místo získal Robert Crowe z Velké Británie a třetí Sebastian Devred z Francie.

V ženské kategorii jelo čtyřicet čtyři žen. Při čtvrtfinále vypadla a skončila na jedenáctém místě Nina Csonková, též reprezentantka ze Slovenska. Zlatou medaili si vyjela s 925 body Claire O'Hara z Velké Británie, druhé místo obsadila Marlene Devillez z Francie a třetí skončila Hitomi Takatu z Japonska.

Za juniorskou kategorii žen jelo pouhých dvanáct dívek. První místo získala Britka Otilie Robinson-Shaw s 553 body, na druhém místě skončila Sage Donnelly z USA a na třetím Olivia McGinnis z USA. Za mužskou juniorskou kategorii startovalo dvacet šest chlapců. Na prvním místě se umístil Tom Dolle z Francie s 1718 body, což je na juniora velmi pěkný výkon, na druhém místě byl Alex Walters a na třetím místě Harry Prince, oba z Velké Británie (ICF – Planet Canoe 2018).

4 Národní a světové asociace whitewater rodea

4.1 Národní asociace

V České republice fungují asociace, které zaštiťují vodní sporty. Hlavní asociací je Český svaz kanoistů dále jen ČSK, která zastřešuje většinu vodních sportů v České republice jako je vodní slalom, rychlostní kanoistika, rafting, kanoepolo, ocean paddling, paddle boarding a v neposlední řadě i freestyle kayaking. Freestyle kayaking má svou vlastní organizaci CNAWR, která spadá právě pod ČSK.

4.1.1 Česká národní asociace whitewater rodea

České rodeo je zastřešeno organizací CNAWR. Jedná se o českou národní asociaci whitewater rodea, která vznikla v roce 1998 a spadá pod Český svaz kanoistů (ČSK) do sekce vodní turistiky. Založena byla Pavlem Lichtágem, Pavlem Bendlem a Danielem Klémou. Neoficiálně asociace pracuje od roku 1995. Organizace vznikla kvůli potřebě dát řád spontánně organizovaným domácím závodům a reprezentaci České republiky na mezinárodních závodech. Mezi hlavní činnosti CNAWR patří pořádání rodeových závodů, tréninků a výukových kempů, exhibic, zajištění permanentky na kanál a stání pro lodě v pražské Troji, zprostředkování reprezentace českých závodníků na mezinárodních soutěžích, publikování výukového materiálu, psaní článků do magazínů či na vodácké weby, výstavba a hledání nových playspotů, školení rozhodčích a organizátorů, spolupráce s vývojáři a výrobci sportovní výzbroje a výstroje, rozvoj vztahů s podobně zaměřenými zahraničními organizacemi (Anon 2013, s. 271; CNAWR – Česká Národní Asociace Whitewater Rodea o. s. 2017; Migdauová 2010, s. 53–54).

Migdauová (2010, s. 53–54) popsala organizační strukturu CNAWR takto:

„Nejvyšším rozhodovacím orgánem CNAWR je členská schůze asociace. Členská schůze CNAWR rozhoduje o zásadních strategických otázkách rozvoje asociace a schází se zpravidla minimálně jednou ročně. V běžné činnosti je členská schůze zastupována pověřeným výborem asociace. Ten se schází dle potřeby, minimálně jednou za dva měsíce. CNAWR je spolek registrovaný u Ministerstva vnitra České republiky.“

Hlavní činnosti CNAWR přetrvávají do současnosti. Organizace funguje stále ve stejném duchu a se záměrem, kvůli kterému byla vytvořena. Aktuálním předsedou je Miloš Trnka, který je zároveň i členem výboru s dalšími dvěma členy, Vilémem Klepačem a Jaroslavem Kubištou. Kontrolní výbor zastupuje Jan Havelka, Kateřina Migdauová a Jan Špindler.

CNAWR a jeho finance jsou vázány na ČSK, který je závislý na ČSTV, z tohoto důvodu se objevují značné problémy s financováním, ať už se jedná o pořádání závodů či finanční podporu reprezentantů na zahraničních závodech (Migdauová 2010, s. 55).

4.1.2 Český svaz kanoistů

V roce 1913 se rozvíjela činnost kanoistů a vodních turistů. Pořádaly se první kanoistické soutěže, jejichž cílem byla především propagace. Kvůli velkému zájmu o kanoistiku a za cílem zdokonalení české vodní turistiky, založili kanoisté téhož roku svou vlastní organizaci a to Svaz kanoistů království Českého. Svaz fungoval do počátků 1. světové války, která veškerou činnost postupně zastavila.

Svaz byl obnoven až se vznikem samostatného Československého státu. Do roku 1968 řídila činnost svazu v Československu sekce kanoistiky na Slovensku. V roce 1968 byla zřízena samostatná sekce pro Čechy, Moravu a Slezsko a tím obnoven Český svaz kanoistů (Anon 2013, str. 7–8, 152–153).

„Hlavním úkolem obnoveného Českého svazu kanoistů bylo vytvořit podmínky pro rozvoj závodní kanoistiky i vodní turistiky, organizování závodů, včetně přeborů České republiky v rychlostní kanoistice, ve vytrvalostní kanoistice, ve vodním slalomu a sjezdu, podílet se na vodáckých jízdách zdatnosti, zabezpečování školení a seminářů pro trenéry, rozhodčí, cvičitele vodní turistiky a vodní záchranáře.“ (Anon 2013, s. 152)

Od roku 1990 se ČSK začal ubírat především směrem rychlostní kanoistiky, kanoistiky na divoké vodě a vodní turistikou. Od roku 1993 patří vodní turistika pod ČSK, do té doby spadala pod Svaz turistiky. Od téhož roku ČSK jedná s mezinárodní kanoistickou federací ICF. ČSK se začlenil do ICF a díky tomu je možné reprezentovat Českou republiku na mezinárodních freestyleových závodech. CNAWR měla v plánu vystoupit ze sekce turistiky a prosadit freestyle jako samostatnou disciplínu na úrovni vodního slalomu a sjezdu, ale vzhledem k nedostatku členů a financí se to nepodařilo. Od roku 2008 je CNAWR již jen jako zastřešující organizace whitewater rodea (Migdauová 2010, s. 54–55).

Sekce vodní turistiky připravila i nový závod Český pohár vodácký, jehož nultý ročník odstartoval v roce 1997. Jedná se o sedm závodů v roce, kde se hodnotí jak průjezd brankami, tak i čas. Těchto závodů se účastní především oddíly vodní turistiky, ale i jednotliví jezdci, nadšení kajakáři a kanoisti (Anon 2013, s. 265).

Se snahou o rozšiřování informací ČSK zahájilo vydávání vodáckého časopisu Kanoe Raft Kajak (KRK), avšak došlo k rozvázání smlouvy a časopis se v dnešní době již nevydává. V roce 2003 začali nadšení vodáci vydávat vodácký magazín Hydro, který je nyní již přejmenován na

magazín Pádler. Členové z CNAWR přispívali a pravidelně přispívají svými články do magazínu tématy z oblasti metodiky freestyly, následujících či proběhlých závodů a akcí a podobně. Magazín Pádler sdružuje veškeré oblasti vodní turistiky jako je především sea kayaking, rafting, rodeo, extrémní sjezdy na divoké vodě, paddleboarding a další.

4.2 Světové organizace

4.2.1 International Canoe Federation

Dne 19. ledna roku 1924 vznikla v dánském Copenhagenu organizace Internationale Repräsentantenschaft Kanusport (IRK). V roce 1946 se transformovala na ICF, International Canoe Federation. Její náplní a účelem je vytvoření vazeb mezi asociacemi z různých zemí, uspořádání jedenkrát do roka mezinárodní soutěže v pádlování a to vždy v jiném státě, podpora zahraniční turistiky publikováním říčních průvodců a poskytování informací o ubytování a zajímavých místech, zavedení mezinárodně uznávaných symbolů pro řeky a mapy pro snazší cestování, výměna informací díky zpřístupnění národních publikací o kanoistice – prostřednictvím různých přednášek, prezentací, filmů, fotografií, korespondencí apod. (ICF – Planet Canoe 2017).

ICF je mezinárodní kanoistická federace a je zodpovědná za celý svět kanoistiky. Skládá se z 5 asociací a 164 národních federací. ICF je uznávaným mezinárodním orgánem pro veškeré sporty, kde se používá pádlo, a zastupuje devět oddělených disciplín: sprint, vodní slalom, paracanoe, sjezdy na divoké vodě, kanoé maratony, kanoepolo, dračí lodě, freestyle kayaking, oceánské závody.

ICF má 9 výborů a 1 komisi: ICF Canoe Sprint Committee, ICF Paracanoe Committee, ICF Canoe Slalom Committee, ICF Wildwater Canoeing Committee, ICF Canoe Marathon Committee, ICF Canoe Polo Committee, ICF Dragon Boat Committee, ICF Canoe Freestyle Committee, ICF Ocean Racing Committee, ICF SUP Commission. Ty jsou zodpovědné za mezinárodní soutěže a jejich pravidla, např. mistrovství světa, světové poháry apod. Dále jsou zde dva výbory a to ICF Medical and Anti Doping Committee (Lékařská a antidopingová komise) a ICF Athletes Committee (Výbor pro sportovce), jsou označovány jako stálé výbory.

Členem rady ICF a stálého výboru pro freestyle kayaking je předseda Španěl Lluís Rabaneda i Caselles a členové jsou Jeremy Blanchard z Rakouska, Terry Best z Velké Británie, Magnus Karlsson ze Švédska a Ned Poffenberger z USA (ICF – Planet Canoe 2017).

Freestylový výbor funguje od roku 2006. Od roku 2008 vydává pravidla pro mezinárodní závody, která se dodržují i při závodech v ČR. Pravidelně probíhá školení rozhodčích, kterého

se účastní i čeští zástupci. Poslední školení se konalo v roce 2017 v britském Nottinghamu, kterého se zúčastnil i český freestyler Vilém Klepač.

4.2.2 European Canoe Association

Ačkoliv byla Mezinárodní kanoistická federace ICF založena v roce 1924 a kanoistika jako sport se poprvé objevila na olympijských hrách v roce 1936 v Berlíně, Evropská kanoistická asociace, dále jen ECA, byla založena až 11. prosince 1993 na setkání v Římě. Byly zde schváleny první statuty a zvoleni první úředníci. Prezidentem se stal Albert Woods z Velké Británie, místopředsedy byli Corneliu Barsanescu z Rumunska a Jorn Cronberg z Dánska.

Důvodem relativně pozdějšího založení ECA je skutečnost, že v minulosti ICF organizovala také mistrovství Evropy. První mistrovství Evropy, které pořádala ICF, se konalo v roce 1933 v Praze. Program byl složen z disciplín na stojaté vodě. I následující světové a evropské šampionáty organizovalo ICF. ICF uspořádala také ME v plavbě na kánoích. Od roku 1970 pořádá ICF různá mistrovství světa, a proto nezbyl čas na organizaci mistrovství Evropy pod záštitou ICF. Z tohoto důvodu se další mistrovství Evropy konalo až v roce 1993 v Římě a první ME ve Sprintu bylo zorganizováno pod záštitou ECA v roce 1997. Od tohoto roku pořádá ECA pravidelně ME v každé kanoistické disciplíně (European Canoe Association 2017).

Stejně jako ICF má i ECA devět výborů pro každou disciplínu. Zástupcem za freestylový výbor je aktuálně Nina Csonková ze Slovenska.

5 Freestyle kayaking

Rodeo jako každé kanoistické odvětví má své speciální prvky. Jak již bylo zmíněno, jezdí se v tzv. playspotu, ve kterém freestyler předvádí různé figury. Používají se pro to speciálně navrhované a tvarované lodě, aby byl pohyb s kajakem, co nejsnazší. Zároveň musí být kajakář vybaven pádlem a ochrannými pomůckami, který mi jsou helma, záchranná vesta a oblečení, které by mělo udržet jezdce v suchu a chránit i jeho tělo před případnými zraněními, např. odřeninami. Během let si freestyleři vytvořili svůj styl a dalo by se říci, že se liší od ostatních kanoistických disciplín, jako je slalom kupříkladu. Pro freestyle kajakáře je typické volné povětšinou velmi barevné oblečení, nosí trenky podobné surfařským, helmy s kšiltem a mají různé atraktivně polepené či navržené kajaky. Tento styl přidává rodeu na specifické atmosféře.

5.1 Klasifikace vodních toků

Vodní toky klasifikujeme podle stupně obtížnosti. Dle tabulky, kterou pro přehlednost vytvořil Bílý, aj. (2001, s. 24) se klasifikuje obtížnost toků takto:

Stupeň	Název	Charakteristika
ZW A	Stojaté vody	Neproudící nebo jen nepatrně proudící toky (přehradý, jezera apod.).
ZW B	Klidné vody	Slabě proudící toky (2–3 km/h), přehledné.
ZW C	Mírně proudící	Rychlost proudu cca 3–5 km/h, přehledné.
WW I	Lehká	Pravidelná proudnice a pravidelné vlny, malé peřeje, časté meandry s rychle tekoucí vodou, zarostlé břehy.
WW II	Mírně těžká	Nepravidelné vlny a proudnice, střední peřeje, slabé válce a víry, nízké stupně, malé peřeje v silně meandrujících nebo málo přehledných řečištích.
WW III	Těžká	Přehledný průjezd s vysokými nepravidelnými vlnami, větší peřeje, válce, víry, „karfioly“, střední peřeje v úzkém (zarostlém) řečišti, rychlý proud v silně meandrujícím řečišti.
WW IV	Velmi těžká	Vysoké vlny a dlouhé peřeje, velké válce, víry, „karfioly“, málo přehledný průjezd, prohlídka úseků většinou potřebná.
WW V	Mimořádně těžká	Extrémní peřeje, válce, víry, prohlídka, event. znalost terénu nezbytná.
WW VI	Hranice sjízdnosti	Všeobecně nesjízdné, při optimálním vodním stavu event. sjízdné s vysokým rizikem.

Tabulka č. 1 – Klasifikace vodních toků

Kajakář by vždy měl odhadnout svou zdatnost a zkušenost a podle nich vybírat řeku, kterou bude sjíždět. V kilometrážích řek se nachází označení, která udávají detaily dané řeky. Některé řeky jsou velmi dobře zmapované, a tak v kilometrážích najdeme značky, které poukazují na vlny, válce, jezy, v turistických kilometrážích jsou označena i místa, kde se nachází nějaké občerstvení a podobně. Nesjíždná a nebezpečná místa se značí „X“ či symbolem ☒. Pokud kajakář cestuje do zahraničí, je třeba si ověřit, jaká označení obtížnosti a značení v dané zemi používají, protože se mohou lišit.

Freestyle kayaking se odehrává na jednom místě, ve vodním válci či vlně. Je to poměrně bezpečný způsob pádlování, vzhledem k tomu, že není třeba povětšinou zdolat žádný úsek řeky. Není to však pravidlem. K některým playspotům se dostává obtížněji, takže je někdy nutné zdolat určitou část řeky, aby se kajakář k playspotu dostal. S tím souvisí i možnost, že se peřeje nachází i za playspotem. V takovýchto případech stoupá nebezpečí.

5.1.1 Playspot

Playspotem se nazývá místo, kde může jezdec na kajaku či singl kánoi předvádět triky. Může jím být vodní vlna či válec. Rozdíl mezi vlnou a válcem je zřejmý už od pohledu. Vlna je masa vody, která vytváří prohlubeň uprostřed a za prohlubni se dělá „koruna“, tedy pěna, díky velkému výškovému rozdílu lze na vlně předvádět triky, při kterých jezdci v podstatě lítají nad vodou. Válec je takový schod, ze kterého padá voda do „bazénu“ tedy takové klidné stojaté vody. Rozdíl si lze prohlédnout na obrázku č. 1 a 2.



Obrázek č. 1 – Válec



Obrázek č. 2 – Vlna

Velké a velmi dobré tréninkové vlny najdeme spíše na velkých tocích jako je např. Ottawa, mnozí jezdí za freestylem na vlny do Ugandy. Takovéto masivní vlny v České republice nenajdeme vzhledem k velikosti našich toků.

Mnoho playspotů, na kterých se povětšinou jezdí, jsou právě válce. V České republice se nachází aktuálně tři funkční playspoty. Nejvíce ježděným válcem je momentálně Trojská Tlama. Tento playspot se nachází na Trojském slalomovém kanále ve třetí čtvrtině kanálu, nad přemostěním u loděnice HG sportu.

Válec Tlama si prošel v posledních letech řadou úprav, největší problém rodeisti spatřují v mělkosti, kdy zde mnoho lodí přijde při tréninku či závodech k újmě, proto není majiteli karbonových speciálů příliš oblíbeným. Druhým problémem je především pro začínající jezdce krátký zpětný proud za překážkou, vodácky nazýván „vracák“. Pod Tlamou se nachází vlna, které se říká „půlič“ z důvodu toho, že rozděluje kanál na dvě poloviny. Tato vlna se nedá objet vracákem, a pokud tedy jezdce stáhne proud pod půlič, je třeba si z lodí vylézt a vynést po břehu zpět nad překážku. CNAWR a především její člen Tomáš Pospíšil se zasadil o renovaci a vylepšení playspotu, i přes komplikace s místním klubem USK (Univerzitní sportovní klub Praha vodní slalom), který nesouhlasí s tímto freestylovým válcem a nejráději by ho zrušil. Momentálně se ale jedná o obstojný playspot navzdory jeho hloubce.

Druhý válec „Kalikovák“ se nachází v Plzni na řece Mži u hotelu Kalikovský Mlýn. O jeho výstavbu se postaral plzeňský oddíl TJ Union Plzeň. Jedná se o ručně nastavitelný playspot, což k různorodému stavu vody je výhodou. Funguje díky elektricky ovládané překážce, která umožňuje vytvořit válec, vlnu či jazyk, proto zde lze trénovat různé vodácké disciplíny či techniky. Slabinou ovšem je průtok v náhonu, který udává nejen roční období, ale především nádrž Hracholusky. V této návaznosti se dá na playspotu jezdit téměř výjimečně.

Třetí válec byl vystaven při rekonstrukci slalomového kanálu v Roudnici nad Labem. Jedná se o obdobu válce v Plzni, jen ve větší velikosti. Také zde lze nastavit díky elektricky ovládané překážce vlnu, válec či jazyk, dle vodního stavu.

5.2 Příslušenství

Základními předpoklady pro provozování rodea na divoké vodě je nutnost vybavení. Mezi nejzákladnější patří loď, pádlo, po případě špicdeka. Neopomenutelné jsou také helma a vesta, které chrání jezdce před úrazy hlavy a případným utonutím. Používá se také speciálního oblečení, které má vodní sloupec a mělo by udržet kajakáře v suchu, teple a chránit ho před případnými odřeninami, ke kterým může dojít při střetnutí s kameny a podobně.

5.2.1 Kánoe a kajaky

Typický rozdíl mezi kánoí a kajakem je v sezení a v používaném pádle. V kánoí vodák klečí. V singl kánoích si jezdci dokonce poutají skrčená kolena k lodi speciálními popruhy, aby při provádění triků nevypadli z lodí a zároveň měli celý kajak pod kontrolou. Díky klečení je jejich těžiště v lodi výš. Používají jednolísté pádlo, což jim zhoršuje podmínky pro provádění triků do obou stran.

Kajakáři v lodi sedí. Menší jedinci mají špičku vystlanou pěnou či materiálem, který slouží jako opěrka pro nohy. Pomocí ráčen si mohou přitáhnout zádovou opěrku a díky tomu se tak lépe upevnit v lodi. Pádlují za pomoci dvoulístého pádla.

Kajaky dělíme na tři skupiny: kajak na creekování neboli na divokou vodu, playboaty a rodeovky. Speciální kajaky se používají při disciplíně squirt boating, ale vzhledem k tomu, že se tato disciplína v České republice nejezdí, je netřeba ji v dělení příliš rozebírat.

Kajak na creekování viz obrázek č. 3. Jedná se o velmi objemné lodě s velkým výtlakem okolo 280–380 litrů. Jejich cílem je kajakáře držet nad hladinou a umožnit mu průjezd velkými válcí a vlnami při sjezdech na řekách s vyšší obtížností a pro extrémní sjezdy. Jejich délka se pohybuje okolo dvou až tří metrů. Čím je objem lodi a délka větší, tím je loď rychlejší a mnohem vhodnější pro sjíždění vodnatých řek. Mají kulaté dno, většinou bez jakýchkoliv hran, díky tomu lze získat potřebnou rychlost a sílu, která se po dopadech z vodopádů lépe rozkládá. Zvednutá špička zajišťuje pohodlný průjezd vlnami a válcí. Vyrábějí se z odolného plastu, který by měl vydržet případné nárazy do překážek. Vyznačují se taky spoustou bezpečnostních prvků, jako jsou úchyty, na které se dají připnout karabiny či oka, do kterých si může kajakář upevnit další potřebné věci.



Obrázek č. 3 – Creekový kajak

Playboaty jsou takový přechod mezi creekovkami a rodeovkami. Už z názvu je patrné, že tato loď je vhodná na hraní, tedy na různé triky a surfování. Jsou dlouhé okolo 2,5 metrů, mají menší výtlak přibližně 250 litrů. Tyto lodě mají zploštělou špičku v přední i zadní části, ploché dno a výrazné hrany, nadzvednuté špičky viz obrázek č. 4.



Obrázek č. 4 – Playboat

Rodeovky jsou malé, krátké kajaky, které mají okolo 160 cm a výtlaček okolo 200 litrů, viz obrázek č. 5. Mají prolnuté paluby, ploché dno a ostré hrany. Díky těmto vlastnostem lze nabrat rychlost a velmi dobře se mění směr, loď je dobře ovladatelná a pohyblivá i bez použití pádla. Dříve se na rodeovkách sjížděly i vodnaté řeky, teď už se vzhledem k bezpečnosti od tohoto upouští.



Obrázek č. 5 – Freestylový kayak

Speciální lodě jsou také pro disciplíny squirt boating a OC1 neboli otevřené kánoe. Tyto disciplíny v České republice nemají příliš velkou oblibu, pravděpodobně zde není nikdo, kdo by se účastnil soutěží právě v těchto disciplínách. Kajaky pro squirt boating jsou velmi zploštělé, úzké a jejich výtlaček je minimální. Dalo by se říct, že tvar kopíruje tvar kajakářových nohou – obrázek č. 6. Otevřené kánoe vypadají jako běžné kajaky, avšak se tvarem trochu liší, mají větší výtlaček a celkově jsou větší – obrázek č. 7.



Obrázek č. 6 – Kajak na squirt boating



Obrázek č. 7 – Open canoe

Od počátků rodea prošly kajaky modifikací. Postupně se začaly zkracovat a ubíralo se jim na výtlačku, aby jezdec měl co nejmenší odpor k tomu provádět triky. Kajaky na rodeo se stále vyvíjí. Pravděpodobně právě i nové technologie a tvary posouvají kajakáře k tak skvělým výkonům a bodovým rekordům na soutěžích.

Je tomu několik let, co se začaly vyrábět kajaky z karbonu. Karbon je pevný a zároveň lehký materiál, který se používá téměř ve všech sportech, a tak i pádlování není výjimkou. Důvodem, proč se karbon začal využívat, bylo pravděpodobně odlehčení freestylerům. Vzhledem k tomu, že je karbon lehkým materiálem, snížila se váha kajaku téměř na polovinu. Váhový rozdíl mezi

plastovým kajakem a karbonovým je okolo 7 kg, při čemž plastový kajak váží okolo 14 kg karbonový okolo 7 kg, což je téměř polovina váhy plastového kajaku. Velkou nevýhodou ovšem je křehkost tohoto materiálu a je velmi snadné loď poničit, proto se kajakáři s karbonovými loděmi vyhýbají mělkým playspotům. Výhody, které karbon jezdcí přináší, jsou menší váha, a tím i získaná rychlost lepší reakce. Většina karbonových lodí je dělaná na míru. Při provádění airových triků se rodeista dostává výše, právě díky menší váze lodi, se kterou manipuluje při provádění figur. Není tedy potřeba vynaložit tolik síly, protože nižší hmotnost kajaku snižuje odpor. Kajakář tak může lépe navázat i více triků za sebou, k čemuž je ale potřeba mít natrénováno a být na to připraven, aby byly triky dotáhnuty do konce. Karbonové kajaky mají i jisté nevýhody – kvůli rychlosti je obtížnější mít kajak pod kontrolou a předvídat další pohyb, právě díky menší váze může kajakář velmi snadno ztratit kontrolu nad kajakem.

Někteří freestyleři volí obě varianty, teda vlastní jak karbonový tak i plastový kajak. Tím, že je plastový kajak těžší a pomalejší, vyžaduje to pro jezdce více síly a lépe se tak trénuje technika a provedení triků, nehledě na to, že mohou trénovat i v mělkých playspotech bez toho, že by se museli bát zničení svého karbonového speciálu.

Pro začínající rodeisty je určitě vhodné volit plastový kajak, ať už právě kvůli jeho odolnosti nebo kvůli ceně. Cena za karbonový speciál se pohybuje okolo 2 800 dolarů, což je přibližně 60 tisíc korun. U plastových kajaků je cena okolo 25 tisíc korun. V obou případech se cena odvíjí také od konkrétního výrobce.

Mezi prvními výrobci, kteří přišli s loděmi navrhnutými přímo na rodeo, byly firmy Prijon a Dagger. Poprvé se objevili na Mistrovství světa v roce 1993 (Halašová 2011, s. 39). Od této doby se vývoj posunul kupředu, ze začátku to byl velký bum, a tak téměř každá firma vyrábějící kajaky na divokou vodu přicházela s novými modely na rodeo. Snaha byla stále zdokonalovat tvary. V dnešní době přichází výrobci s novými modely jednou za pár let, ale dalo by se říct, že nějaký nový model se na trhu objeví každým rokem. Stále je třeba přizpůsobovat tvary lodí s ohledem na vývoj tohoto sportu. Mezi přední výrobce na mezinárodním trhu patří firma Jackson Kayaks, která je pravděpodobně pořád na špičce nejprodávanějších kajaků na trhu nebo tomu tak bylo alespoň v předchozích letech, Guigui Prod známá především svými karbonovými speciály, Vajda Group – slovenský výrobce slalomových lodí, který ve spolupráci s Peterem Csonkou v roce 2017 navrhl, vyrobil a přišel na trh již se čtvrtou verzí karbonového kajaku. Kajaky od firmy Vajda jsou oblíbené mezi českými kajakáři – reprezentanty. Dalšími výrobci jsou také firmy Dagger a Wave Sport, kteří stejně jako Jackson Kayaks vyráběly po mnoho let velmi dobré plastové rodeovky. Jak šel čas, bylo třeba se přizpůsobit novinkám na trhu, a proto i tyto firmy mají každá alespoň jeden model v karbonovém provedení.

Kajakům na divokou vodu vévodí na trhu firmy, jako jsou například Waka Kayaks, Pyranha, Dagger, Jackson Kayaks, ale velký úspěch zaznamenala i firma ZET Kayaks. Jedná se o českou firmu, která je odnoží firmy Železný, která vyrábí v České republice plastové lodě už přes dvacet let. První creekový kajak pod značkou ZET – model „Raptor“, vyrobili v roce 2010 (Železný 2017). Tento model kajaku se stal v České republice i ve světě velmi oblíbeným a na trhu často kupovaným kajakem. Dalo by se říct, že jednu chvíli to byl pravděpodobně nejkupovanější model na světě, ať už v této verzi „Raptor“ či menším provedení „Veloc“. Firma se stále drží na předních příčkách mezi světovými výrobci, momentálně má již pět modelů a stále přichází s novými a vylepšenými provedeními.

5.2.2 Pádla

Rozdělení kajaků na singl kánoe a kajaky dle sezení se promítá i do použití pádel. Rozdělujeme je na kajakářské a kanoistická.

Kajakářské pádlo má na každém konci jeden list a uprostřed je žerď, za kterou se pádlo drží. Natočení listů udává úhel, který je od 0° po 90°. Vyrábějí se pádla jak pravá, tak levá. Pod rukou, která svírá pevně pádlo, podle čehož se určuje právě pravé či levé pádlo, bývá žerď profilována. V druhé ruce se podle velikosti úhlu pádlo protáčí. Například, pokud má kajakář pádlo pravé, pravou rukou svírá pádlo pevně a v levé ruce se protáčí. Rozdělení či výběr pádla nezáleží příliš na lateralitě, ale spíše na tom, které pádlo dostane člověk v první chvíli do ruky. U toho pak většinou zůstává. O něco častěji používaná jsou pádla pravá.

Čím je pádlo lehčí, tím pro kajakáře lepší. Váhu pádla udává materiál, ze kterého jsou vyráběny listy. Listy mohou být vyrobeny z plastu, směsí kevlaru, skla, uhlíků a podobně. Žerdi se vyrábí z hliníku, duralu a kevlaru s různými příměsemi dalších materiálů. Hliník se považuje za pružný materiál, tudíž se tyto žerdi dají snáze ohnout. Dural a kevlar jsou oblíbené pro svou pevnost a tvrdost. Pro odlehčení námahy kloubů se začaly vyrábět žerdi s takzvanou „klikou“, v odborné literatuře též nazýváno „double torque“, tedy dvojnásobně zahnutá žerď. Pádlo s klikou je zobrazeno na obrázku č. 8 a pádlo s rovnou žerdí na obrázku č. 9. V začátcích pádlování se délka pádla odhaduje podle způsobu pádlování, výšky postavy a typu kajaku. Správný úchop se testuje položením pádla na temeno hlavy, tak aby v loktech vznikl pravý úhel a vzdálenost od rukou k listu byla přiměřená, okolo 15–20 cm. Podle způsobu pádlování a užití se vyrábí různé délky žerdí a tvary listů.



Obrázek č. 8 – Pádlo s žerdí s klikou



Obrázek č. 9 – Pádlo s rovnou žerdí

Na divokou vodu se používají většinou pádla o něco delší, přibližně 194–210 cm. Tvar listu je kratší, širší a symetrický, někdy mírně prolnutý. Úhel bývá spíše větší od 45° do 90°. Pro rodeo jsou vhodná pádla kratší, aby se s nimi lépe manipulovalo při provádění triků. Délka se pohybuje od 180 cm po 194 cm. Listy jsou asymetrické, mírně prohnuté, široké. Úhel bývá do 45°, záleží ovšem na jezdcí. Pro vodáckou turistiku, mořské kajaky apod. se používají pádla delší, mohou být 210 cm až 230 cm dlouhé. Listy jsou úzké, dlouhé, lehce prohnuté. Úhel je obdobný jako u pádel na divokou vodu.

Kanoistická pádla se skládají ze tří částí – jednoho listu, žerdí a hlavičky. Materiál, ze kterého se pádla vyrábí, je obdobný jako u kajakářských pádel. Nejběžnější užití v rekreačním pádlování mají pádla s duralovou žerdí a termoplastovými listy. Jejich výhodou je odolnost, nízká cena, ovšem na úkor hmotnosti, ta bývá větší. Dřevěná pádla zůstávají některými kanoisty stále oblíbená, ale většina už dává přednost jiným materiálům.

Tvar listu se odvíjí od využití. Na divoké vodě se využívají širší listy, lehce prolnuté a symetrické, tak aby byl možný záběr i přes ruku. Pro stojatou vodu se používají úzké, dlouhé, symetrické a rovné listy. Speciálním případem jsou pádla pro rafting, která bývají delší, vyrábí se z odolnějšího materiálu, protože při raftingu dochází k častým nárazům do překážek. Délka pádla se určuje podle výšky člověka, typu lodě, technice pádlování a účelu. Při rekreačních účelech by mělo pádlo sahat pod bradu, při raftování pod nos (Nafukovací Čluny.cz 2017).

Mezi rodeisty jsou velmi oblíbená karbonová a kevlarová pádla, především pro jejich váhu. Jsou to velmi lehká a zároveň odolná pádla. Zároveň dává mnoho jezdců přednost pádlům s „klikou“, za účelem šetřit si klouby a také pro jejich přesnější a příjemnější úchop.

V dnešní době vévodí trhu několik výrobců. Platí zde, že cena většinou odpovídá kvalitě. Mezi přední výrobce kvalitních pádel, které se používají při rodeu či na divoké vodě, jsou například: Werner Paddles, Adventure Technology, G'Power a další. Cena takovýchto pádel se může vyšplhat až k deseti tisícům. V rekreačním pádlování vévodí oblíbě pádla firmy Profiplast, TNP,

Hiko, vzhledem k jejich slušné ceně. Takováto pádla se dají pořídit i do jednoho tisíce, proto jsou mezi rekreačními kajakáři velmi oblíbená. Pro jezdce, kteří s pádlováním začínají a mají v plánu u tohoto sportu nějaký čas setrvat, případně se jedná o mírně až středně pokročilé jezdce, se doporučuje takový zlatý střed, kdy se cena pohybuje okolo dvou tisíc korun. Pádlo se skládá z hliníkové žerdi a listů ze směsi kevlaru a karbonu, které jsou odolnější než plastové listy.

5.2.3 Výstroj

Dalším důležitým vybavením, bez kterého nelze na tekoucí vodu vyrazit, jsou špricdeky a bezpečnostní prvky, kterými jsou především helma a vesta. Pro větší komfort se během let zapracovalo i na vodáckém oblečení. V dnešní době patří k nejoblíbenějším tzv. suché obleky, od neoprenů se už spíše upouští. Klade se důraz, aby oblečení bylo kvalitní a drželo vodáka v komfortní zóně. Díky výrobě kvalitního oblečení je tak možné pádlovat v podstatě celý rok. Vše se odvíjí také od způsobu pádlování. Pro každou disciplínu se vyrábí určitý speciální druh oblečení. U rodea se klade důraz především na to, aby oblečení bylo, co nejlehčí, neomezovalo to jezdce v pohybu a zároveň propustilo minimum vody skrz. Pro rodeo je typické, že kajakář spousta času tráví ve vodě, mnohdy hlavou dolů, proto je důležité, aby oblečení vodu odpuzovalo a udržovalo tak tepelný komfort.

5.2.3.1 Špricdeky

Špricdeky neboli anglicky „spraydeck“ se dají charakterizovat přirovnáním k zátce na loď. Zakrývá a utěšňuje vstup do lodi. Pro rekreační pádlování s minimálním předpokladem převrácení se – povětšinou pro jízdu na stojaté vodě, jsou špricdeky šity například z nylonových materiálů, což by mohlo na první pohled připomínat trochu pláštěnkový materiál. U ostatních disciplín, kdy kajakář sjíždí již určitou část řeky, se používá pro výrobu většinou neopren, jeho tloušťka se odvíjí od konkrétního použití.

Důležitým faktorem je okraj špricdeky, který nasedá na límec lodi. Celá konstrukce by měla být tak pevná, aby vydržela nápor vody při daném druhu pádlování. Skládá se z komínu, který naléhá na kajakářovo tělo, deklu, jež zakrývá díru v lodi, a záchranného oka v přední části deklu. Komín se vyrábí jednoduchý či dvojitý v různých velikostech dle šířky kajakářova pasu. Dvojitý komín zajišťuje lepší těsnění. Pro jízdu na singl kánoi se komín prodlužuje z důvodu klečení a tím vyššího těžiště. Velikost deklu závisí na obvodu límce. Obvod deklu je tvořen z našité gummy a gumového zátěru. Zajišťuje pevnost a přilnavost špricdeky k lodi, zároveň zvyšuje těsnění a nepropustnost. Pevnost a přilnavost jsou důležitým faktem, špricdeka se nesmí neočekávaně povolít. Pokud by se tak stalo, na tekoucí řece by to znamenalo značné nebezpečí. Zároveň musí jít také dobře sundat, za pomoci záchranného oka, v případě nouzového opuštění

lodi. Jedno záchranné oko je umístěno buď v přední části špricdeky, případně druhé, které je vedeno od jednoho kraje k druhému v místě kolen viz obrázek č. 10.



Obrázek č. 10 – Špricdeka

Pro zlepšení pohyblivosti přišli výrobci na trh s tzv. šprickobundami – obrázek č. 11. Sešili k sobě špricdeku a bundu. Díky tomu odpadlo několikanásobné vrstvení v oblasti pasu. Pro kajakáře to znamená lepší ohebnost a volnost a zároveň jistotu nepropustnosti vody vzhledem k jednotnému dílu oblečení.



Obrázek č. 11 – Šprickobunda

5.2.3.2 Helmy

Helma je jedním z nejdůležitějších ochranných prvků, bez kterého by kajakář nikdy neměl usedat do kajaku při sjíždění divoké vody. Úrazy hlavy i obličeje bývají jedny z nejčastějších úrazů na vodě. Ve vodě číhá mnoho nástrah, ať už kameny, větve nebo dno umělého slalomového kanálu. Ke střetnutí může dojít pokaždé, když se kajakář zvrhne hlavou dolů. Helma by měla chránit všechny části hlavy od čela, přes temeno až k týlu, stejně tak i oblast spánkovou. Důležité je, aby helma netlačila, ale zároveň neplandala a kajakář v ní měl dobrý rozhled. Volí se materiál, který vydrží náraz a ihned nepraskne či se neprolomí. Pro větší

komfort a zároveň tlumení nárazů jsou helmy vylepeny různými výstělkami. Skelet helem je plastový a výplň pěnová (polystyrenová apod.). Při výrobě helem se musí výrobci řídit bezpečnostní normou.

Podle disciplíny se liší tvar a design. Na divokou vodu se preferují helmy, které zakrývají uši i zátylek – obrázek č. 12. Při extrémních sjezdech se doporučují i helmy integrální, které chrání obličej, nastává ovšem riziko, že se za ochranný oblouk může helma zaseknout o překážku ve vodě – obrázek č. 13.



Obrázek č. 12 – Helma na divokou vodu



Obrázek č. 13 – Integrální helma na divokou vodu

Helmy na vodní slalom jsou odlišné – obrázek č. 14. Slalomářská helma je tvarována tak, aby příliš nepřekážela při průjezdu branek. Má spoustu děr ve skeletu, aby voda lehce odtékala a nestékala přes obličej a také většina slalomářů nenosí klapky na uši. Pravděpodobně se pro tyto helmy nasazovací klapky ani nevyrábí.



Obrázek č. 14 – Helma na vodní slalom

Při rodeu se používají různé druhy helem. Ale jako se všim ve freestylu, se i v tomto případě klade důraz na styl. Typický tvar helmy pro rodeo je kšilt. Přilba má nízkou hmotnost, je tuhá a vyrobena tak, aby zvládla veškeré nárazy, ačkoliv nevypadá na první pohled tak bytelně jako jiné helmy viz obrázek č. 15. Jednou z vůdčích firem, od které si kajakáři kupují helmy vzhledem k jejich kvalitě a komfortnímu provedení, je Sweet Protection. Tato firma vyrábí kvalitní přilby jak na rodeo a divokou vodu, tak i pro zimní sporty.



Obrázek č. 15 – Freestylová helma

5.2.3.3 Vesty

S vodáckými vestami se člověk setkává už v případě, že si jede rekreačně sjet řeku. Snad všechny vodácké půjčovny je dávají automaticky k vypůjčeným lodím právě z důvodu bezpečnosti a ochrany i po právní stránce. Vodácká vesta patří stejně jako helma k nepostradatelnému vybavení vodáka. Nejen, že vodákovi může zachránit mnohdy život, přidává další vrstvu a chrání tak záda před nárazy a zároveň funguje jako tepelný izolant a pomáhá tak udržovat teplotu.

Vyrábějí se ze svrchní části z textilie a vyplňuje ji speciální druh pěny, který je lehký a nechytá plíseň. Vesta může být vybavena dalšími vymoženostmi, jako jsou například kapsy, poutka a plastová držátka a podobně. Důležitým prvkem je bezpečnostní popruh, který nachází využití při záchraně na tekoucích řekách, proto by právě u vest na divokou vodu neměl určitě chybět. Některé vesty se nasazují přes hlavu, jiné mají v přední části zip. Jsou vybaveny popruhy s přezkami či suchými zipy, které se dají utahovat u ramen a v oblasti pasu. To umožňuje přizpůsobit si vestu velikostně přesněji na vlastní tělo. Vesta by měla na těle sedět, nebýt volná a nevyjíždět k hlavě. Vyrábí se v několika velikostech, a tak se vyplatí si ji před koupí vyzkoušet.

Důležitým parametrem při výběru vesty je nosnost vesty. Ta se odvíjí od účelu použití. S obtížností řek se nosnost zvyšuje. Bílý, aj. (2001 s. 48) ve své knize udává orientační nosnosti

vest, a to pro slalom a sjezd 6 kg, pro vodní turistiku minimálně 7,5 kg, pro rafty a extrémní sjezdy 12 kg a více.

V rodeu se používají vesty, které umožňují jezdcům široký rozsah pohybu. Za cílem odlehčit hmotnosti, jsou vesty pro rodeo vyráběny z ušší pěny. Většinou nemají vystouplé kapsy ani přidané úchyty, očka a bezpečnostní popruhy. Vzhledem k tomu, že se při rodeu zůstává na jednom místě, není třeba mít vestu vybavenou bezpečnostním popruhem. Rozdíl mezi vhodnou vodáckou vestou pro rodeo a na divokou vodu zobrazují obrázky č. 16 a 17.



Obrázek č. 16 – Vesta vhodná na freestyle



Obrázek č. 17 – Vesta vhodná na divokou vodu

5.2.3.4 Oblečení

Po mnohaletém vývoji vybavení se upustilo od mokrých neoprenů a přešlo se k suchému oblečení. Základní svrchní vrstvou je vodácká bunda též hydrobunda. Materiál je tkanina s velkým vodním sloupcem navrhovaná tak, aby nepropustila vodu, ale byla zároveň prodyšná. U krku a zápěstí našívají výrobci neoprenové nebo latexové manžety. Neoprenové zakončení propouští vodu, jsou vhodné spíše na turistiku než na divokou vodu a rodeo. Latexy spolehlivě nepropustí téměř žádnou vodu, z důvodu ochrany je lepší, když jsou překryty další vrstvou tkaniny či neoprenu. Chrání tak latex před poškozením či slunečním zářením, který latexu příliš neprospívá. Bundy, stejně jako špricdeky mají buď jednu vrstvu či dvě, které se prokládají právě do špricdeky. Ideální kombinace je dvouvrstvý komín u špricdeky a dvouvrstvý spodní díl bundy. Na vrchní části bývají suché zipy, kterými se dá bunda v pase dotáhnout, tak aby seděla. U turistických bund je provedení jiná, spíše jednovrstvé a na dotažení gumičkou či provázkem.

Jak bylo již zmíněno výše, v posledních letech se dává přednost suchému oblečení před neopreny. Tak tomu je i u kalhot. Ačkoliv někteří stále používají neoprenové kalhoty, mnozí si již potrpí na tepelný komfort, které poskytují suché kalhoty. Tyto kalhoty se vyrábí ze stejného

materiálu jako bundy. U kotníků mohou být latexy či neopreny, ale o něco pohodlnější jsou kalhoty s našitými suchými ponožkami. Díky tomu se i chodidla udržují v suchu a teple. Také mají dvojité vrstvení v pase, a proto už je pak trochu umění zkombinovat všechny dvojité vrstvy jak na bundě, špricdece i na kalhotách. Ovšem dlouhé kalhoty jsou spíše záležitostí v chladnějším období. Speciálně pro extrémní ježdění a to i za chladného zimního počasí se vyrábí celé suché obleky. Je to v podstatě suchá bunda s kalhotami v jednom. Pokud někdo jezdí na vodu často, určitě se vyplatí si takovýto oblek pořídit.

Určitě se vyplatí nosit pod suché obleky, bundy či kalhoty kvalitní termo prádlo, které absorbuje dobře pot a případnou vodu, která se přes latexy může dostat dovnitř. Tepelná izolace zabrání tepelným ztrátám a následnému nachlazení.

Pro letní období jsou typickým oblečením šortky a bundy s krátkými rukávy. V parných létech postačí kraťasy, které se nosí například na surfování, v obdobích ne ještě příliš teplých se vyplatí nosit kraťasy ušité ze slabého neoprenu. Chrání to orgány před chladnou vodou. Výhradně freestylovou stylovou záležitostí je nošení surfovacích kraťasů přes neoprenové. Někteří výrobci vodáckého oblečení už vyrábí takovéto kraťasy již sešité v kompletu, kdy spodní vrstva je neopren a vrchní tvoří lehká rychleschnoucí látka.

Mezi nezbytnou součást oblečení patří také neoprenové boty. Ochrana chodidel je důležitá. Pro turistiku i freestyle neoprenové boty se slabou podrážkou postačí, pro jízdu na divoké vodě a v extrémních podmínkách, kdy musí kajakář překonat s kajakem už určitou vzdálenost je potřeba kvalitnější a pevnější obuvi. Neoprenové boty se vyrábí kotníkové či nadkotníkové, některé se zipem, jiné se suchým zipem. Záleží na konkrétním užití.

V chladném zimním počasí se vyplatí pořídit si buď neoprenové pytlíky na pádlo či neoprenové rukavice, které drží ruce v teple. Udržováním v teple všech kloubů na těle předchází vodák pozdním komplikacím spojeným s bolestmi kloubů. Stejně tak je důležité zajištění tepelného komfortu hlavy. K těmto účelům slouží neoprenové čepičky.

5.2.3.5 Další vodácké vybavení

Mezi další povinné bezpečnostní prvky především na divokou vodu patří házečí pytlík neboli tzv. „házečka“. Tento pytlík slouží k záchraně tonoucího. Například pokud někdo plave v korytě řeky a není zde místo pro výstup na břeh, hodí mu v tom nejlepším případě někdo házečku ze břehu, ideálně zajištěnou o nějaký pevný bod třeba strom. Jedná se o ušitý pytel, ve kterém je smotané lano, které se po spadnutí do vody nenasákne a je dostatečně odolné.

Hodí se vozit i nůž s tupou špičkou, nikdy člověk nemůže vědět, kdy bude potřeba. Zároveň by při sjíždění divoké vody neměla chybět v každé skupině vodáků jedna vodácká lékárnička. Prodávají se již hotové nebo si ji může každý jednoduše vyrobit. Ale určitě se vyplatí i v případě drobných úrazů.

Nafukovací vaky slouží k vyplnění prázdného prostoru, který se nachází v zadní části kajaku. Pokud dojde k neočekávanému nutnému opuštění lodi, začne se loď plnit vodou v celém jejím objemu. Účelem nafukovacích vaků je zalítí zabránit a udržet alespoň část lodi nad hladinou, aby plavala a nedošlo tak k jejímu utopení.

Za účelem udržení věcí suchých se vyrábí vodní pytle nebo menší vaky. Do menších vaků si lze schovat drobné věci, které není vhodné v kajaku namočit, typickým příkladem jsou klíče od auta. Větší vodní pytle skvěle slouží pro mokré hydro oblečení, které se do nich zabalí a mokré věci neumokří okolní prostředí, zároveň je lze použít při delších vodáckých putování, kdy je potřeba uschovat veškeré oblečení na cestu.

Vychytávky, které se při rodeu hodí vozit a nosit je kolíček na nos – „nosátko“ a špunty do uší. Vzhledem k tomu, že při rodeu se člověk otáčí různými směry, se voda dostává do nosu až nosních dutin a je to velmi nepříjemná záležitost. Při jízdě s nasazeným nosátkem se tomu dá vyhnout, ačkoliv když se člověk dostane přímo do tekoucí vody, může do nosu natéct i přes přítomnost kolíčku. Špunty do uší slouží jako prevence před případnými problémy. S ohledem na kvalitu vody jsou časté záněty středního ucha, zvukovodů apod. Pravidelná přítomnost ve studené vodě může zapříčinit až z úžení zvukovodů.

Speciální vybavením do lodi, které se používá, jsou „overthrustersy“. Může to být plastová deska či v levnějším případě nafouknutý balon nebo vak, která je umístěna v přední části kokpitu. Zabraňuje kompresi paluby směrem dovnitř, a tak vzniknutím podtlaku v lodi. Přidává až několik litrů výtlačku navíc, které se projevují při provádění airových triků, a tak je možné se dostat s kajakem do větších výšek.

5.2.3.6 Vybavení lodi

Podmínkou pro kvalitní jízdu na kajaku, je správně vybavená a vylepená loď. Pokud jezdcí loď v nějaké části nevyhovuje, způsobuje to nepříjemnosti a mnohdy i bolesti. Sezení v lodi si lze uzpůsobit přesně na míru.

V lodi se nachází sedačka, která je povětšinou z plastu a nějaké pěnové či látkové pokrývky nebo je vyrobena přímo z tvrdší pěny. Snad téměř u všech kajaků je sedačka posunovatelná dopředu či dozadu. Během jízdy si kajakář ozkouší pozici sedačky a podle toho si ji nastaví. Nemělo by během pádlování docházet k přílišnému zatápění špičky ani zádě lodi.

Sedačka je doplněna bočními opěrkami. Ty se uzpůsobují podle velikosti boků, tak aby pohodlně přiléhaly, ale netlačily příliš do kyčlí. Kolenní a stehenní opěrky jsou dalšími doplňky, které by měly zvyšovat komfort v lodi. Po vnitřních stranách nedaleko límce kajaku se nachází tzv. ráčny. Mohou to být přezky, které se používají například u snowboardového vázání, nebo se využívá systém provazů, které se zasekávají do podélného žlábků. Pomocí těchto ráčen se

dotahuje zádová opěrka, do které se při jízdě kajakář opírá. V přední části kajaku jsou umístěna „zrcadla“. U rodeových kajaků bývá vepředu pěna, kterou si člověk ořízne na délku svých nohou, např. u kajaků firmy Wave Sport. Freestylové kajaky od firmy Jackson Kayaks mají zrcadla udělány z nafukovacího vaku. U většiny creekových kajaků jsou pěny uchyceny na kovové výztuže, díky kterým si lze opěrku posunout.

6 Stručný výklad pravidel whitewater rodea

Freestyle kayaking jako mladá vodácká disciplína se během let vyvíjela a s tím i její pravidla. Do roku 2005 se závodilo podle pravidel, která se určila při vzniku této disciplíny. Dle původních pravidel se hodnotila varietní a technická hodnota. Varietní hodnota se jezdcí započítala, pokud provedl danou figuru správně od začátku až do konce dle pravidel. Tyto body mohl jezdec získat pouze jednou, respektive dvakrát, pokud figuru provedl na pravou i levou stranu, případně dopředu či dozadu.

Technická hodnota se počítala dle množství otoček, tedy kolikrát jezdec danou figuru zopakoval. Byly odstupňovány dle obtížnosti – ploché figury za jeden bod, šikmé figury za dva body, kolmé figury za čtyři body. Součet varietních hodnot za všechny vykonané figury se násobil technickými body. Z tohoto důvodu vyhrávali pořád stejní závodníci. V podstatě jim k vítězství stačilo provádět pár dobře naučených triků a neměli potřebu se učit triky nové. Právě z důvodu opakování pouhých pár triků dokola, bylo pravděpodobně nutné pozměnit pravidla (Migdauová, 2010, s. 46).

Od roku 2006 a i v pravidlech současných se počítá varieta, ale neudávají se již body za mnohonásobné provedení. Každý technicky správně provedený trik má svou hodnotu, kterou jezdec získá pouze jednou, respektive dvakrát – vpravo, vlevo nebo vpřed či vzad. Od roku 2007 se Česká republika řídí mezinárodními pravidly ICF beze změn v hodnocení figur.

ICF vydává každý rok nová pravidla. Většinou se pravidla příliš nemění, ale dochází k menším úpravám u provedení figur, proto je dobré si informace průběžně aktualizovat.

V současných pravidlech pro freestyle kayaking se hodnotí několik aspektů provedení triku. Každý trik má vždy počáteční úhel, kterým začíná, horizontální a vertikální rotaci, kompletní provedení daného triku a takzvaný „end“, viz slovník pojmů. Triky se provádí na obě strany – vpravo i vlevo, dále jsou triky prováděny vpřed – front a vzad – back. Během závodní jízdy se počítá každý provedený trik pouze jednou. Jezdec může získat samostatné bodové ohodnocení za provedení triku vpravo i za provedení triku vlevo. Obodování triků je odvozeno od jeho obtížnosti. Přehled bodového hodnocení je uveden ve scoresheetu používaném na českých závodech v příloze č. 2.

Při provádění triků lze získat bonusy – clean, super clean, air, huge, linked, trophy. Clean bonus rozhodčí udělí, pokud jezdec pádlo či ruce použije pouze na začátku triku, ale v průběhu rotační části až po dokončení triku není již pádlo použito. Pro super clean bonus je třeba provést celý trik bez použití pádla či rukou již od samého počátku. Během provedení libovolného triku lze získat buď bonus clean, nebo super clean, ale nikdy se tyto dva bonusy neudělují zároveň.

Air bonus jezdec získává, pokud se jeho loď během pohybu ani jednou nedotkne vody. Huge bonus je stanoven rozhodčími před zahájením závodů a většinou se uděluje, pokud jezdec s lodí vyskočí z větší části nad vodu a vznikne tam viditelný prostor. Pokud se podaří jezdcům plynule navázat dva triky na sebe, obdrží bonus linked (CNAWR – Česká Národní Asociace Whitewater Rodea o. s. 2017).

O udělení bodů rozhoduje porota, která je složena ze tří rozhodčích a jednoho hlavního rozhodčího, který kontroluje výsledky a řídí porotu během závodu. Povětšinou asistuje každému rozhodčímu jeden zapisovatel, který sepisuje provedené figury do scoresheetu. Rozhodčí či zapisovatel získané body na konci jízdy sečte. Následně se sečtou výsledky z dané jízdy od každého rozhodčího a dělí třemi. Tak vznikne spravedlivé bodové ohodnocení průměrem.

Jedna závodní jízda trvá 45 sekund. V kvalifikaci jede závodník tři jízdy. Průměr bodů získaných od rozhodčích za každou jízdu se sčítá a do semifinále či finále postupuje jezdec s nejvyšším součtem bodů za tři kvalifikační jízdy. V semifinále se jedou dvě jízdy, ve finále tři jízdy a vždy se počítá pouze lépe obodovaná jízda.

Tato striktní pravidla se dodržují v České republice především při mezinárodních závodech, jako je například Euro Cup, kdy se sjedou na závody jezdců z více zemí světa. Při národních závodech se navíc kromě běžných kategorií K1M, K1W, K1JM, K1JW, C1, otvírají za většího počtu zájemců i kategorie OB – Old Bastards a YGST – Youngsters, především z důvodu ztráty atraktivnosti tohoto sportu. Old Bastards (OB) je kategorií pro starší jezdce, kterým je buď 34 let, nebo mají děti, které je do závodu už mohou přihlásit. Jezdci mohou závodit i ve více kategoriích pokud zaplatí startovní poplatek, tudíž lze závodit jak za kategorii OB a zároveň i za kategorii K1M. Youngsters (YGST) je kategorií pro freestylery, kteří se závoděním teprve začínají. Pro ně jsou speciálně upravená pravidla a dalo by se říci, že každá snaha se počítá. Na rozdíl od běžných triků se v kategorii YGST dostávají body například za provedení eskymáckého obratu ve válci či puštění pádla jednou rukou a podobně. Do kategorie YGST se může přihlásit každý, kdo se ještě nikdy neúčastnil žádných závodů. V současné době bohužel není o tyto kategorie příliš velký zájem a závodníků je o něco méně než v letech předchozích, proto se za posledních pár let ani neotevřely.

7 Metodika jízdy na kajaku

Metodika jízdy na kajaku v tekoucí vodě se odvíjí především od jízdy na stojaté vodě. Proto se začíná výuka základních záběrů vždy nejprve na stojaté vodě. Mezi nejdůležitější záběry patří záběr vpřed, díky kterému lze loď uvést do pohybu a získat rychlost. Dalšími základními záběry jsou široký záběr od přídě, široký záběr od zádě, záběr vzad, závěs a vylehávání. Pokud si jezdec osvojí tyto záběry na stojaté vodě, lze přejít k nácviku v proudu. Základními pohyby v tekoucí vodě je nájezd do proudu, výjezd a nájezd do vracáku, přejezd proudu neboli traverz. V mírně pokročilejší fázi se zařazují i přejezdy válce a surfování na vlně, které jsou i jistou přípravou pro rodeo.

V metodice jízdy na kajaku není jasně určeno, kdy začínat s eskymáckými obraty. Z logického hlediska by bylo ovšem vhodné zařadit výuku eskymáckých obrátů až poté, co si jezdec osvojí alespoň základní záběry. Délka pro naučení se eskymáckého obratu je individuální. Začíná se výukou eskymáckého obratu šroubovým způsobem. Po určité době lze přejít i k eskymáckému obratu pákovým způsobem neboli na tzv. „back deck roll“.

V okamžiku, kdy člověk získává na kajaku jistotu, umí spolehlivě eskymovat a zvládá pohyb v proudu, se lze přesunout k základním trikům v rodeu, mezi které se řadí spin, cartwheel a loop.

7.1 Základní záběry na stojaté vodě

Záběr vpřed je nejzákladnějším předpokladem pro pohyb na kajaku, viz obrázek č. 18. Z něho vychází spousta dalších záběrů. Při popisu se rozdělují záběry na několik částí. V první fázi – zasazení, by poloha těla měla být ve vzpřímené poloze a trup mírně nakloněný vpřed. Horní – tlačná paže je pokrčená, přibližně ve výšce hlavy a spodní – tažná paže je natažená. Pohyb začínáme od špičky lodi, pádlo je kolmo k boku lodi. Tažná paže pohyb začíná, postupně se přidává tlak z paže horní. Provedení by mělo být plynulé. Ve druhé fázi – tlačení kopíruje přímou dráhu těsně u boku lodi. List pádla je tažen pod vodou. Záběr pokračuje tažením spodní paže. Horní ruka se postupně natahuje stále ve výšce očí. Dochází k lehké rotaci v trupu a v ramenou. Spodní paže dotahuje pádlo k tělu. Sevření žerdě v dlani se postupně uvolňuje. Záběr by měl končit v okamžiku, kdy spodní ruka míjí trup jezdce. Třetí fáze – vytažení, a tedy ukončení záběru je vytažení pádla šikmo stranou. Horní paže ve finální fázi záběru postupně klesá k hladině, aby zahájila záběr na opačnou stranu. Zde se využívá úhlu, který pádlo má, a ve volné ruce se přetáčí. Než dojde k dalšímu záběru, je zapotřebí si zkontrolovat správnou pozici paží a předloktí.



Obrázek č. 18 – Záběr vpřed

Široký záběr od přídě se využívá ke srovnání směru jízdy či otáčení lodi po horizontální ose – obrázek č. 19. Ve fázi zasazení je horní paže pokrčená před tělem a spodní natažená vpřed. Ruka horní paže je přibližně ve výši prsou. Pohyb začíná od špičky kajaku. Ramena jsou vytočena do směru otáčení. Tažení začíná spodní paže. Záběr kopíruje obloukovou trajektorii, co nejdále od boku lodi. V ideálním případě by měla být spodní paže natažena po celou dobu provádění pohybu, horní ruka by měla zůstat ve stejné výši. Záběr je ukončen na úrovni trupu nebo lehce za ním.



Obrázek č. 19 – Široký záběr od přídě

Široký záběr od zádi se stejně jako záběr od přídě používá k otáčení lodi, často v kombinaci se závěsem – obrázek č. 20. Trup je ve vzpřímené poloze, ramena jsou vytočena do strany otáčení. V první fázi zasazení kopíruje žerď pádla téměř celý bok lodi, ruce jsou nad vodou. Horní paže

je natažená, spodní pokrčená. List je zasazen co nejbližší zádí a pokládán na vodu nezáběrovou plochou. Fáze tažení je provedena po obloukové dráze vpřed a co nejdále od boku lodi. Při záběru se spodní paže postupně napíná a horní se naopak pokrčuje. Žerď by měla být po celou dobu ve výši prsou. Záběr je ukončen dle potřeby.



Obrázek č. 20 – Široký záběr od zádí

Záběr vzad se používá při couvání, změně směru či k zastavení lodi. Záběr začíná nezáběrovou plochou za tělem kajakáře. Trup je předkloněný, ramena vytočená na stranu záběru, spodní paže je pokrčená a horní natažená. Pádlo je vedeno podél boku lodi. Záběr zahajuje spodní ruka a dochází k rotaci v horní části trupu, viz obrázek č. 21.



Obrázek č. 21 – Záběr vzad

Závěs je jedním z nejrozšířenějších řídicích záběrů. Je stěžejním záběrem při jízdě v proudu. Díky němu lze loď otáčet nebo natáčet při jízdě a to s minimální ztrátou rychlosti. Během provedení základní formy závěsu je trup vzpřímený a mírně předkloněný, ramena jsou vytočena do směru provedení závěsu. Horní paže je skrčená, její ruka je ve výši čela, spodní paže pokrčená. Při zasazení by žerď měla směřovat kolmo k vodě, list pádla záběrovou stranou kolmo k lodi. Důležitou roli hraje pohyb zápěstí. Během správného provedení by se měl kajak

otáčet okolo listu. Záběr lze opakovat bez vytažení pádla z vody. Takovému záběru se říká protažení. Provedení závěsu může být aktivní či pasivní. Při aktivním provedení je vyvinut navíc tlak paží. U pasivního provedení je list pouze zasazen a loď se otáčí díky tlaku proudu na list pádla (Bílý 2017, s. 23–27).

Vylehávání je tzv. záchranným záběrem, mnohdy tím lze zabránit převrnutí lodi. Dochází vlastně k opoře o pádlo. Lze začít pohyb už od přídě či v rovině trupu. List kopíruje obloukovou trajektorii. Opora je o záběrovou plochu pádla. Horní paže je pokrčena, spodní téměř natažená. Trup i hlava kopírují taktéž trajektorii oblouku. Souhrou boků, kolen, vedení listu i těla po oblouku dochází k aktivnímu opření o pádlo. List pádla se za úrovní trupu dostává pod hladinu. Trup přechází do záklonu. Horní i spodní paže jsou ve finální fázi pokrčené.

7.2 Základní záběry s nácvikem v proudu

Všechny zmíněné záběry nachází uplatnění při jízdě v proudu. Většinou jsou využívány jejich kombinace. Bílý aj. (2001, s. 56) ve své publikaci udává tři hlavní zásady, při pohybu v proudící vodě. „Loď by měla mít vždy větší rychlost než proud, protože je pak lépe ovladatelná a bezpečnější. Při pohybu v proudu je třeba vždy dodržovat správný náklon loď, její dno musí být náklonem nastaveno proti proudu. Pádlo je třeba mít neustále v záběru nebo připravené na záběr, jen tak je možné reagovat na měnící se podmínky jízdy.“

Veškeré záběry a jízda, vychází primárně z tréninku na stojaté vodě. Proto všechny výše zmíněné záběry je dobré natrénovat na stojaté vodě, až poté ve vodě tekoucí. V počátku je nejdůležitější udržet přímý směr kajaku, za použití přímého záběru vpřed a zvládnout tak **přímou jízdu**. Aby nedocházelo k přetáčení lodi ze strany na stranu, je třeba vynaložit stejnou sílu pro záběr vpravo i vlevo. Pokud se loď přetáčí, lze použít záběry výše zmíněné (přitažení, široký záběr od přídě aj.) k dorovnání směru. Správně provedenou jízdu vpřed již nedoprovází žádné řídicí záběry.

V další fázi přechází nácvik k **nájezdům do proudu – výjezdům z vracáku**. Nájezd začíná již ve vracáku. Špička lodi je držena přibližně pod úhlem 50-70° vzhledem k proudu. Kajakář pádluje vpřed. Při vjezdu do proudu musí držet jezdec náklon po proudu, ideálně už v momentě, kdy překračuje rozhraní mezi vracákem a proudem. Při výjezdu z vracáku je dobré zabrat důrazně vnitřní rukou, tedy rukou, kterou bude následně proveden závěs. Závěs musí být proveden až za rozhraním a hned po něm následuje záběr vpřed.

Při **nájezdu do vracáku** míří špička lodi na překážku, která vracák vytváří. Náklon je po směru proudu. Záběry jsou prováděny vpřed. V momentě, kdy je přes čtvrtinu loď ve vracáku, je zapotřebí provést protináklon, aby nedošlo k překlopení lodi, vzhledem k opačnému toku. Zároveň s tím je proveden za rozhraním závěs.

Přejezd proudu neboli traverz vychází z rychlosti lodě a správně nastavenému úhlu lodi při nájezdu. Velkou roli hraje i rychlost překonávaného proudu. Při rozjezdu z vracáku je loď držena taktéž pod úhlem 60–80°. Cílem je udržet loď pod takovým úhlem, aby nedošlo ke stočení lodi po proudu. Špička lodi je po celou dobu traverzu směrem proti proudu. Náklon není natolik výrazný jako při nájezdu do proudu, protože i příliš velký náklon může zapříčinit stočení po proudu. Kajakář provádí dynamické záběry vpřed a tlačí tak loď proti odporu proudu. Traverz povětšinou končí v protilehlém vracáku, kde je potřeba opět provést náklon na druhou stranu. V začátcích je dobré trénovat nájezdy do proudu a nájezdy do vracáků, takzvaná „esíčka“, a také traverzy.

Při průpravě na rodeo je zapotřebí umět nejprve válcem projet. K tomu je zapotřebí především rychlost. Při **průjezdu válcem** míří špička lodi kolmo na válec. Na hraně válce je potřeba provést tzv. **naskakovací záběr**. Jedná se o silný, dlouhý a dynamický záběr, který je veden podél boku lodi až dozadu za trup. Vzhledem k velikosti válce se lze tímto záběrem dostat i za válec. V každém případě je po provedení naskakovacího záběru na hraně potřeba provést následný záběr těsně za hřebenem válce. Před každým průjezdem válce je zapotřebí zvážit, zda je válec vůbec průjezdný a pro kajakáře bezpečný.

Přejezd válce z jedné strany na druhou je další důležitou dovedností v přípravě na rodeo. Nájezdem do válce rodeo začíná a výjezdem z válce končí. Nejprve se trénují obyčejné přejezdy. Do válce se najíždí zespodu. V momentě, kdy se dostává špička lodi do válce, je zapotřebí provést náklon úměrný síle a velikosti válce. Při průjezdu válcem kajakář drží po celou dobu náklon a provádí záběry vpřed na spodní straně kajaku. Zasazovat list pádla do přitékající vody je značně obtížné, a proto se v začátcích využívá spíše pádlování na jedné straně, té spodní. Po přejetí válce by kajakář neměl zapomenout zase na protináklon ve vracáku. Pokud se jedná o silné válce, především ty freestyleové, je někdy zapotřebí provést záběr i vzad a pokusit se případně vycouvat. Nájezdy ve freestyle kayakingu se pak o něco málo liší. Aby mohl rodeista provést triky, musí se držet spíše na pěně válce než přímo ve válci, tedy ne přímo mezi pěnou a přitékající vodou.

Surfování na vlně je už takové hraní si s vodou a dalo by se říct, že i jakýmsi důkazem, kdy má člověk loď trochu pod kontrolou a získal určitý cit pro vodu. Pracuje se zde s boční i předozadní rovnováhou a těžištěm těla. Díky tomu se řadí k rozvíjejícím pohybovým dovednostem. Na vlnu lze najet buďto z boku či po proudu jízdou pozadu. V některých případech jde vjet do vlny i zespoda. Při nájezdu z boku platí stejná pravidla jako při traverzu. Špička lodi je v ostrém úhlu, jezdec drží mírný náklon po proudu, pádlo je připravené na široký záběr od zádě a trup je držen v lehkém záklonu, aby nedošlo k zatopení přídě. Kajakář se musí dostat těžištěm za vrchol vlny. V okamžiku, kdy se mu to podaří, změní náklon a zároveň lehce odtlačí loď od

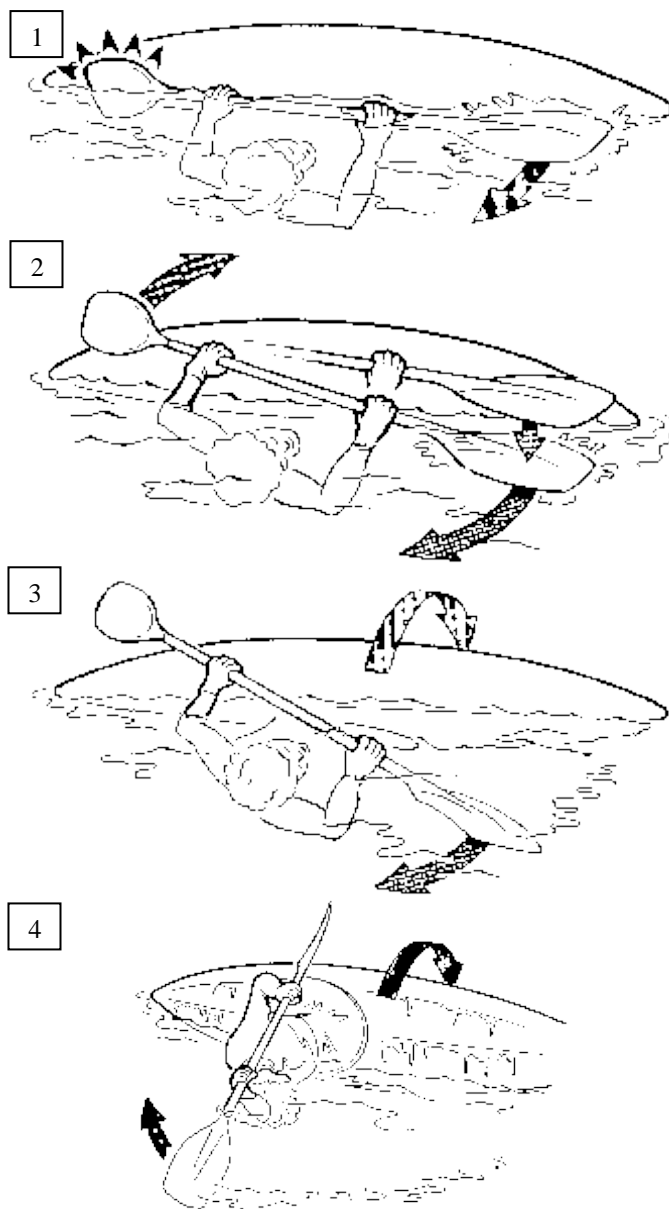
zádi. Současně s tím už má připravený list pádla na opačné straně. Při nájezdu do vlny po proudu, je zapotřebí pádlovat vpřed proti proudu, aby došlo k nabrání rychlosti. Trup je v mírném záklonu, aby pěna vlny zachytila záď lodi a nedošlo k vypláchnutí ven. Po najetí do vlny se poloha těla srovná, trup není ani v záklonu ani v předklonu. Surfování ve vlně ovládá kajakář jak listy pádla protizáběry, tak náklony (Bílý aj. 2001, s. 56–60).

7.2.1 Eskymácký obrat

Eskymácký obrat neboli „eskymák“ je jednou z nejdůležitějších dovedností vodní turistiky, ať už se jedná pouze o rekreační ježdění a sjíždění řek nebo o freestyle kayaking. Patří i mezi bezpečnostní prvky, vzhledem k tomu, že mnohdy může znalost tohoto obratu zachránit život. Je velmi snadné se převrátit lodí dnem vzhůru, o to obtížnější je návrat zpět. Pokud vodák eskymáka neovládá, dochází k opuštění lodi a následnému plavání. To nadále souvisí s nepříjemnostmi, jako je záchrana plavajícího, odchyt lodi a následné vylévání vody z lodi a opakované nasedání do lodě u břehu.

Eskymácký obrat je souhra několika záběrů, díky které se kajakář dostává zpět nad vodní hladinu poté, co se převrhl hlavou pod vodu. Eskymácký obrat se dá provádět třemi způsoby: šroubovým, pákovým a bez pádla.

Šroubový způsob se začíná v předklonu a tělo je vytočené na stranu, kde bude proveden záběr, viz obrázek č. 22. Pádlo je srovnané podél lodi a přední list pádla držený pod takovým úhlem, aby při záběru neprojel pod vodní hladinu. Přední paže je natažená a zadní pokrčená. Záběr začíná předním listem, který opisuje trajektorii oblouku, od boku lodi a co nejdále po hladině. Stejným směrem se pohybuje i tělo, které se z předklonu dostává obloukem do záklonu a naléhá na záď lodi. Současně se záběrem a pohybem těla dochází k přetočení lodi pomocí kolen a boků. Z tohoto důvodu je potřeba, aby loď jezdcí seděla a nebyla příliš volná, aby kop a švih kolen a boků byl co nejintenzivnější. Správný eskymácký obrat by měl končit v momentě, kdy se pádlo dostává k zádi lodi a je již za trupem jezdce. Kajakář nalehává tělem na záď a poslední část těla, která jde z vody, je hlava.

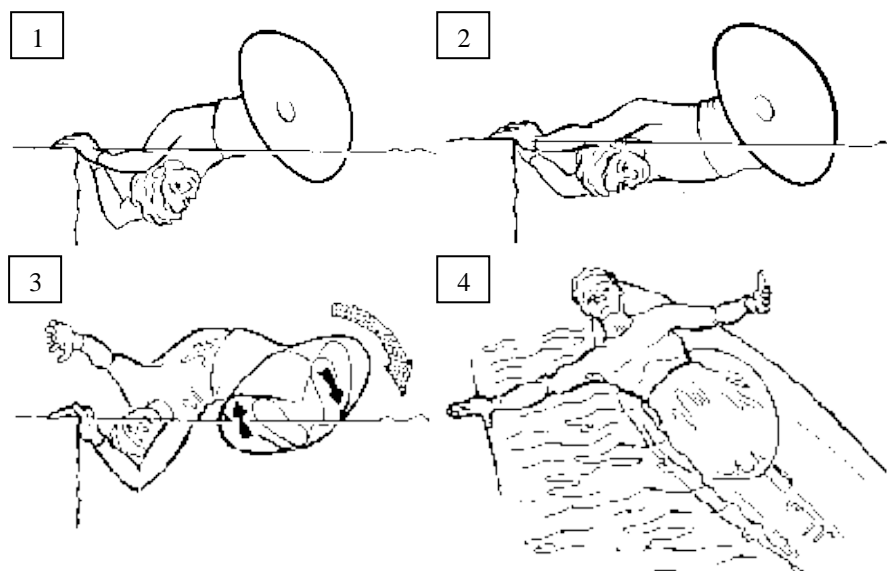


Obrázek č. 22 – Eskymácký obrat šroubovým způsobem

Trénování eskymáckého obratu se provádí na stojaté klidné vodě. Ideálním prostředím je bazén a to především v zimním období, kdy nejsou příliš vhodné podmínky pro trénink venku. V letním období lze trénovat v podstatě kdekoliv, ovšem je vhodné mít další osobu k dopomoci.

Během trénování v bazénu lze využít celých prostor, které plavecké bazény nabízí. Nácvik se začíná u žlábků na kraji bazénu, viz obrázek č. 23. Není zde potřeba dopomoc, tudíž si může kajakář natrénovat určitou část pohybů sám. Trénuje se zde švihový pohyb boků a kolen. Totéž se provádí za pomoci druhé osoby. Jezdec v kajaku se opírá dlaněmi o ruce druhé osoby, která stojí na mělčině. Postupně je dobré stěžovat podmínky. Začíná se za celé ruce, postupně se odebírá jedna ruka nebo se pak ponechávají jako dopomoc pouze prsty. Pro další nácvik se

používá už pádlo. Kajakář si srovná pádlo k boku lodi, listy připravené ve správném úhlu. Po překlopení lodi dnem vzhůru dopomáhající osoba vede list pádla po obloukové trajektorii po hladině. Pro kajakáře je v tento okamžik důležité, zapamatovat si a osvojit si vedení pádla a zároveň zapojit veškeré části těla, které se na eskymáckém obratu podílí.



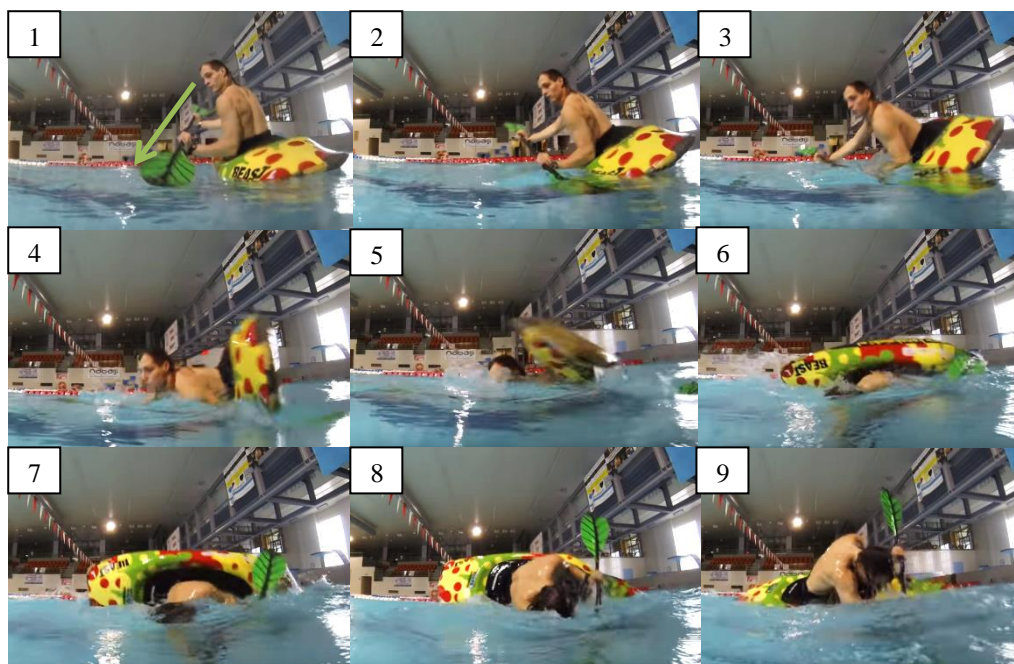
Obrázek č. 23 – Návuk eskymáckého obratu o kraj bazénu

Eskymácký obrat pákovým způsobem je záležitost především singl kanoistů, kteří používají spíše pákový způsob než šroubový. Na divoké vodě, ale především v rodeu používají kajakáři specifický způsob eskymáckého obratu. Z angličtiny nese označení „back deck roll“ zkráceně též „back deck“. Je to nejrychlejší způsob eskymáckého obratu, a z tohoto důvodu má své využití, jak při jízdě na divoké vodě, tak právě při rodeu. Některé playspoty nejsou příliš zavřené, a proto mohou snadno kajakáře „vypláchnout“ neboli pustit z válce či vlny. Dochází k tomu především v okamžiku, kdy je kajakář dnem vzhůru. Proto je hlavní prioritou umět se co nejrychleji dostat zpět hlavou nad hladinu.

Na rozdíl od šroubového způsobu je pohyb veden přes zád'. Před započítím obratu si jezdec připraví pádlo k boku lodi, hlava a pohled směřují na zadní list pádla. V momentě, kdy se dá tělo do pohybu, jsou trup i hlava lehce zakloněny, paže jsou pokrčené v lokti a zápěstí ve flexi. Trup je vytažen od boku lodi. Pádlo je přibližně ve výšce obličeje, případně mezi obličejem a hrudníkem viz obrázek č. 24. Pohyb pádla je veden obloukem z jedné strany lodi přes zád' ke straně druhé. Důležité je, aby se paže během pohybu nepropnuly. V momentě, kdy je provedena rotace a tělo se dostává k druhému boku lodi, zahajuje se kop nohama a švih boků a je vyvinut tlak pádlem směrem dolů. Pádlo je vedeno od zádě k přídi, konečná poloha těla je v mírném předklonu. Celý postup je znázorněn na obrázku č. 25.



Obrázek č. 24 – Back deck roll pod vodní hladinou



Obrázek č. 25 – Fáze eskymáckého obratu back deck roll

Stejně jako u šroubového způsobu je vhodné začít trénovat nejprve bez pádla polohu těla. Klíčový pohyb obstarává především souhra celého těla, pádlo je spíše jako dopomoc. Ve venkovním prostředí lze použít k nácviku například kámen viz obrázek 26, část č. 1, případně obrat nacvičovat za pomoci druhé osoby, stejně tak jak tomu bylo u prvního způsobu eskymování. Pro zapamatování si rotace je dobré zkusit pohyb pouze přes zád, tedy přecházet z jedné strany na druhou, již s pomocí pádla, jak je znázorněno na obrázku č. 26, část 2 a 3.



Obrázek č. 26 – Fáze nácviku back deck rollu

Back deck roll je dobré se začít učit v momentě, kdy má jezdec dobře zvládnutý první způsob. Back deck roll tak lze trénovat kdekoli na stojaté vodě, protože spolehlivě vyeskymuje prvním způsobem – šroubovým.

7.3 Triky

Slovy Erica Jacskona (2000, s. 22) „The front surf and back surf – neboli v předkladu surfování popředu a pozadu s lodí je základním trikem, který dělá pádlování neuvěřitelnou zábavou.“ Ze surfování na vlně či válci vychází veškeré triky, které mohou kajakáři ve válci provádět.

Po seznámení se základními záběry lze přejít už k jednotlivým figurám. Pro začínající rodeisty je vhodné učit se triky postupně a začínat od těch jednodušších. V této práci je věnována pozornost spíše válcovým trikům než vlnovým, vzhledem k tomu, že se v České Republice nenachází vlna, na které by se daly tyto figury trénovat.

Mezi základní figury rodea patří spin, cartwheel a loop, kdy cartwheel a loop se provádí zpravidla ve válci. Tyto tři triky budou následně rozebrány i po stránce metodiky. Spin, cartwheel a loop lze nazvat stavebními kameny pro freestyle kayaking. Většina pokročilejších triků navazuje právě na tyto figury. Z hlediska metodiky se po těchto třech figurách povětšinou zařazuje trik splitwheel, space godzilla a back loop, které jsou po technické stránce už o trochu obtížnější. Mezi pokročilé figury se řadí: mc nasty, phonics monkey, lunar orbit, tricky woo. Většina těchto triků jsou tzv. „combo triky“, protože se skládají ze dvou figur. Například trik phonics monkey je spojení dvou triků – piruety a loopu. Tyto triky se provádí zpravidla ve válci. Mezi vlnové triky a také technicky náročnější patří: blunt, back blunt, roundhouse, back roundhouse, pan am, back pan am, helix, felix, air screw, flip turn.

7.3.1 Základy pro provádění triků

Poté, co si kajakář osvojí veškeré základní záběry, jízdu v proudu a eskymácký obrat, lze se přesunout k nácvičce freestylových figur. I zde platí pár obecných pravidel, které je třeba znát a umět. Pro veškeré provádění triků je důležitá rotace hlavy, která následuje směr pohybu a za ní se otáčí i zbytek těla. Dalším důležitým aspektem je stabilita. Tu lze trénovat například na stojaté vodě, kdy se jezdec snaží udržet loď na hraně, bez pomoci pádla. Stabilitu na hraně lze ztížit, pokud se jezdec bude snažit loď na boku rozhoupat. Stabilita a otáčení hlavy jsou stěžejní dovednosti pro jakýkoliv pohyb na vodě a především při freestylu.

Stejně jako základní záběry lze většinu triků natrénovat nejprve na stojaté vodě. Trénuje se povětšinou technika, která se následně využívá ve válci například u cartwheelu, splitwheelu, tricky woo apod. U některých triků je naopak provedení na flat water obtížnější než při provedení ve válci, proto se flat waterová část tréninku vynechává a nácvičce se provádí přímo ve válci. Jedná se například o loop. Při provádění loopu na stojaté vodě je zapotřebí vlastní síly,

dokonalé zvládnání techniky a stability. Z tohoto pohledu je pro začínající rodeisty takovýto trénink nevhodný. Proto se loop učí přímo ve válci, kde dynamiku a rychlost potřebnou pro provedení tohoto triku zajistí přitékající voda.

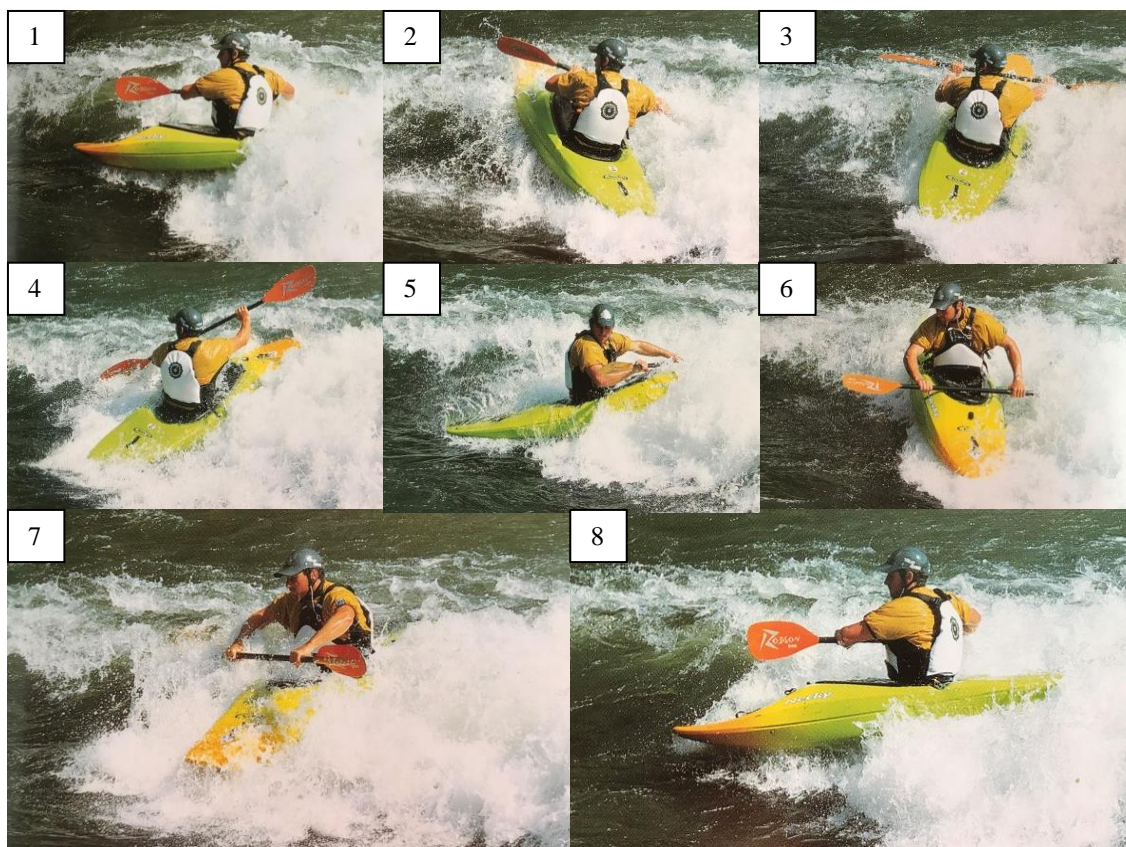
7.3.2 Spin

Mezi nejzákladnější triky, patří horizontální otočky – shuvit a spin. Figura shuvit je otočka o 180° , tedy jedna polovina spinu. Jezdec povětšinou začíná front surfem čelem k přitékající vodě a poté se otočí o 180° do back surfu. Z back surfu se vrací o půl otočky na stejnou stranu zase zpět do front surfu. Figura spin je horizontální otočka o 360° . Důležité je, aby jezdec začal a končil celou otočku ve stejném úhlu, tedy musí splnit celých 360° . Jen v takovém případě je možné získat body.

Při provádění jakýkoliv triků na vodě platí pravidlo, že kam jde hlava, tam jde tělo. Proto je otáčení hlavou stěžejní při provádění figur. Spin je jak vlnovou, tak válcovou figurou. Lze ho provádět v podstatě kdekoliv, na jakékoliv menší či větší vlnce. Je to úplně základní trik, který by se měl každý začínající rodeista naučit. Spin, ať už celý či jen jeho část se využívá pro orientaci a pohyb ve válci i vlně při přípravě na další triky či manévry.

Spin jako samostatná figura začíná povětšinou čelem proti válci. Hlava se otáčí ve směru otáčení a pohled směřuje na záď lodi. Náklon je držen po proudu a provádí se záběr od zádi nezáběrovou stranou pádla – obrázek č. 27, část 1, 2, 3. V tomto okamžiku se na moment ocitá jezdec v back surfu – obrázek č. 27, část 4. Hlava je stále ve směru točení. Po provedení back surfu je zapotřebí přetočit náklon na druhou stranu, aby nedošlo k převrácení – obrázek č. 27, část 5. Celou otočku lze dokončit pomocí širokého záběru od špičky, případně je možné pádlo jen zasadit do pěny a proud napomůže dotočení lodi – obrázek č. 27, část 6. Váha by měla být po celou dobu nad lodí a jezdec by se měl snažit udržet loď co nejvíce naplocho. Při příliš velkém náklonu může dojít k vypláchnutí z válce či vlny. Celé provedení by mělo mít dynamiku za použití přiměřené síly. Čím pomaleji je spin prováděn, tím obtížnější je jeho dotažení (Bílý aj. 2001, s. 94; Ollie Grau 1999, s. 33). Ovšem síla a rychlost, která je do provedení vložena, záleží na konkrétní vlně či válci.

Body za spin se udělují v okamžiku, kdy jsou splněna veškerá pravidla. Vždy se loď musí otočit po ose 360° a trik nesmí být přerušen v žádné části – měl by být proveden plynule. Spin může být započat v jakémkoliv úhlu ve válci, např. i v bočním surfu, ale je zapotřebí otočit vždy celých 360° .



Obrázek č. 27 – Spin

7.3.3 Cartwheel

Cartwheel řadíme mezi vertikální triky. Provádí se buďto na stojaté vodě či ve válci. Specifickou součástí triků jsou tzv. endy neboli otočka o 180° okolo vertikální osy při horizontálním úhlu rozmezí 45°–90°.

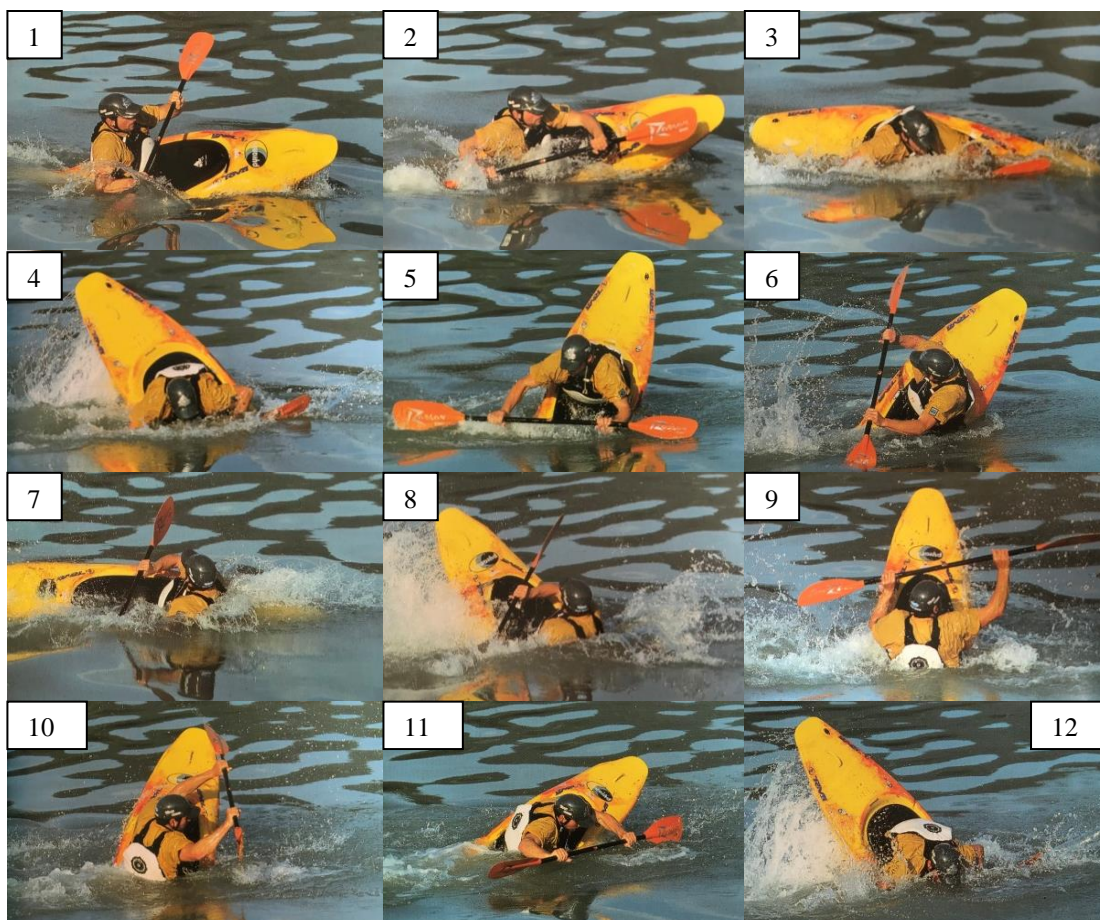
Nácvik cartwheelu je vhodné provádět nejprve na stojaté vodě. V první řadě se trénují nejprve náklony, zda je jezdec vůbec schopný udržet loď na hraně. Dále se jezdec snaží rozhoupat loď na hraně odpředu dozadu. V neposlední řadě přenášet váhu z jedné strany na druhou (z pravé na levou, z levé na pravou), tzv. osmičky, ať přes před' či zád'. Tento nácvik se provádí za pomoci pádla, při obtížnější variantě bez pádla.

První část cartwheelu začíná tzv. „double pump“, kdy je cílem získat pohybovou energii pro následné zatopení před' či zádě lodi pod hladinu. Pro získání rychlosti se provádí nejprve záběry vpřed. Jezdec loď postaví na hranu a natáhne list pádla ke špičce lodi. Provede záběr odpředu dozadu a současně s tím výkop nohama nahoru, čímž se zvedne špička – obrázek č. 28, část 1. Zároveň s tím dojde k vytočení trupu, ramena jsou rovnoběžně s vodou. Oba lokty směřují nahoru. List pádla je otočen nezáběrovou stranou k hladině, paralelně k lodi – obrázek č. 28, část 2. Jezdec se celou vahou opře do pádla, nohy tlačí pod sebe a zabere směrem ke špičce –

obrázek č. 28, část 3. Pádlo se snaží držet po co nejdelší dobu rovnoběžně s vodou. V tento okamžik dochází k zatopení špičky lodi pod vodní hladinu – obrázek č. 28, část 4 a 5. Důležité je při provádění double pumpu sladit v jeden okamžik pohyb rukou, trupu, boků a nohou, aby došlo k co nejefektivnějšímu využití energie (Bílý aj, 2001, s. 90–91; Grau, 1999, s. 25).

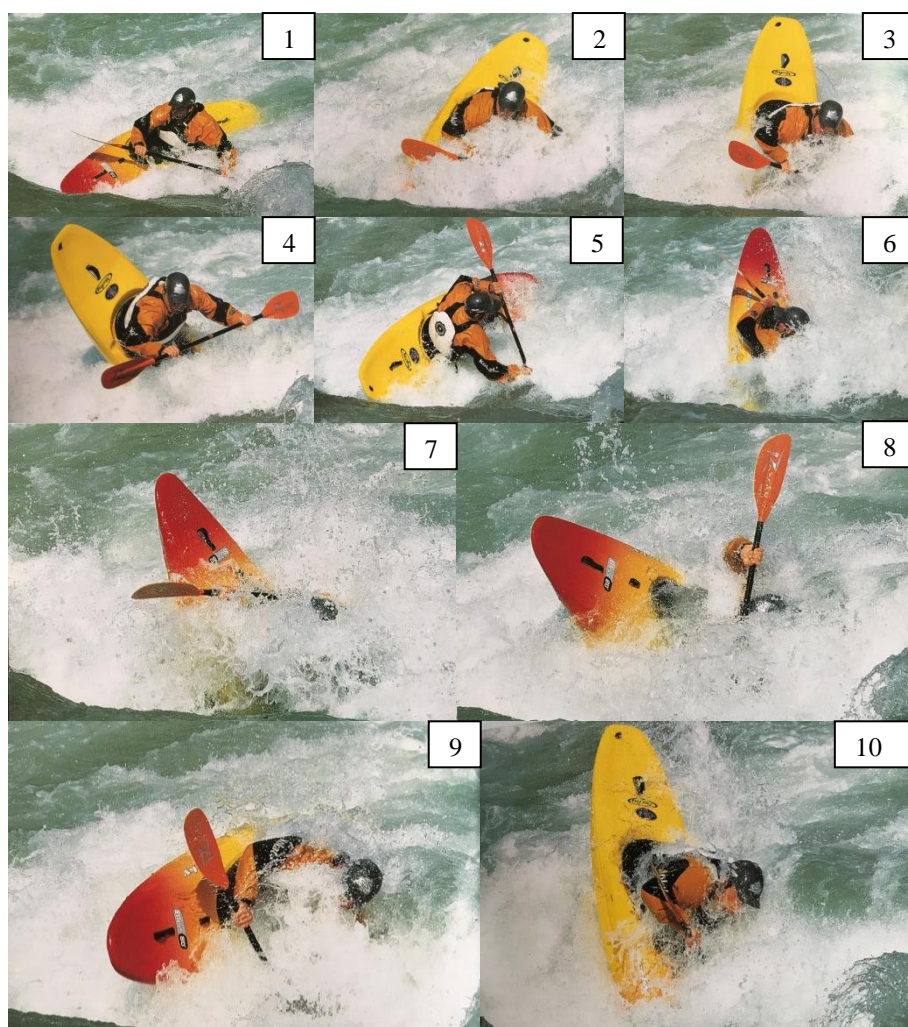
Double pump je tedy první polovina cartwheelu. V momentě, kdy loď jezdec dostane na špičku – na vertikálu, přeneseme pádlo, hlava směřuje do směru pohybu a pokračuje v rotaci trupu. Záběrový list vytáhne z vody. Provádí další end pomocí širokého záběru – obrázek č. 28, část 6, 7, 8. Zbytek zařídí setrvačností. Po dokončení druhého endu se postupuje obdobně jako na počátku. Je zapotřebí vytáhnout pádlo z vody – obrázek č. 28, část 9, dochází k přesunu pádla na opačnou stranu a k rotaci v horní polovině těla – obrázek č. 28, část 10. Pádlo je opět paralelně k lodi a připravené nezáběrovou stranou na další záběr, kterým se loď dostává na špičku – obrázek č. 28, část 11 a 12.

Při prvním endu je nutné dbát na vhodný úhel zanoření špičky. Pokud je prováděn příliš naplocho, vznikne z toho spin, pokud příliš kolmo, může dojít k přepadnutí dopředu. Tělo by mělo být většinu času v předklonu.



Obrázek č. 28 – Cartwheel na stojaté vodě

Cartwheel ve válci je o něco obtížnější, avšak přitékající voda může pohyb zjednodušit, alespoň co se týče vynaložení síly. Je zapotřebí ohlídat si pozici lodě v playspotu. V ideálním případě se cartwheel zahajuje špičkou proti válci a na vrcholu pěny válce. Pokud loď sjede příliš dolů do válce, je velmi obtížné cartwheel provést. Ve válci je důležitá rychlost práce pádlem, aby nedošlo ke ztrátám rychlosti při provádění triku. Čím lépe je loď postavena na boku, tím snáze se provádí endy. Technika provedení je stejná jako na stojaté vodě (Bílý aj., 2001, s. 94–95; Grau, 1999, s. 41–43). Obrázek č. 29 znázorňuje celý cartwheel ve válci, technika záběrů je stejná jako při provádění cartwheelu na stojaté vodě.



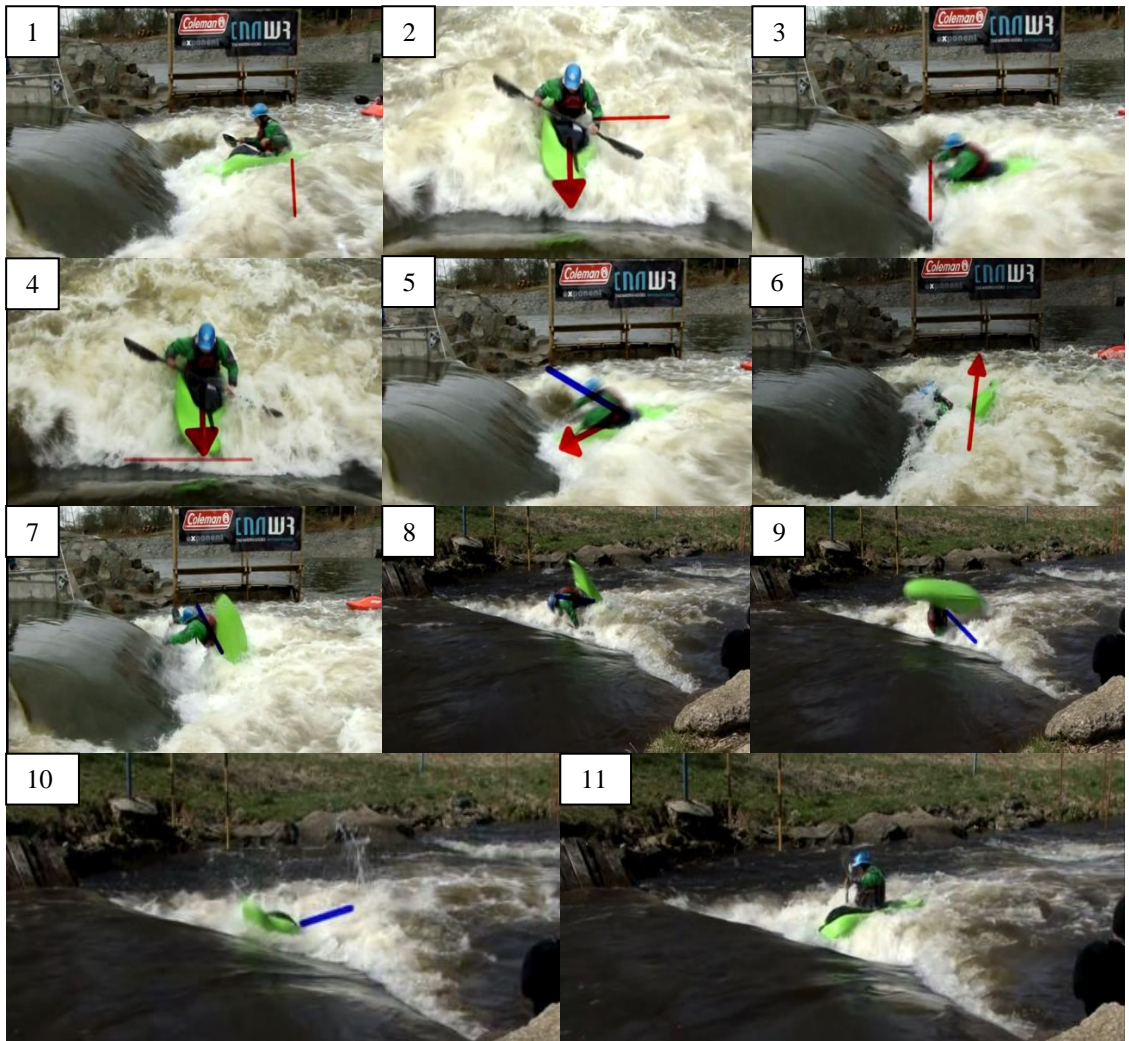
Obrázek č. 29 – Cartwheel ve válci

Za správně provedený cartwheel lze získat 30 bodů. Musí být provedeny oba endy ve stejné rotaci a vertikální úhel musí být mezi 45° a 100°. Lze získat bonus clean či super clean v závislosti na čistotě provedení.

7.3.4 Loop

Loop je vertikální a čistě válcový trik. Je vhodné ho provádět v hlubokých playspotech, aby nedošlo ke zpomalení při provádění triku a zároveň i k poničení lodi. Tento trik se začíná na vrcholu pěny – obrázek č. 30, část 1 a 2. Jezdec postupně sjíždí z pěny směrem do válce a zapíchne špičku lodě na rozhraní mezi přitékající zelenou vodu a bílou vodu (pěnu) – obrázek č. 30, část 3 a 4. Během toho se jezdec předkloní a zatlačí do nohou, díky čemuž voda začne vytlačovat loď směrem vzhůru – obrázek č. 30, část 5 a 6. Snaha je dostat loď co nejvýše. V nejvyšším bodě je zapotřebí provést švih rukama i tělem dopředu – obrázek č. 30, část 7. V tento okamžik začíná loď rotovat – obrázek č. 30, část 8 a 9. Po švihu dopředu následuje záklon, aby došlo k dokončení rotace lodě obrázek č. 30, část 10.

Pro úspěšné provedení je zapotřebí správné načasování – zapíchnutí špičky do rozhraní, švihnutí tělem a rukama vpřed, záklon (Vimeo 2018). Tato figura se hodnotí 60 body v případě, že loď nevybočí z povoleného horizontálního úhlu 20° , jezdec dopadne na dno a po provedení figury zůstane ve válci. Pokud je tato figura prováděna alespoň na chvíli ve vzduchu a loď se nedotkne vody, připisuje se air bonus – 30 bodů. Lze získat také huge bonus – 40 bodů, pokud jezdec i s lodí vyskočí opravdu vysoko. Figura loop může být také provedena v clean či super clean podobě. Dle provedení lze získat odpovídající počet bodů. Většina začínajících rodeistů získává v průměru 90 bodů za figuru air loop.



Obrázek č. 30 – Loop

8 Závěr

První část bakalářské práce je zaměřena na charakteristiku rodea na divoké vodě jako sportovní kanoistické disciplíny a její vývoj. Historie rodea popisuje vlastní vznik této vodácké disciplíny a její vývoj ve světě a v České republice. Jedna část kapitoly uvádí také největší úspěchy českých reprezentantů na mezinárodní scéně, včetně posledního MS konaného v roce 2017 v Argentině, při kterém získal bronzovou medaili český reprezentant Lukáš Červinka v kategorii C1.

Další kapitola popisuje organizační zajištění freestyle kayakingu, včetně řízení soutěží na mezinárodní a české úrovni. V České republice veškeré činnosti okolo freestylu a pořádání závodů zajišťuje Česká národní asociace whitewater rodea (CNAWR). Za celosvětové dění v kanoistice je zodpovědná Mezinárodní kanoistická federace ICF (International Canoe Federation). Pod ICF spadá především pořádání mistrovství světa a světových pohárů ve freestyle kayakingu. Mistrovství Evropy a evropské poháry pořádá European Canoe Association (ECA).

Pátá kapitola představuje specifika freestyle kayakingu. Klasifikuje vodní toky z hlediska obtížnosti, seznamuje čtenáře s místy, kde se rodeo provozuje, tzv. playspoty. Příslušenství, které se používá při rodeu, se liší od jiných kanoistických disciplín, a tak je v této kapitole rozebráno vybavení vhodné pro provozování rodea v porovnání s příslušenstvím pro jiné vodní disciplíny, a tedy – kánoe a kajaky, pádla, špricdeky, helmy, vesty, oblečení a další vodácká výstroj, včetně vybavení lodí. V rodeu se používá především odlehčeného vybavení, hlavně helem, vest, pádel a lodí, které nebrání jezdcům příliš v pohybu a nepřidávají mu na váze a odporu při provádění triků.

Šestá kapitola seznamuje čtenáře se stručným výkladem pravidel freestyle kayakingu, jejichž podstatou je hodnocení prováděných triků z těchto aspektů: správnost provedení triku, provedení na pravou či levou stranu, ohodnocení bonusu: clean, super clean, air, huge, linked nebo trophy. Každý trik má svou bodovou hodnotu, která je odvozena od obtížnosti daného triku. Ke každému triku lze získat bonusové body. Vše se zapisuje do tzv. scoresheetu. Závodník má 45 sekund na provedení co největšího množství figur.

Poslední kapitola se věnuje technice a metodice jízdy na kajaku pro začínající rodeisty, od zvládnutí základních záběrů na kajaku na stojaté vodě, přes záběry k ovládnutí kajaku v proudu a nácvik eskymáckého obratu, až po freestyleové triky – spin, cartwheel a loop, kterými se při výuce rodea začíná a na které navazují další již obtížnější figury. Celá kapitola je doplněna o obrázky, které doplňují napsaný text a lépe přibližují probíranou tematiku.

Doufám, že bakalářská práce svým obsahem naplnila přání vyslovené v úvodu, a sice rozšířit povědomí o freestyle kayakingu a vytvořit představu o technických a metodických základech pro případné zájemce o tento atraktivní kanoistický sport.

9 Zdroje použité literatury

ANON, 2013. *100 let kanoistiky v českých zemích*. Praha [i.e. Velké Přílepy]: Olympia. ISBN 978-80-7376-354-1.

BÍLÝ, Milan a Vít PŘINDIŠ, 2017. Vodácký trénink správně: Základní technické dovednosti při jízdě na divoké vodě. *Pádler*. **2017**(3), 23-27.

BÍLÝ, Milan, Bronislav KRAČMAR a Petr NOVOTNÝ, 2001. *Kanoistika: technika jízdy, rafting, extrémní terény*. Praha: Grada. ISBN 80-247-9050-5.

Canoerresults: Freestyle [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z:
<http://www.canoerresults.eu/view-results/freestyle>

CNAWR – Česká Národní Asociace Whitewater Rodea, o. s.: *Co je to rodeo?* [online]. [cit. 2017-11-26]. Dostupné z: <http://cnawr.cz/clanky/co-je-rodeo/co-je-rodeo>

CNAWR – Česká Národní Asociace Whitewater Rodea, o. s.: *Pravidla 2016* [online]. [cit. 2017-11-26]. Dostupné z: <http://cnawr.cz/clanky/pravidla/pravidla-2016>

CNAWR – Česká Národní Asociace Whitewater Rodea, o. s.: RODEO. RODEO? RODEO! [online]. [cit. 2017-11-26]. Dostupné z: <http://cnawr.cz/clanky/historie/rodeo-rodeo-rodeo>

European Canoe Association: History [online]. [cit. 2017-12-12]. Dostupné z:
<https://www.canoe-europe.org/about-us/history>

GRAU, Olli, 1999. *Rodeo Boating: Hot Moves with Olli Grau*. Raubling (Germany): La Ola.

HALAŠOVÁ, Nina, 2009. *Technika a prevedenie valcovej figúry air loop vo freestyleovej jazde na kajaku*. Bratislava. Bakalářská práce. Universita Komenského, Katedra športov v prírode a plávania.

HALAŠOVÁ, Nina, 2011. *Teória kanoistickej disciplíny kajak freestyle a didaktika jej základných figúr*. Bratislava. Diplomová práce. Universita Komenského, Katedra športov v prírode a plávania.

ICF – Planet Canoe: *Canoe Freestyle* [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z:
<https://www.canoeicf.com/discipline/canoe-freestyle>

ICF Planet Canoe: 2017 ICF CANOE FREESTYLE WORLD CHAMPIONSHIPS [online]. [cit. 2018-03-30]. Dostupné z: <https://www.canoeicf.com/canoe-freestyle-world-championships/san-juan-2017/rankings-results>

ICF Planet Canoe: Canoe and Kayak History [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z: <https://www.canoeicf.com/history>

ICF Planet Canoe: ICF Structure – International Canoe Federation Governance [online]. [cit. 2017-11-11]. Dostupné z: <https://www.canoeicf.com/icf-structure>

JACKSON, Eric, 2000. *Playboating*. Mechanicsburg, PA: Stackpole Books. ISBN 0-117-2894-3.

Kanoe.cz: Výsledky Freestyle EuroCup a MS 2015 [online]. 2015 [cit. 2017-11-11]. Dostupné z: <https://www.kanoe.cz/sporty/freestyle/6347-vysledky-freestyle-eurocup-a-ms-2015%2010>

MIGDAUOVÁ, Kateřina, 2010. *Freestyle na divoké vodě*. Praha. Diplomová práce. Universita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu. Vedoucí práce PhDr. Petr O. Novotný, Ph.D.

Nafukovací Čluny.cz: 4. Jak si vybrat pádlo, pumpu, plovací vestu a další vybavení na vodu? [online]. [cit. 2017-12-12]. Dostupné z: <http://www.nafukovacicluny.cz/jak-vybrat-prislusenstvi.htm>

Vimeo: Loop vs Space Godzilla [online]. [cit. 2018-03-30]. Dostupné z: <https://vimeo.com/11101700>

ŽELEZNÝ: O firmě [online]. [cit. 2017-12-12]. Dostupné z: <http://www.zelezny.cz/cz/zelezny.php>

9.1 Zdroje použitých obrázků

Obrázek č. 1

CNAWR – Czech National Rodeo Asociation of Whitewater Rodeo: Trojská Tlama 2012 – dobrý playspot [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z: <http://cnawr.cz/en/articles/playspoty/troja-muzzle-2012-good-play-spot>

Obrázek č. 2

YouTube: Freestyle Kayaking, Skookumchuck Wave, Short Clip [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z: https://www.youtube.com/watch?v=CYrBBO0_Rxg

Obrázek č. 3

Alpin Action: Waka Kayaks Tuna 2.0 [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z: <http://www.alpinaction.it/it/kayak/2659-waka-kayakstuna.html>

Obrázek č. 4

Canoe and Kayak Store: Wave Sport Fuse Cherry Bomb Kayak [online]. [cit. 2018-03-26].

Dostupné z:

https://www.canoeandkayakstore.co.uk/4509011/products/wave_sport_fuse_cherry_bomb_kayak.aspx

Obrázek č. 5

Akvo Ck: Quand Vajda touche au freestyle [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z:

<https://sites.google.com/site/tkdckayak/quand-vajda-touche-au-freestyle>

Obrázek č. 6

Squarerock: Record Setting and Squirt Boating [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z:

<http://squarerock.co.uk/sr/index.php/2015/05/26/record-setting-and-squirt-boating/>

Obrázek č. 7

Sportscene: Result archive [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z: <https://bit.ly/2pIlqo9>

Obrázek č. 8

Werner Paddles: Paddle Details, Double Diamond [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z:

<http://wernerpaddles.com/paddles/whitewater/double-diamond>

Obrázek č. 9

Werner Paddles: Paddle Details, Side Kick [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z:

<http://wernerpaddles.com/paddles/whitewater/side-kick>

Obrázek č. 10

HIKO SPORT s. r. o.: CRUST 80 neoprenová špricdeka [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z:

<https://www.hiko.cz/spricdeky-a-sprickobundy/2843-crust-80-2843>

Obrázek č. 11

HIKO SPORT s. r. o.: K1 CHINOOK šprickobunda dl.r. [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z:

<https://www.hiko.cz/spricdeky-a-sprickobundy/6205-sb-k1-chinook-dlr>

Obrázek č. 12

Sweet Protection: ROCKER TE [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z:

https://sweetprotection.com/sp_no/whitewater/helmets-and-protection/helmets/rocker-te-helmet#217=1273

Obrázek č. 13

Sweet Protection: ROCKER FULLFACE TE [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z: https://sweetprotection.com/sp_no/whitewater/helmets-and-protection/helmets/rocker-ff-te-helmet#217=1273

Obrázek č. 14

HIKO SPORT s. r. o.: WW vodácká helma [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z: <https://www.hiko.cz/vodacke-helmy-a-cepice/351-ww-351>

Obrázek č. 15

Sweet Protection: STRUTTER TE [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z: https://sweetprotection.com/sp_no/whitewater/helmets-and-protection/helmets/strutter-te-helmet#217=1266

Obrázek č. 16

HIKO SPORT s. r. o.: SALUKI K+ plovací vesta [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z: <https://www.hiko.cz/vodacke-potreby/2803-saluki-k1-2803>

Obrázek č. 17

HIKO SPORT s. r. o.: GUARDIAN plovací vesta [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z: <https://www.hiko.cz/plovaci-a-zachranne-vesty/5752-plovaci-vesta-guardian>

Obrázek č. 18

BÍLÝ, Milan a Vít PŘINDIŠ, 2017. Vodácký trénink správně: Základní technické dovednosti při jízdě na divoké vodě. *Pádler*. 2017(3), obr. 1, s. 23.

Obrázek č. 19

BÍLÝ, Milan a Vít PŘINDIŠ, 2017. Vodácký trénink správně: Základní technické dovednosti při jízdě na divoké vodě. *Pádler*. 2017(3), obr. 6, s. 24.

Obrázek č. 20

BÍLÝ, Milan a Vít PŘINDIŠ, 2017. Vodácký trénink správně: Základní technické dovednosti při jízdě na divoké vodě. *Pádler*. 2017(3), obr. 7, s. 24.

Obrázek č. 21

BÍLÝ, Milan a Vít PŘINDIŠ, 2017. Vodácký trénink správně: Základní technické dovednosti při jízdě na divoké vodě. *Pádler*. 2017(3), obr. 8, s. 25.

Obrázek č. 22

Atlantic Kayak Tours: A Kayak Rolling Primer, Types of Rolls [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z: <http://www.atlantickayaktours.com/pages/expertcenter/rolling/Rolling6.shtml>

Obrázek č. 23

Atlantic Kayak Tours: A Kayak Rolling Primer, Teaching Rolling [online]. [cit. 2018-03-26].
Dostupné z: <http://www.atlantickayaktours.com/pages/expertcenter/rolling/Rolling5.shtml#>

Obrázek č. 24

WRIGHT, Stephen. In: *YouTube: learn how to back deck roll a kayak* [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=sFuoA7TUtpk&t=91s>

Obrázek č. 25

CZAUDERNA, Bartosz. In: *YouTube: How to Back Deck Roll with Bartosz Czauderna* [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=3O8vqWdYrmw>

Obrázek č. 26

RAMAZZA, Michele. In: *YouTube: How to do the Back deck Roll: kayak technique* [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=oO8l54MpHn8>

Obrázek č. 27

GRAU, Olli, 1999. *Rodeo Boating: Hot Moves with Olli Grau*. Raubling (Germany): La Ola. Obr. 360 hole spin, s. 33.

Obrázek č. 28

GRAU, Olli, 1999. *Rodeo Boating: Hot Moves with Olli Grau*. Raubling (Germany): La Ola. Obr. Cartwheel, s. 26–27.

Obrázek č. 29

GRAU, Olli, 1999. *Rodeo Boating: Hot Moves with Olli Grau*. Raubling (Germany): La Ola. Obr. Cartwheel, s. 42–43.

Obrázek č. 30

Vimeo: Loop vs Space Godzilla [online]. [cit. 2018-03-26]. Dostupné z: <https://vimeo.com/11101700>

Seznam příloh

Příloha č. 1 – Přehled úspěchů českých reprezentantů

Příloha č. 2 – Scoresheet

Příloha č. 1 – Přehled úspěchů českých reprezentantů

2001	Evropský Pohár (dále jen EC), nejlepší výsledek celkového pořadí v EC: <i>1. místo – Štěpán Fiedler (C1)</i>
2002	Pre Worlds – Graz (Rakousko), nejlepší výsledek: <i>3. místo – Štěpán Fiedler (C1)</i> ME – Thun (Švýcarsko), nejlepší výsledky: <i>7. místo – Kateřina Migdauová (KIWJ), 12. místo – Štěpán Fiedler (C1), 50. místo – Jan Lásko (KIM)</i> EC – Mis (Itálie): <i>1. místo – Štěpán Fiedler (C1), 3. místo – Lenka Kučerová (KIW), 34. místo – Jan Lásko (KIM)</i>
2003	MS – Graz (Rakousko), nejlepší výsledky: <i>1. místo – Kateřina Migdauová (KIWJ), 7. místo – Richard Hrček (C1)</i> 2004
2004	ME – Sort (Španělsko), nejlepší výsledky: <i>2. místo – Kateřina Migdauová (KIW), 4. místo – Lenka Novotná (KIW), 3. místo – Štěpán Fiedler (C1), 7. místo – Jan Kolář (KIM)</i> Pre Wordls – Pernith (Austrálie), účast čtyř reprezentantů: <i>4. místo – Lenka Kučerová (KIW), 14. místo – Kateřina Migdauová (KIW), 19. místo – Štěpán Vohradský (KIM), 31. místo – Jan Lásko</i>
2005	EC – Nottingham (Velká Británie), Bremgarten (Švýcarsko), Praha, nejlepší celkové výsledky EC: <i>1. místo – Jan Špindler (KIJM), 2. místo – Štěpán Fiedler (C1), 13. místo – Štěpán Vohradský (KIM), 2. místo – Lenka Novotná (KIW), 4. místo – Petra Druckerová (KIW), 6. místo – Marie Mejsnarová (KIW), 7. místo – Kateřina Migdauová (KIW)</i> finálový závod EC v Praze Tróji, nejlepší výsledky: <i>1. místo – Štěpán Fiedler (C1), 1. místo – Marie Mejsnarová (KIW)</i> MS – Pernith (Austrálie), výsledky české reprezentace: <i>11. místo – Jakub Němec (KIJM), 11. místo – Štěpán Fiedler (C1), 12. místo – Lenka Novotná (KIW), 19. místo – Petra Druckerová (KIW), 37. místo – Jan Lásko (KIM), 38. místo – Petr Prause (KIM), 51. místo – Jan Bubník (KIM),</i>
2006	EC – Augsburg (Německo), Sopotnice, Thun (Švýcarsko), nejlepší celkové výsledky: <i>1. místo – Jiří Langer (KIJM), 2. místo – Jan Špindler (KIJM), 3. místo – Jakub Němec (KIJM), 2. místo – Kateřina Migdauová (KIW), 4. místo – Marie Podušková (KIW), 1. místo – Štěpán Fiedler (C1), 2. místo – Lukáš Červinka (C1), 6. místo – Jan Liška (C1), 4. místo – Jan Bubník (KIM), 5. místo – Štěpán Vohradský (KIM)</i> ME – Nottingham (Velká Británie), výsledky české reprezentace: <i>2. místo – Jakub Němec (KIJM), 7. místo – Jan Špindler (KIJM), 18. místo – Jiří Langer (KIJM), 5. místo – Kateřina Migdauová (KIW), 7. místo – Petra Druckerová (KIW), 14. místo – Lenka Borovičková (KIW), 16. místo – Marie Podušková (KIW), 12. místo – Lukáš Červinka (C1), 13. místo – Štěpán Fiedler (C1), 26. místo – Petr Prause (KIM), 32. místo – Michal Čech (KIM),</i> World Cup – USA a Kanada, výsledky české reprezentace: <i>4. místo – Jakub Němec (KIJM), 9. místo – Jan Špindler (KIJM), 28. místo – Jiří Kopečný (KIM), 31. místo – Štěpán Vohradský (KIM),</i>

2007	<p>MS – Ottawa (Kanada), účast dvou českých reprezentantů – Jan Bubník (KIM), Jiří Langer (KIMJ)</p> <p>Teva Extreme Games (Itálie) – 2. místo – Jan Lásko (KIM), 2. místo – Kateřina Migdauová (KIW)</p> <p>Nissan Outdoor Games (Švýcarsko) – 2. místo – Jan Lásko (KIM)</p>
2008	<p>WC – Praha, Augsburg (Německo), Thun (Švýcarsko), nejlepší výsledky české reprezentace: 14. místo – Štěpán Vohradský (KIM), 18. místo – Jan Špindler (KIJM), 21. místo – Jakub Němec (KIJM), 6. místo – Lenka Novotná (KIW), 1. místo – Štěpán Fiedler (CI), 9. místo – Jan Liska (CI)</p> <p>ME – Ourense – Galicie (Španělsko), nejlepší výsledky české reprezentace: 11. místo – Jan Špindler (KIJM)</p> <p>Teva Extreme Games (Itálie) – 1. místo – Jan Lásko (KIM), 3. místo – Kateřina Migdauová (KIW)</p>
2009	<p>EC – Platling (Německo), Čunovo – Bratislava (Slovensko), Lienz (Rakousko) – účast českých reprezentantů, umístění na předních místech</p> <p>MS – Thun (Švýcarsko), výsledky české reprezentace: 19. místo – Hana Vacková (KIW), 10. místo – Jan Liska (CI), 11. místo – Lukáš Červinka (CI)</p> <p>Teva Extreme Games (Itálie) – 1. místo (super sprint, sjezd) – Jan Lásko (KIM), 2. místo – Kateřina Migdauová (KIW)</p> <p>(Migdauová 2009, str. 61–63).</p>
2010	<p>ME – Lienz (Rakousko) : 1. místo – Lukáš Červinka (CI), 13. místo – Jan Špindler (KIM), 19. místo – Jan Bubník (KIM), 31. místo – Jiří Langer (KIM), 45. místo – Petr Prause (KIM), 52. míst – Ondřej Křivánek (KIM), 6. místo – Hana Vacková (KIW), 15. místo – Kateřina Migdauová (KIW), 20. místo – Lucie Šedivá (KIW)</p>
2011	<p>MS – Plattling (Německo): 24. místo – Štěpán Vohradský (KIM), 25. místo – Jan Špindler (KIM), 38. místo – Jan Bubník (KIM), 67. místo – Jiří Langer (KIM), 73. místo – Ondřej Křivánek (KIM), 41. místo – Lucie Šedivá (KIW), 42. místo – Kateřina Migdauová (KIW), 45. místo – Lenka Borovičková (KIW), 9. místo – Lukáš Červinka (CI), 16. místo – Jan Liska (CI),</p>
2012	<p>ME – Lienz (Rakousko) : 1. místo – Lukáš Červinka (CI), 5. místo – Jan Choutka (CI) 31. místo – Ondřej Křivánek (KIM), 16. místo – Lucie Horká (KIW),</p>
2013	<p>MS – Natahala Gorge (Kanada): 7. místo – Lukáš Červinka (CI)</p>

2014	ME – Bratislava (Slovenko): 1. místo – Lukáš Červinka (C1), 10. místo – Vilém Klepač (C1), 19. místo – Ondřej Křivánek (K1M), 3. místo – Jan Havelka (K1JM), 19. místo – David Hlaváček (K1JM), 10. místo – Kateřina Jirová (K1JW)
2015	EC – Plattling (Německo) Wildalpen (Rakousko), Troja (Česká republika), Jelenia Gora (Polsko): 1. místo – Lukáš Červinka (C1), 2. místo – Vilém Klepač (C1), 4. místo – Jan Choutka (C1) MS – Ottawa River (Kanada) – 9. místo – Lukáš Červinka (C1)
2016	ME – Plattling (Německo): 1. místo – Lukáš Červinka (C1), 36. místo – Jan Havelka (K1M), 38. místo – Ondřej Křivánek (K1M), 39. místo – Tomáš Pospíšil (K1M)
2017	EC – NG17 (...), Wildaplen (Rakousko), Graz (Rakousko), Praha (Česká republika): 17. místo – Štěpán Vohradský (K1M), 20. místo – Jiří Langer (K1M), 15. místo Irena Helusová (K1W), 7. místo – David Hlaváček (K1JM), 14. místo – Adam Kašpar (K1JM) (Kanoe.cz 2017; Canoeresults 2017).

Příloha č. 2 – Scoresheet

trophy	link	huge	air	scin	clean	Left	Move	Right	clean	scin	air	huge	link	trophy
0	0	0	0	0	0	30	EntryMove 1	-	-	-	-	-	-	-
0	0	0	0	0	0	50	EntryMove 2	-	-	-	-	-	-	-
0	0	0	0	0	0	80	EntryMove 3	-	-	-	-	-	-	-
0	10	20	10	20	10	5	Shuvit	5	10	20	10	20	10	0
0	10	20	10	20	10	10	Spin	10	10	20	10	20	10	0
0	10	20	10	20	10	15	Roundhouse	15	10	20	10	20	10	0
0	10	20	10	20	10	20	Back Roundhouse	20	10	20	10	20	10	0
0	10	20	10	20	10	30	Cartwheel	30	10	20	10	20	10	0
0	30	40	30	40	30	40	Splitwheel	40	30	40	30	40	30	0
10	40	40	50	60	50	140	Tricky Woo	140	50	60	50	40	40	10
10	30	40	30	40	30	60	Loop	-	-	-	-	-	-	-
10	30	40	30	40	30	90	Back Loop	-	-	-	-	-	-	-
10	30	40	0	40	30	90	Space Godzilla	90	30	40	0	40	30	10
10	40	40	50	0	50	140	Phonics Monkey	140	50	0	50	40	40	10
0	10	20	10	20	10	25	Pirouette	25	10	20	10	20	10	0
0	30	40	30	40	30	40	Blunt	40	30	40	30	40	30	0
10	30	40	30	40	30	70	Back Blunt	70	30	40	30	40	30	10
10	40	40	0	60	50	110	Pan Am	110	50	60	0	40	40	10
10	40	40	0	60	50	130	Back Pan Am	130	50	60	0	40	40	10
10	40	40	50	60	50	120	McNasty/PistolFlip	120	50	60	50	40	40	10
10	30	40	0	40	30	90	Flip Turn	90	30	40	0	40	30	10
10	40	40	0	60	50	150	Helix	150	50	60	0	40	40	10
10	40	40	0	60	50	140	Air Screw	140	50	60	0	40	40	10
10	40	40	50	60	50	150	LunarOrbit/BkMcNasty	150	50	60	50	40	40	10
0	30	40	0	40	30	40	Felix	40	30	40	0	40	30	0
10	40	40	50	60	50	160	reverse Phonics Monkey	160	50	60	50	40	40	10
10	40	40	50	60	50	100	Trophy Move 1	100	50	60	50	40	40	10
10	40	40	50	60	50	170	Trophy Move 2	170	50	60	50	40	40	10
10	40	40	50	60	50	240	Trophy Move 3	240	50	60	50	40	40	10