

enemo



Jakub Jarolím z klubu Laguna Nový Jičín se stal v srpnu v italském Lignano dvojnásobným mistrem Evropy na 50 a 100 metrů bifins. Na delší trati dokonce dohmátl v novém světovém rekordu.

Rozhovor s ním najdete na straně 3.



... sedím v Norsku a užívám si svá oblíbená místa k potápění. Možná hledání tématu tohoto úvodníku ovlivnil právě Atlantik plný života, či pokora k důstojně padajícím stěnám fjordů do hloubek nám nepřístupných. Volím téma „omluva“! Pracuji jako výkonný ředitel jedné z největších sportovních organizací ústeckého kraje. Moje práce je zajistit sportovcům podmínky ke sportování. To znamená správu veškerého majetku včetně mnoha sportovních areálů, shánění finančních prostředků na rozvoj sportovní činnosti, pomoc při organizování sportovních akcí a další... Pomocí v mé práci je správní rada složená z předsedů jednotlivých oddílů. Jejich solidarita se odráží v pohodě řízení a nakládání s finančními zdroji. Jednou dostanou veslaři nové lodě, příští horolezci novou stěnu a v současné době se dodělávají dva nové kurty pro tenisty... Toto je placeno většinou z výdělečné činnosti naší organizace, zatímco běžný sportovní provoz hradí téměř stoprocentně dotační prostředky přidělované dle členské základny... Členské příspěvky Svazu potápěčů si platím od svých patnácti let, ale přesto jsem většinu doby remcal, že z toho nic nemám... Poslední roky je tomu jinak. Možná změnou, která ve sportu proběhla padnutím Sazky a ČSTV, možná změnou vedení SČP, možná... Výhody teď vidím ve formě podpory oddílů jak finanční, tak i materiální - a nakonec i morální... Chápu, že základem je členská základna a doufám v mnoho takových, kteří stejně jako já nepřestali platit své členské příspěvky a pomohli tak udržet tento sportovní svaz při životě. Omlouvám se tímto prezídiu, Svazu samotnému i zaměstnancům za své předchozí myšlenky a držím palce, aby taková podpora sportovních klubů trvala i nadále!

Eduard Šíř
člen prezídiu

V tomto čísle najdete ...



... strana 2
Bublnáři na Barboře...



... strana 3
Rozhovor s Jakubem Jarolímem



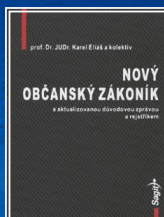
... strana 4
Orientační potápění



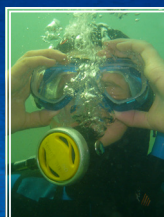
... strana 5
Freediving pod ultrazvukem



... strana 6
Potápění pro všechny aneb jak to vidí stepí?



... strana 7
Nový občanský zákoník II.



... strana 8
Potápět se dnes může téměř každý

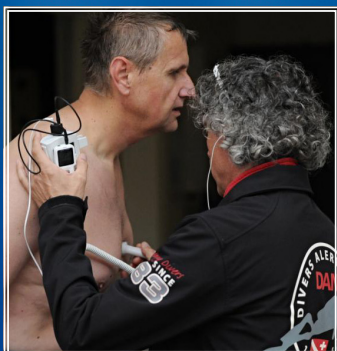


... strana 9
Co se u nás děje

Bublináři na Barboře...

“Scuba potápěči se vyznačují velkou touhou po poznání všech souvislostí týkajících se bezpečnosti při potápění a toho chceme využít,” řekl profesor Alessandro Marroni, prezident DAN Europe, a udělal revoluční krok. Dostal laboratoř ze čtyř stěn vědeckého ústavu přímo k nám potápěčům. V této chvíli se každý potápěč může podílet na výzkumu nejrůznějších aspektů souvisejících s bezpečností při potápění.

Organizace DAN EUROPE od roku 1994 uskutečnila několik rozsáhlých vědeckých projektů, jejichž výsledky využívají zdravotní a výzkumná centra zabývající se přístrojovým potápěním po celém světě. V sobotu 23. srpna 2014 proběhl



sběr dat pro projekt DAN SAFETY STOPS ve spolupráci s SČP v prostorách výcvikového střediska Barbora. A protože jsme tam nemohli chybět, stali se z nás „Bubblers“. Den „D“, tedy vlastně „B“, začal v 9:15 s malým zpožděním uvítací řečí prezidenta SČP MUDr. Pavla Macury. Pan Macura nás přivítal a představil nám své kolegy, kterými byli pan Massimo Pieri a prof. MUDr. Radek Pudil, PhD.



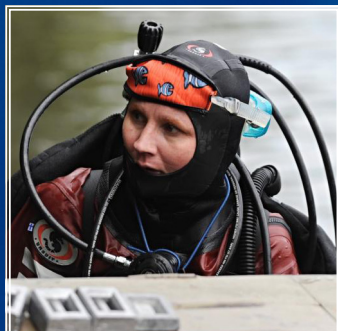
Program DAN SAFETY STOPS je velmi prostý: Vyplnění dotazníku a podepsání informovaného souhlasu se sběrem dat, příprava na běžný rekreační ponor, sejmутí snímku obličejové potápěče termovizní kamerou před ponorem, vlastní ponor a následné pořízení termovizního snímku po ponoru. Za cca 20 minut od vytvoření spočítání bublin pomocí ultrazvuku [použití „stepého“ Dopplerova přístroje] a vyplnění dotazníku o ponoru. Tímto nebo podobným způsobem pracovníci DAN EUROPE nasbírali data o 65000 reálných ponorech. Mimo jiné zaznamenali i 400 případů, kdy

potápěči při použití potápěčského počítače a při dodržení všech pravidel měli dekompresní problémy.

V tom vidím jasný vzkaz všem uživatelům potápěčských počítačů. Používejte mimo počítače i vlastní hlavu a buďte při plánování a provádění ponoru konzervativní.

V odpoledním bloku přednášek jsme se dozvěděli další zajímavé informace. Například při měřeních prováděných prof. R. Pudilem bylo zjištěno, že při použití trimixu bylo u sledovaných potápěčů proti očekávání naměřeno mnohem menší množství bublin – závěr byl, že TMX je mnohem šetrnější k lidskému organismu než vzduch.

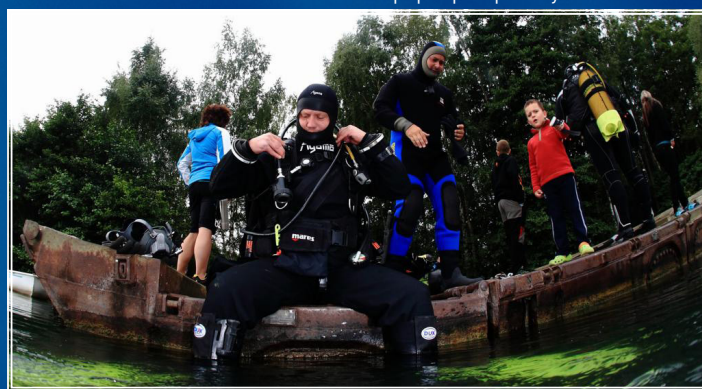
Massimo Pieri informoval také o projektu, kdy bylo prováděno měření vzniku bublin během komerčních letů dopravním letadlem. Měření se provádělo za letu přímo na palubě dopravního letadla. Sledovaná skupina byla kontrolována před odletem na destinaci a po týd-



nu běžného rekreačního potápění, po 24 hodinové pauze, proběhlo před odletem domů měření přímo na letišti – všichni členové skupiny se jevíli jako „čistí“. Po nastoupení do běžné letové hladiny, kdy byla kabina natlakována na tlak cca 2500 metrů nad mořem, bylo při měření

zjištěno, že u všech účastníků pokusu byly zjištěny bubliny. To by mělo dost zásadně změnit pohled na úpravu zásad pro létání po potápění. Tyto zásady se před několika lety změnily - z původních 24 hodin po potápění na 12 hodin po jednom bezdekompresním ponoru a na 19 hodin po jednom víceúrovňovém ponoru.

Pro zajímavost upřesňujeme,



že toto měření se nemohlo provádět během běžného letu, protože na palubách dopravních letadel je zakázáno používat elektronická zařízení. Proto bylo pro potřeby tohoto výzkumu vypraveno speciální letadlo.

Pochopitelně nelze sepsat vše, co jsme se na přednáškách dozvěděli – a ani to není účelem tohoto článku. Nicméně jsem slíbil položit za čtenáře Adrexu jejich otázku, což jsem také udělal.

Naštěstí - tedy s ohledem na délku článku - padly jen dvě:

1) Křeč hlasivek pod vodou – křeč hlasivek v hloubce při vědomí je velký problém, měla by odeznít. Přišla připomínka z řad posluchačů: Zkušený freediver popsal křeč hlasivek, která u něj nastala - a prostě



tu chvíli počkal. Možná by právě z tohoto důvodu základy freedivingu mohly být prospěšné i pro rekreační potápěče.

2) Otázka další byla na statistiky a popis potápěčských nehod řeše-

ných DANem. DAN EUROPE vydala knihu, ve které popisuje nehody. Knihu si mohou členové DAN objednat. Více na www.daneurope.org/danshop pouze pro registrované. Byl to příjemný a velmi poučný den. Závěrem bych rád poděkoval všem přednášejícím za zajímavé přednášky a SČP za možnost zorganizovat tuto akci v prostorách výcvikového střediska Barbora. Můj dík patří i DAN EUROPE za to, že část vybraných členských poplatků reinvestuje právě do výzkumu v oblasti přístrojového potápění a jeho vlivu na zdraví potápěčů.

Více informací najdete webu www.daneurope.org/web/guest/become-a-dan-research-diver

Text a foto: František Pudil



Důležité je zůstat nohama na zemi a neusnout na vavřínech, ví úspěšný plavec Jakub Jarolím

Není mu ani dvacet, v květnu odmaturoval a od podzimu studuje na Univerzitě Palackého v Olomouci fyzioterapii. Už toho dokázal hodně: je mistrem světa, mistrem Evropy a také světovým rekordmanem na trati 100 metrů bifins. Jakub Jarolím, úspěšná hvězda českého ploutvového plavání.

Jak jste se dostal k disciplíně ploutvové plavání? Přešel jste z jiného sportu nebo jste u ní rovnou začínal?

Když jsem nastoupil v Novém Jičíně do 1. třídy, dali mě mí rodiče do plaveckého kroužku, abych se alespoň trochu naučil plavat. O rok později mě oslovila trenérka klubu KVS Laguna Nový Jičín Simona Klapcová, jestli bych nechtěl zkusit ploutvové plavání. Rodiče souhlasili a tak jsem od 3. třídy členem klubu ploutvového plavání, nyní už začínám 12. sezonu.

Dá se nějak definovat věk nebo chvíle, kdy jste se rozhodl, že ploutvové plavání pro vás nebude jen koníčkem a volnočasovou aktivitou, ale že budete profesionální sportovec?

Ten zlom nastal někdy při nástupu na střední školu, tudíž asi 4-5 let zpátky. Bylo to období, kdy se začaly objevovat mé první výsledky a já viděl, že ta dřina má smysl. A od té doby se tomuto sportu věnuji na vrcholové úrovni.

Co všechno obnáší trénink vrcholového ploutvového plavce? Jaké jsou doplňkové disciplíny?

Primárně je to samozřejmě trénink ve vodě. Přes rok mám týdně 6 tréninků v bazénu a při přípravě na vrcholnou akci jsem v té vodě i 10x do týdne. A co se týče doplňkových sportů, tak je to hlavně posilovna, kruhový trénink, popřípadě kolo a běh.

Jak probíhalo časování formy před ME 2014 v Lignanu?

Z důvodu maturity na novojičínském gymnáziu jsem měl na to úplné ladění formy jen 6-7 týdnů a my museli udělat hodně práce, aby to vyšlo. Tento rok jsem chtěl zkusit zapojit do přípravy více suchého tréninku, než tomu bylo třeba loni. Takže jsem chodil na atletické tréninky a potom ještě na power plate. Bylo to náročné a bylo toho hodně, ale vyplatilo se to.

Letos jste se na ME dostal z pohledu sportovců do nezáviděníhodné situace – po loňském titulu mistra světa jste musel obhajovat pozici a naplnit očekávání okolí. Myslel jste na to předem? Kdo vám tento tlak pomáhá zvládnout?

Ty myšlenky mi v hlavě opravdu běhaly. Minulý rok jsem na MS jel jako outsider a mile jsem překvapil, teď už se ode mě očekával nějaký větší úspěch. Ten tlak jsem na sebe vyvíjel hlavně já sám, jelikož jsem člověk, který nerad prohrává. Opravdu jsem chtěl dokázat, že loni to nebyla jen náhoda.

Hodně mi tu situaci pomohli zvládnout především skvělí přátelé. Kdybych mohl jmenovat, tak zejména Barča Kondrová a můj kolega z reprezentace Martin Mazáč, pak má rodina, která mě už od malička podporuje, no a hlavně má trenérka Simona Klapcová, která vždy ví, co v těch chvílích říct.

Kdo vám pomohl při cestě na vrchol?

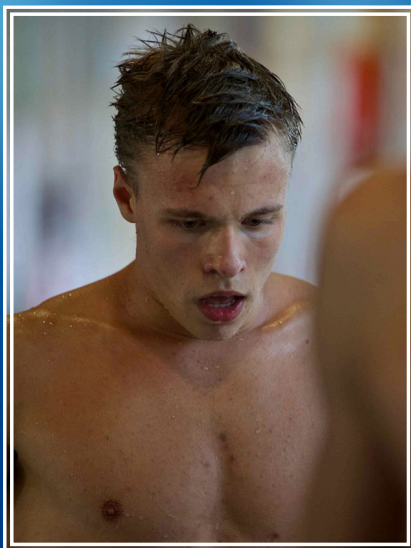
Převážně lidé z mého klubu KVS Laguna Nový Jičín, kterým bych chtěl strašně moc poděkovat, zvláště mé trenérce Simoně Klapcové, která mě dostala na tak vysokou úroveň. Určitě by to ale nešlo bez podpory rodiny a přátel, kteří vždy stojí za mnou, ani bez pomoci finanční, za kterou děkuji městu Nový Jičín a obci Šenov u Nového Jičína.

Svých titulů mistra světa a Evropy jste dosáhl v disciplínách bifins, ale úspěšný jste i v těch s monoploutví. Dá se říct, jaké máte radši? Jak byste je porovnal?

Vyrostl jsem na ryze ploutvařských disciplínách, jako je 100 metrů pod vodou nebo třeba 50 metrů pod vodou s velkou ploutví, a tyto tratě jsou má srdeční záležitost. Co se týče bifins, tak ty jsem začal před lety zkoušet a celkem mi sedly. Možná je to proto, že mám docela silné nohy a aniž by to člověk řekl, tak i u bifins je strašně důležité zvládat ploutvový kop. Takže jsem začal pracovat na pažích a kralovské technice, pak vše spojil a nakonec to vyšlo, jak to vyšlo.

Co vás ještě čeká do konce roku?

Začínám studovat na vysoké škole fyzioterapii a musím se tedy věnovat studiu, ale samozřejmě budu dál plavat. Jsem na Univerzitě Palackého



v Olomouci, takže trénovat budu přímo tam. Ve spolupráci našeho šéfa klubu Josefa Nekla, mé trenérky Simony a trenéra v Olomouci pana Zbyňka Svozi-la se podařilo vše domluvit a zajistit takové podmínky, abych mohl dál trénovat na vrcholové úrovni. Co se týče závodů, tak do konce roku mě čeká Finále Světového poháru v Polsku a potom ještě závody u nás v Česku – Nemo trophy.

Věnujete se také ploutvovému plavání na volné vodě či orientačnímu potápění?

Ploutvové plavání na volné vodě jsem zkoušel, absolvoval jsem i některé závody, především však v mládežnických kategoriích, ale nesedí mi to. Jsem sprinter a distance okolo 3 – 6 kilometrů jsou pro mě moc dlouhé a navíc otevřená voda nepatří mezi mé oblíbené prostředí. Orientační potápění jsem bohužel ještě neměl možnost vyzkoušet. Sice jsem už dostal nabídku od kluků z Liberce, kteří plavou na vrcholové úrovni a mají mnoho úspěchů, abych si přijel s nimi zatrénovat, ale zatím je pro mě toto odvětví neznámé.

Je to klišé, ale mnoho lidí to zajímá. Je vám 19 let, jste mistr světa, mistr Evropy, světový rekordman na jedné z tratí. Jaké jsou vaše další cíle a mety?

Samotného mě překvapilo, že už v tak mladém věku se mi podařilo vyplavat takové úspěchy a samozřejmě mě to strašně těší. Důležité však je, abych zůstal nohama na zemi a jak se říká „neusnul na vavřínech“. Chtěl bych dále pokračovat v co nejvyšším tréninkovém nasazení. Příští rok máme mistrovství světa v Číně, takže tam bych se chtěl určitě nominovat a pokusit se zaplavat co nejlepší časy, obhájit titul a třeba i vylepšit světový rekord. Co se týče dlouhodobějších plánů, tak bych jednou chtěl vyplavat medaili v disciplíně s monoploutví.

Text: Iveta Benáková
Foto: Archiv Laguna Nový Jičín



Český tým na ME Martin Mazáč, Zuzka Svozilová, Petra Hostinská, Jakub Jarolím a Barbora Sládečková

Na ME v italském Lignanu zářila celá česká reprezentace

Dvojnásobným mistrem Evropy se v italském Lignanu stal **Jakub Jarolím** z Laguny Nový Jičín. Zvítězil na nejrychlejší kralovské trati 50 metrů bifins. Podruhé se mistrem Evropy stal v krátkých ploutvích na dvojnásobné trati 100 BF, v novém světovém rekordu 42,50. Závod byl velmi vyrovnaný, první čtyři závodníci dohmátlí ve světovém rekordu, český ploutvař byl na špici a podruhé zazněla hymna. K medailím v bifinách si Jakub Jarolím připsal i dvakrát postup do finále v podvodních disciplínách 50 a 100 metrů rychlostního potápění (RP). V nádechové disciplíně na 50 metrů RP skončil pátý. S tlakovou lahví na 100 RP čtvrtý, setinu sekundy od medaile v českém rekordu 33,92.

Na stupně vítězů se v Itálii probojoval i druhý novojičínský sprintér **Martin Mazáč**, jehož výsadou jsou padesátimetrové tratě s monoploutví. V nejrychlejší disciplíně 50 RP, která se plave pod vodou na nádech, získal v národním rekordu 14,77 další medaili pro Českou republiku – bronz. V hladinové padesátce dohmátl čtvrtý v čase 15,98, opět v českém rekordu. Pod vodou vyplaval ve finále na 100 RP 7. místo časem 34,65, na hladině skončil osmý, když překonal rekord ČR – 100 PP zaplavoval za 36,27.

Ženskou část výpravy zastupovaly ploutvařky z Olomouce. Štrekařka **Zuzana Svozilová** bojovala v bazénových disciplínách 800 (5. místo) a 400 metrů PP (4. místo), poté pokračovala na otevřené vodě v závodě na 6000 metrů distančního plavání s ploutvemi (5. místo). Další olomoucká ploutvařka **Barbora Sládečková** ve své hlavní disciplíně 200 metrů PP skončila pátá, na poloviční trati šestá. K postupům do finále musela překonat dosa- vadní české rekordy.

Skutečně potápěčská disciplína – orientační potápění

Orientační potápění je sportovně-technická disciplína, která je provozována s ploutvemi na otevřené vodě. Závodník při ní využívá všech svých dovedností a předpokladů, nezbytností je velice dobrá fyzická kondice a koordinace pohybu při rychlém plavání s ploutvemi. Nutné je, aby závodníci dokázali včas aplikovat všechny své znalosti a rychle se rozhodovat.



O co vlastně jde?

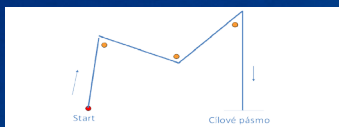
Cílem této disciplíny je rychle a přesně najít a obeplout orientační bóje dle předem vytyčené trasy. Závodníkovi k tomu slouží, kromě lahve na stlačený vzduch a automatiky k dýchání, i orientační zařízení, jako jsou kompas, dálkoměr a hloubkoměr. Předpokladem kvalitního závodu je alespoň metrová viditelnost ve vodě.

Z bezpečnostních důvodů a také proto, aby rozhodčí celou dobu závodníka dobře viděli, mají všichni účastníci po celý průběh závodu na sobě přípevněnou bóji, podle které rozhodčí mj. kontrolují, zda závodník orientační bóje obeplaval ze správné strany.

Disciplíny

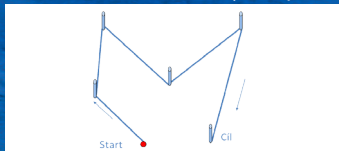
Mkurz

Délka tratě je 650 m. Závodník po odstartování obeplave 3 bóje v určeném pořadí a směru obeplutí. Cílem je 32metrové pásmo s dvoumetrovou nulou. Úkolem závodníka je absolvovat danou trať co nejrychleji a nepřesněji – do středu pásma.



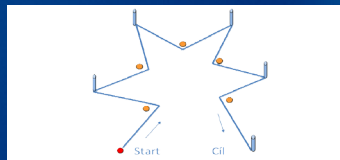
Tyče (5P)

Délka tratě je 550 m. Závodník hledá po odstartování 5 tyčí v daném pořadí, opět v co nejkratším čase. Závod končí nalezením páté tyče.



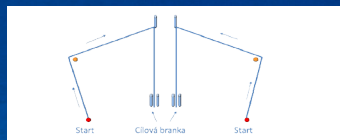
Hvězda

Tvar tratě má podobu hvězdy (délka 650 m). Tato disciplína je kombinací obou předchozích. Úkolem závodníka je po odstartování obeplout bóje v určeném směru a další bóje (tyč) nalézt. To pak opakuje ještě 4krát. Závod končí, když závodník najde 5. tyč.



Paralelní slalom

Disciplína je „orientačním sprintem“, který se plave vylučovacím způsobem dvou závodníků proti sobě. Trať měří jen 220 m a každý závodník první tyč obeplave, druhou musí najít a pak sprintuje do cíle, kterým je 3metrová brána. Dvě tyto tratě jsou postaveny zrcadlově vedle sebe a startují tedy dva závodníci najednou. Z dvojice vyhrává a postupuje do dalšího kola ten, kdo se trefí do brány a proplave dříve, než jeho soupeř.

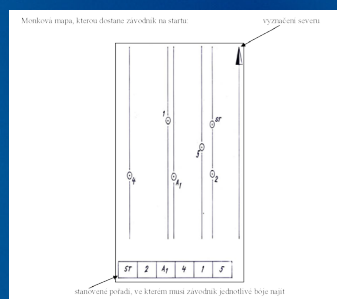


MONK

U této disciplíny je trať, kromě startu a cílové bóje, ukryta pod hladinou. Je to disciplína dvoučlenných družstev, kdy jeden závodník plave s kompasem, druhý je s ním spojen 2,5metrovým lankem a pomáhá hledat bóje a vyznačovat jejich nalezení do kartičky. Mapu s vyznačenými

bójemi a určeným pořadím, ve kterém se 5 bójí musí najít, předává startér závodníkům až přímo na startu. Právě tím, že závodník si nezaměřuje trať předem, ale až pod vodou, je tato disciplína nejnáročnější. Opět tu jde o nejkratší čas. U nás se tato disciplína plave i jako závod jednotlivců (EONK).

Monková mapa, kterou dostane závodník na startu:

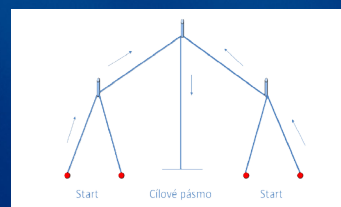


Sjíždění

Tato disciplína je soutěží čtyřčlenných družstev, kdy každý závodník startuje ze svého startu. Po uplávání 150 m se vždy dvojice sejdou u nalezené tyče a plavou dalších 150 m ke společnému bodu, kde se sejdou všichni čtyři a odkud pak



co nejrychleji plavou 250 m k cílovému pásmu (stejně jako u disciplíny Mkurz). Jako u všech předchozích jde i v této disciplíně o rychlost a přesné doplávání do cíle.



Text: Ing. Hana Skružná
Foto: archiv SČP



ME a MEJ v orientačním potápění 2014 Češi uspěli

Koncem srpna se konalo ve Španělsku ME orientačních potápěčů a to jak v kategorii dospělých, tak i juniorů. Česká reprezentace se na šampionátu dokázala prosadit a vybojovat medaile. Hned první den získali naši závodníci dvě medaile v disciplíně „MONK“ – ženy zlatou medaili (Z. Dvořáková, N. Tylová) a muži bronzovou (J. Němeček, O. Černý). Druhý den, kdy se plavala disciplína „Hvězda“, se dařilo ženám – Z. Dvořáková obsadila 1. místo, N. Tylová 3. místo a naše nejmladší závodnice, juniorka E. Šimůnková, 2. místo. Třetí den byl velice úspěšný pro juniory. V disciplíně „Tyče“ v juniorských zvěžila opět E. Šimůnková a v juniorech M. Šmejkal. Bronzovou medaili v této disciplíně získal v kategorii mužů O. Černý. Ve třetí disciplíně „M-kurz“ opět excelovaly ženy: Z. Dvořáková získala již třetí 1. místo v ženách, v juniorských vybojovala 1. místo E. Vilímová. V soutěži mužů obsadil J. Němeček 3. místo. V disciplíně „Paralel“ získala N. Tylová stříbrnou medaili. V závěrečné disciplíně „Sjíždění“ obsadila obě družstva – muži i ženy – shodně 3. místo za účasti juniorů v obou družstvech.

A když se na závěr sčítaly získané medaile, vyšlo z toho naše družstvo dospělých jako neúspěšnější, juniorské družstvo bylo druhé za Ruskem. Neúspěšnější juniorkou byla vyhlášena E. Šimůnková.

Freediving pod ultrazvukem

Nevšední akce Lékařské komise Svazu potápěčů České republiky proběhla dne 12. září 2014 v prostorách výcvikového střediska na Barboře nedaleko Teplic v Čechách. Cílem bylo vyšetření změn velikosti a funkce srdečních oddílů v souvislosti s opakovanými ponory na nádech a detekce vzniku mikrobublin v oběhu freediverů po sérii opakovaných ponorů. Výzkum navazoval na předchozí výsledky, které prokázaly významné reaktivní změny ve funkci srdečních komor při potápění s přístrojem.

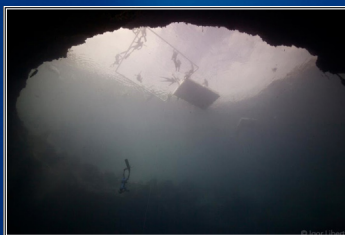


Akce proběhla ve spolupráci s „apneamany“ Mgr. Martina Zajace, kte-

níky LF UK a FN Hradec Králové. S použitím echokardiografie byla provedena vyšetření těsně před ponorem a bezprostředně po sérii ponorů na nádech ve třech skupinách potápěčů lišících se profilem ponoru: ve skupině s tzv. V profilem - série alespoň 10 ponorů do hloubky pod 15 metrů, skupina s tzv. U profilem absolvovala opakované ponory do hloubky alespoň 10 metrů s výdrží na dně po dobu 30-60 sekund a třetí skupina provedla opakované hluboké ponory do hloubky pod 45 metrů. Předběžné výsledky ukazují významné fyziologické reaktivní změny velikosti a funkce především pravostranných srdečních oddílů (pravé síně a komory). Ač jsme se zaměřili také

na detekci přítomnosti mikrobublin v oběhu freedivera, tyto byly zjištěny pouze u jednoho freedivera, který absolvoval sérii hlubokých ponorů.

Salákovým i vedení Svazu potápěčů ČR za významnou pomoc, bez které



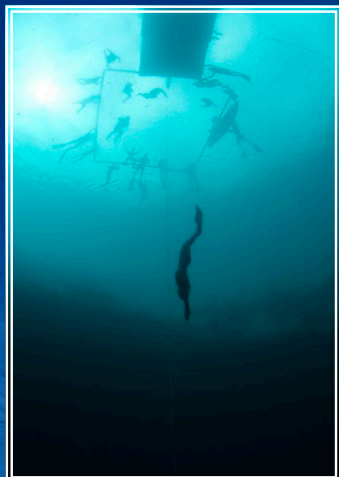
Některé ze zjištěných výsledků se zatím v dostupné odborné literatuře neobjevily a mohou být užitečné pro konstrukci bezpečných algoritmů pro potápěče. Provedení akce vyžadovalo vysoký stupeň kázně a nasazení, za které patří dík Martinu Zajacovi a všem freediverům, kteří se na akci podíleli a vytvořili vynikající prostředí a náladu, která provázela celý pracovní velmi náročný den. Zároveň je nutné připomenout perfektní služby výcvikového střediska SPČR na Barboře a poděkovat manželům



ří byli objekty vyšetření provedených Dr. Radkem Pudilem z 1. interní kardiologické kli-

by akcí tohoto typu nebylo možné realizovat.

Text: Dr. Radek Pudil, Ph.D.
Foto: Mgr. Martin Zajac, archiv SČP



Potápění pro všechny aneb jak to vidí slepí?

Jednoho úterního večera se s námi, tedy klubem SČP 2. dech, do osmimetrové hloubky potápěčské jámy v Čestlicích potopil další odvážlivec. Podle mého názoru mu to šlo výborně, i když občas nedbal mých rad a nereagoval na signály. Po ponoru se omlouval, že signály neviděl, protože po úrazu před dvěma roky přišel o zrak. To, že za námi na potápění přišel nevidomý člověk, nebylo na první pohled poznat ani na suchu ani pod vodou.

Samozřejmě bylo zajímavé ho zpovídat. Onen potápěč se jmenuje Vladimír Machota, je mu 46 let a povoláním je mezinárodní instruktor



v Taekwon-Do 6. Dan. O zrak přišel před dvěma lety po úrazu, který utrpěl při skydivingu.

Jaké má při potápění pocity, to mě zajímalo jako první. „Fyzické pocity bych shrnul do jednoho slova a to je „uvolnění ... Psychické pocity

je skvělým faktem, že pod vodou si to člověk může užít o mnoho déle než oněch 56 vteřin free fallingu. Rozhodně bych chtěl pokračovat v potápění dál. Byl to pro mě opravdu úžasný zážitek, o který bych nechtěl přijít. V první chvíli jsem nevěděl, co od potápění vůbec můžu očekávat. Jakmile jsem potopil hlavu těsně pod vodu, tak jsem si uvědomil, že tohle je úplně jiná dimenze a jak si teď vzpomínám, tak jsem v podstatě vypnul a prostě se propadl do jiného světa,“ vyprávěl mi s nadšením těsně po vymoření. Také děkoval: „Určitě musím poděkovat Fandovi, Klárce a Hynkovi, že mi umožnili nakouknout do světa pod vodou a zažít to, co jsem zažil.“

Slepotu není na překážku

V potápění se zrakově postiženými máme letité zkušenosti, potopilo se s námi více než sto zájemců s různými stupni poškození zraku. Nebereme to jako nějakou specialitu, prostě se potápíme s každým, kdo má zájem. A také nerozlišujeme, zda má zájemce o potápění nějaký handicap. Podle mne má totiž nějaký vět-

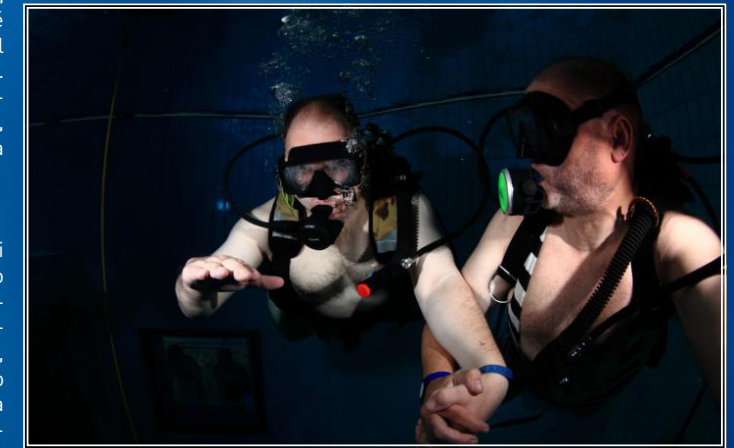


byly daleko bouřlivější, byla to směs pocitů očekávání, respektu, touhy dokázat to a užít si to.“

„Hloubku samozřejmě vnímám dle tlaku v uších. A jak vnímám prostor?



Pohyb ve třech osách znám dobře ze skydivingu, který je hned po mé rodině a práci mým velkým koníčkem. Pod vodou jsem si však uvědomil, že prostor kolem mě mi dá možnost úžasně relaxu, ale rozhodně mi nic neodpustí. Určitě



ší či menší handicap každý z nás. Jde jen o to, zda nám naše znevýhodnění dovolí absolvovat určitý konkrétní sport. Pochopitelně pro člověka, který přišel o zrak, může být některá činnost neuskutečnitelná – například řízení motorového vozidla. Takové fotografování zase nebude smysluplné, i když jsem četl i o slepém fotografovi. Ale potápění je podle mne činnost, která má smysl i pro slepého. Když jsem se kdysi ptal jednoho z nevidomých potápěčů, co si z potápění (kromě vody v uších) odnáší, řekl mi: „Osmdesát procent okolního světa vnímá člověk očima a těch zbývajících dvacet ostatními smysly. Mně

těch dvacet procent stačí. Celý život několikrát padám a o něco si rozbijím hubu, pod vodou mám několik desítek minut stav beztlíže a to je příjemné – nebát se, do čeho narazím. A super se o tom povídá v hospodě a taky se na potápění dají balit holky...“ To jsou věci, pro které stojí za to se potopit.

Vše má svá pravidla

V potápění pro lidi s poškozeným zrakem platí stejné zásady jako pro ostatní potápěče – jen jsme je rozšířili o několik specifických věcí. Po několika letech jsme sestavili manuál pro potápění zrakově postižených, který je už použitelný. Asi nikoho nepřekvapí, že více, než praktické problémy, nám dala pořádně zabrat legislativa. Léta jsme naráželi na poměrně silnou rezistenci potápěčských systémů proti zavádění kurzů pro nevidomé. Žádný výcvikový systém, který jsme oslovili, nebyl ochotný rozšířit svůj záběr na slepé potápěče. No a nakonec jsme řešení našli prakticky v každém systému. Není to kurz, ale program: „Poznej potápění.“ Ten se jmenuje v každém systému jinak. Podstatné je,

že v těchto programech není třeba nic cvičit, po krátkém školení vezme instruktor zájemce o ponor do malé hloubky na krátký výlet. Standardy stanovují minimální věk, schopnost

plavat a požadují dobrý zdravotní stav. O zraku řeč není. Tento program jsme tedy pouze rozšířili o několik zásad. Asi nejdůležitější z těchto zásad je poměr 1:1. Jeden průvodce na jednoho účastníka kurzu a komunikace pomocí hmatových signálů.

Text a foto: František Pudil

Pro instruktory a DM s rozšířenou kvalifikací vést DSD pořádáme nepravidelně doplňující školení.

Termíny školení bývají vyhlášeny na našich webech www.potapeni.cz a www.2dech.cz. Školení jsou zdarma a také my očekáváme, že si námi vyškolení instruktoři nenechají za svou práci se zrakově postiženými platit.

Pokud jste Instruktor nebo P 3 a máte zájem o takové školení, napište nám. Máte-li ve svém okolí někoho se zrakovým poškozením, fekněte mu o nás, možná se s námi také potopí.



STRUČNĚ – JEDNODUŠE – PŘEHLEDNĚ II.

Nový občanský zákoník (NOZ) a potápěčské kluby Svazu českých potápěčů

Vážení kolegové potápěči, členové klubů sdružených ve Svazu českých potápěčů. Dle našeho příslibu z Informace SČP č. 1 pokračujeme s informacemi o změnách vyplývajících z NOZ, tj. nového občanského zákoníku (zákon č.89/2012 Sb.), pro naši svazovou a klubovou činnost:

1. Již víte, že od 1. 1. 2014 je Svaz českých potápěčů zapsaný spolek a ve svazu evidované potápěčské kluby jsou tzv. pobočnými spolky. Viz <https://or.justice.cz/ias/ui/rejstrik-firma> Nový občanský zákoník (dále NOZ) ukládá, aby si potápěčské kluby především upravily své stanovy, a to v období nejpozději do konce roku 2016. V současné době jsme v SČP již připravili inovované stanovy SČP, se kterými musí být stanovy potápěčských klubů v souladu. K tomu, abychom vám v klubech usnadnili práci se změnou vašich stanov podle NOZ a v souladu se stanovami SČP, připravili jsme vám tzv. vzorové stanovy. Tento vzor stanov stačí porovnat s vašimi dosavadními stanovami a ty upravit jen v těch částech, které jsou odlišné od vzoru. V případě, že si nebudete jisti či budete potřebovat konzultaci, jsou členové prezidia SČP a sekretariát SČP připraveni vám pomoci.

2. Vzor stanov pro potápěčské kluby, evidované ve Svazu českých potápěčů, jsou k dispozici na adrese: http://www.svazpotapecu.cz/svaz_ceskych_potapecu_informace_pro_kluby_a_cleny/

3. Pro představu vám stručně uvádíme osnovu těchto vzorových stanov:

Stanovy

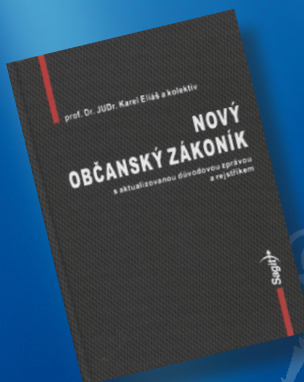
Potápěčský klub XY, pobočný spolek

- Článek I. Úvodní ustanovení, název a sídlo
- Článek II. Účel a předmět činnosti
- Článek III. Hlavní činnost klubu
- Článek IV. Vedlejší činnost klubu
- Článek V. Členství
- Článek VI. Práva a povinnosti členů
- Článek VII. Orgány klubu
- Článek VIII. Členská schůze
- Článek IX. Výbor a předseda
- Článek X. Kontrolní komise
- Článek XI. Hospodaření
- Článek XII. Majetek klubu
- Článek XIII. Mezinárodní činnost klubu
- Článek XIV. Zánik klubu
- Článek XV. Závěrečná ustanovení

4. Doporučujeme, abyste své klubové stanovy podle vzoru upravili do jednoduché a stručné formy v rozsahu jen několika málo stran. Zdůrazňujeme, že vzor stanov je jen pomocnou pomůckou. Členění stanov a názvy článků mohou být jiné, pokud to nebude v rozporu s NOZ.

Dále uvádíme pro připomenutí:

5. Hlavní činností spolku může být pouze uspokojování a ochrana zájmů, k jejichž naplňování je spolek založen, tj. např. podpora výkonu sportovní činnosti, konkrétně potápění, jeho organizace, výcvik, řízení, propagace a příprava reprezentace. Podnikání nebo jiná výdělečná činnost nemůže být hlavní činností spolku, ale vedlejší činností spolku může být podnikání, avšak pouze za podmínky, že účelem je podpora hlavní činnosti spolku, tj. např. našich sportovních potápěčských aktivit.



6. Pobočný spolek (dříve tzv. organizační jednotka) není právní osobnost (dříve právní subjektivita), ale může mít práva a povinnosti v rozsahu dle stanov hlavního spolku (tj. SČP). V případě našeho Svazu českých potápěčů budou naše potápěčské kluby (nyní pobočné spolky) plná práva a povinnosti jako doposud s tím, že připravovaná úprava stanov SČP umožní, aby kluby byly samostatné tak, jako dříve. Pochopitelně ale SČP vyloučí svou odpovědnost za případně vzniklé hospodářské závazky klubů.

7. Stanovy mohou upravit, že členové spolku jsou povinni platit členský příspěvek. Stanovy mohou určit, který orgán spolku (např. výbor nebo členská schůze) stanoví výši a splatnost členského příspěvku a jakým způsobem. Vzhledem k tomu, že spolek v praxi potřebuje prokazovat počty svých aktivních členů (např. při žádostech o dotace apod.), je zřejmé, že to placení členských příspěvků dokládá.

(Pozn.: Například Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR informací o placení členských příspěvků vyžaduje v žádostech o státní dotaci. Proto do stanov povinnost platby příspěvků uvádíme.)

Vážení kolegové potápěči, zatím úředníci státních orgánů nemají praktické zkušenosti z aplikace NOZ do podmínek spolkové činnosti, proto na naše konkrétní dotazy neumějí odpovědět. Spoléháme tedy na vlastní zkušenost a odbornost a konzultujeme své názory v rámci sportovních svazů ČR.

Jsmo přesvědčeni, že společně s vámi v potápěčských klubech SČP všechny zákonné administrativní úkoly úspěšně vyřešíme.

Další naše informace k NOZ budou následovat.

Statutární zástupci Svazu českých potápěčů:
MUDr. Pavel Macura, prezident SČP
a **Ing. Jaroslav Hudec**, viceprezident SČP

Potápět se dnes může téměř každý

Český olympijský výbor rozdělil mezi sportovní svazy loterijní prostředky ve výši téměř 170 milionů korun. Mezi šťastnými je i Svaz českých potápěčů, který je dál bude distribuovat do jednotlivých potápěčských klubů. Finanční prostředky jsou určeny pouze pro děti a mládež.

Dnešní děti mají velké možnosti volby, pokud jde o trávení volného času a pokud jde o aktivity, kterým se budou věnovat. Mezi ně patří i sport, což znamená, že mnoho sportovních klubů se musí aktivně věnovat hledání mladých lidí, kteří by se rádi potápěli.



Provozování potápěčského klubu je náročná činnost, přičemž nábor nových členů je jedním z nejobtížnějších úkolů.

Hlavním cílem náborového programu je pokusit se zvýšit počet členů vašeho klubu.

První zanoření

Je projekt Svazu českých potápěčů s cílem podpořit začínající potápěče, motivovat přes jednotlivé kluby děti do 15 let a přiblížit jim podvodní svět. Tento projekt se bude týkat cca 500 dětí.



Přístup současných rodičů k dětem se změnil. Nejenže se snaží trávit se svými dětmi více společného času, ale věnují i značnou pozornost množství a výběru volnočasových aktivit. Volí takové, které budou dítě

bavit, prospějí jeho zdraví a díky nimž si může osvojit přínosné dovednosti. I jistá budoucí perspektiva koníčku v dospělosti má vliv na jejich rozhodování. Záleží jen na šikovnosti jednotlivých klubů, jak využijí při přesvědčování nesporné pozitivní argumenty, proč zvolit pro své dítě potápění a přihlásit jej do kurzu.

Proč se potápět? Je to jednoduché! Kdo se potápí, ...:



Finanční prostředky na sportovní činnost klubů, které zaplatily členské příspěvky v roce 2014

Svaz českých potápěčů podpořil v roce 2014 pravidelnou sportovní činnost potápěčského sportu. Soustavným aktivním jednáním s Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy ČR se podařilo získat finanční prostředky z dotačního programu „Organizace sportu“. Ve snaze podpořit podvodní sporty bylo klubům evidovaným ve Svazu českých potápěčů rozděleno více než půl miliónu korun. Prezidium na svém zářijovém zasedání schválilo rozdělení těchto finančních prostředků v celkové výši 800.000 Kč. Podpořili jsme tak pravidelný potápěčský a plavecký výcvik i trénink v bazénech a ve vybraných potápěčských lokalitách. Obsahovým zaměřením je výuka a výcvik zásad a pravidel bezpečného potápění, záchrany tonoucího a ochrany zdraví při plavání a potápění dle platné metodiky a bezpečnostních pravidel.



Forma podpory členských klubů
Svaz českých potápěčů zakoupí a rozdělí do jednotlivých členských klubů dětské potápěčské automatiky, žakety a tlakoměry. Mimo to také překvapí každého malého potápěče motivačním balíčkem.

Balíčky pro malé potápěče budou obsahovat:

- Ručník • Jednorázový fotoaparát na fotografování pod vodou
- Láhev na pití • Vodní vak



Iniciačními balíčky budou moci kluby odměnit všechny členy do 15 let, kteří pravidelně navštěvují kurzy potápění a v roce 2015 se zaregistrují do Svazu českých potápěčů. Věříme, že rodiče ocení drobnou podporu sportovního koníčku svého dítěte.

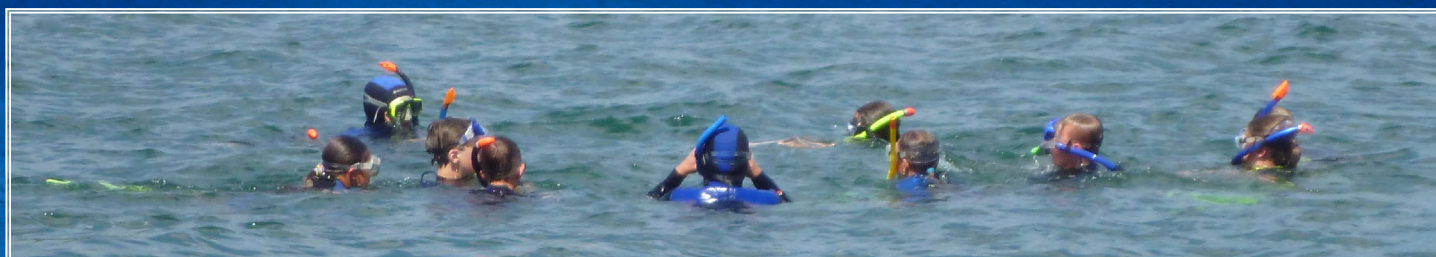
Načasování

Distribuce iniciačních balíčků jednotlivým klubům proběhne od dubna 2015.

Text: Ing. Mgr. Iva Katbáčová
Foto: Archiv SČP

Poznámka na vysvětlenou:

- Svaz českých potápěčů připraví v roce 2015 motivační balíčky pro prvních cca 500 dětí, které zaplatí členské příspěvky do Svazu.
- Svaz českých potápěčů zakoupí a propůjčí do 16 klubů dětské automatiky a žakety. Zakoupenou materiální pomocí podpoří sportovní potápěčskou činnost jednotlivých klubů a hlavně práci s dětmi.
- Svaz českých potápěčů podpoří finančními prostředky sportovní činnost klubů, které zaplatily členské příspěvky v roce 2014. Rozdělí mezi kluby částku 800.000 Kč.



Co se u nás děje

1. kolo dálkového ploutvového plavání v Račicích

V sobotu 14. června uspořádal Klub potápěčů KRAKEN Litoměřice na Račickém kanále u Štětí 1. kolo letošního ročníku DPP (dálkové ploutvové plavání), které se zároveň započítávalo závodníkům českých klubů v dětských kategoriích jako 4. kolo do České Ligy mládeže pořádané Svazem českých potápěčů. Svě síly zde změřili závodníci 9 klubů z Čech a Moravy, celkem jich dorazilo 106, z toho v dětských kategoriích do 14 let se závodu zúčastnilo 83 plavců. Nejmladší účastníci byla teprve sedmiletá Jana Vestfálová z Liberce.



Nejvíce prvenství získali plavci KSP Olomouc, v bodování ČLM si nejlépe vedly děti Aqua klubu Liberec. Počasí bylo závodu celkem nakloněno. Vítr, který foukal, vadil spíš lidem na břehu - více než samotným závodníkům. Voda totiž měla 22 °C a bylo v ní tedy lépe, než na suchu. Pro mnohé děti to bylo vůbec první setkání s volnou vodou a ani ty nejmenší se nezalekly a bojovaly ze všech sil.

10. ročník Rescue 2014 Trutnov

V sobotu 28. a v neděli 29. listopadu proběhne v trutnovském hotelu Patria tradiční, letos již desátý, seminář o zdravotní problematice potápění Rescue 2014 Trutnov. Tématem jsou potápěčské nehody a nehody spojené s vodními sporty a také první pomoc - záchrana ve vodě a zajištění pacienta. Organizátorem je MUDr. Vladimír Hadač, chirurgická ambulance Trutnov, ve spolupráci s ZZS LK. Program je složený jak z odborných přednášek v sále, tak z praktického cvičení v bazénu. Po každém přednáškovém bloku bude prostor pro diskusi!

13. ročník neformálního semináře lékařů zabývajících se zdravotní problematikou potápění

Lékařská komise Svazu potápěčů ČR ve spolupráci s Asociací profesních potápěčů ČR a s Národní kanceláří DAN Europe Česko pořádá již XIII. ročník setkání potápěčských lékařů. Toto setkání proběhne ve dnech 31. října a 1. listopadu 2014 ve výcvikovém středisku potápěčů Klubu sportovních potápěčů C 21 Hradec Králové v Holetíně u Hlinska v Čechách.

Všichni účastníci jsou srdečně vítáni na přednáškách, které proběhnou podle odborného programu v sobotu 1. listopadu od 10 hodin a jejichž námětem je potápěčská medicína, potápěčské nehody a ostatní aktuální témata. Možnost potápění je zajištěna v lomu v Holetíně, lze domluvit i výjezd na lomy do okolí (Leštinka, Trhová Kamenice, Srní a podobně). Účastnický poplatek je 200 Kč bez ohledu na délku pobytu. Členové Svazu českých potápěčů a přednášející poplatek nehradí. Akce bude ohodnocena body dle systému kontinuálního vzdělávání ČLK. Bližší informace www.potapecihk.cz nebo na www.hlinceo.cz.

Češi mají stříbro a bronz z mistrovství světa týmů v potápění na nádech 2014

Čeští reprezentanti získali stříbro a bronz na mistrovství světa týmů v potápění na nádech 2014. Týmový šampionát se konal na Sardinii od 16. do 27. 9. 2014. MS týmů se vždy v dvouletém intervalu pravidelně střídá se soutěží jednotlivců. Mužský tým byl sestaven ze závodníků Martina Valenty, Petra Valy a Miroslava Ševčíka. Ženský tým tvořily Alena Konečná, Vendula Strachotová, Kateřina Šuranská a Jarmila Slovenčíková (jako náhradník).

Na mistrovství světa týmů v potápění na nádech se vždy soutěží ve třech disciplínách, a to ve dvou bazénových - dynamické apnoi s ploutví (DYN) a statické apnoi (STA) - a v jedné hloubkové disciplíně - konstantní váze s ploutvemi (CWT). Do konečného pořadí a celkového hodnocení se sčítaly všechny výsledky všech tří členů týmu (čtvrtý závodník je náhradník).

V dosavadní historii mistrovství světa týmů ve freedivingu vybojoval český mužský tým dvě stříbrné a jednu bronzovou medaili, ženy byly dvakrát na čtvrtém místě. Na tyto vynikající výsledky oba české národní týmy navázaly i letos, kdy náš mužský tým skončil na celkovém 2. místě za týmem Ruska a v historii českého freedivingu získal v součtu disciplín nejvíce bodů - 779,30. Ženy obsadily krásné 3. místo za týmy Ruska a Japonska s hodnocením 653,4 bodů.

Kapitánem a zároveň trenérem českého mužského týmu byl Martin Zajac, který též sám závodí a je držitelem ocenění pro nejlepšího trenéra roku 2011 - The Best Coach - AIDA 2011 "Best of the Best" Awards.



Soustředění potápěčské mládeže - Barbora 2014

Tak, jako každý rok, i letos se potápěčský klub OHŘE vypravil s dětmi na letní potápěčské soustředění, které se tentokrát konalo od 7. do 13. července ve Výcvikovém středisku SČP Barbora. Nepřízeň počasí se podepsala na konečném počtu účastníků, protože kvůli zdravotním problémům se někteří nemohli zúčastnit a z 15 původně přihlášených dětí jich nakonec odjelo pouze 10.

Počasí ovlivnilo i programovou náplň soustředění - bohatý program, který byl připraven, se musel pro nepřízeň počasí operativně upravovat. Děti si zopakovaly teorii potápění pro všechny stupně delfínek a mohly se více věnovat praktickému výcviku ve volné vodě, plavání, potápění s ABC a hlavně s dýchacím přístrojem. Většina dětí zvládla dva ponory s přístrojem za den. Závěr týdne byl věnován teoretickým a praktickým zkouškám. Bylo rozděleno celkem 7 delfínek - 4 Zlatí delfínci, 1 Stříbrný a 2 Bronzoví.



1. ročník Poháru Pepy Kurhajce v orientačním potápění

Na počest nedávno zesnulého oblíbeného trenéra libereckého Aqua Klubu byl uspořádán premiérový závod v orientačním potápění. Akce proběhla 2. června na Harcovské přehradě. Závodilo se v disciplíně EONK, což je v orientačním potápění nejtěžší možná trať, jelikož si závodník musí veškeré kurzy a metry zaměřit přímo pod vodou, podle mapy, kterou dostane až na startu.

Podmínky nebyly ideální. Teplota vody byla sice 23 °C, ale viditelnost pouhý metr, což činilo problémy hlavně méně zkušeným závodníkům. Celkově se jich na start postavilo 13 ze dvou klubů - Modré Hvězdy Praha a Aqua Klubu Liberec. První čtyři příčky obsadili členové domácího klubu, zvítězil stále ještě junior Lukáš Silný, který doplaval v čase 12 minut a 31 sekund. O deset vteřin tak porazil svého otce Lubomíra Silného, mistra světa z roku 1994 v této disciplíně. „Je to krásný pocit vyhrát domácí pohár za účasti prakticky celé domácí špičky. To, že jsem porazil tátu, je jen třešnička na dortu,“ řekl Lukáš Silný po vyhlášení výsledků.



[c] Alexander Aklivis, Český tým v modrém - zleva muži Petr Vala, Miroslav Ševčík, Martin Zajac (trenér), Martin Valenta, a ženy Alena Konečná, Kateřina Šuranská a Vendula Strachotová

Svaz českých potápěčů

www.svazpotapecu.cz ■ adresa: Na Strži 9, Praha 4, 140 00 ■ kontaktní osoby: Ing. Mgr. Iva Kalbáčová, Marie Lehvová ■ telefon: 603 419 283 ■ e-mail: diver@svazpotapecu.cz
Vyřizování členských záležitostí: Úterý a čtvrtek 8-12 a 14-17 (ostatní dny dle předchozí dohody)

Redakce eNemo

Kontaktní osoba: Mgr. Iveta Benáková ■ Vaše náměty a připomínky posílejte na eNemo@svazpotapecu.cz