



**A** si hodně z vás vidělo film Luca Bessona *Magická hlubina* podle skutečného příběhu s Jeanem Markem Barrem a Jeanem Reno v hlavních rolích. A snad i pár z vás ví, že hrdinové tohoto filmu legendární Jacques Mayol a Enzo Maiorca byli věční rivalové, kteří spolu více než dvě desetiletí soupeřili o prvenství na světových šampionátech a v hloubkových rekordech.

Vězte, že Enzo byl první člověk, který pokročil hloubku 50 m a Jacques po několika letech první, kdo překonal tehdy nepředstavitelných 100 m. Dnes se možná tyto hloubky nezdaří být až tak extrémní, zvláště když k jejich dosažení bya používána zařízení se závažím a k výstupu tažné balóny. Ale představte si, jak bylo Enzovi, když se potápěl jako první do hloubek, ve kterých mu lékaři předpovídali smrt rozdrčením hrudníku a kolapsem plic! Ale povídání o průkopnících a legendách volného potápění nebo o nejrůznějších disciplínách apnoe a jejich pravidlech, o fyziologických aspektech a poznacích, či nejnověji o moderních tréninkových metodách freedivingu by vydalo na samostatný článek pro každé téma.

Tentokrát si povíme o novince nejžhavější a tou je poslední Mistrovství světa ve freedivingu konané v říjnu na středomořském ostrově Ibiza. Toto mistrovství bylo v řadě třetí konané podle pravidel mezinárodní organizace pro rozvoj apnoe AIDA. Zúčastnilo se celkem 29 zemí světa. Tentokrát měla na šampionátu zastoupení i Česká republika a to v podobě mužského týmu. Zní to poměrně jednoduše, ale kde se najednou vzali čtyři češi na mistrovství světa ve sportovním odvětví, které u nás nemá prazádnou tradici?

### Škola freedivingu

Vše začalo, když jsem se od svého přítele, který mimochodem vytvořil jednu z prvních českých webových stran na téma volného potápění, dozvěděl, že mu psal Martin Štěpánek. On byl první, kdo měl zájem „udělat něco s freedivingem u nás“. Martin většinu roku tráví na Floridě, to je sice příliš daleko na organizování něčeho v Čechách, ale na druhou stranu blízko k nejlepší škole freedivingu vůbec. V té době byl svěřencem trenéra šam-

# Freediving v Čechách

## aneb z bazénu v Podolí na Ibizu



Martin Štěpánek při sestupu



**Martin jakožto čerstvý světový rekordman na sebe poutal největší zájem médií. Zde ukončuje jednu z disciplín – statiku.**

piónů, kanadana Kirka Kracka. Jednoho dne se totiž rozhodl, že uskuteční svůj dávný sen o freedivingu, a přihlásil se na kurs právě ke Kirkovi Krackovi a Brettovi Le Masterovi, tehdy úřadujícím světovému rekordmanovi v královské disciplíně volného potápění – konstantní váze. Dostal se do těch nejlepších rukou. To v kombinaci s výjimečným talentem a vůlí učinilo později Martina světovým rekordmanem ve dvou důležitých disciplínách.

## Setkání

Uplynulo několik měsíců a napsáno bylo hodně e-mailů, než jsme se konečně potkali. Byl to můj veliký den, protože mezitím jsme oba o kus v našem snažení pokročili. Já jsem se přihlásil na kurs legendárního Umberta Pelizzariho. Martin dokonce v tréninku dosahoval ve statické apnoe časů daleko za stávajícím světovým rekordem a jen čekal na vhodnou příležitost svůj ojedinělý výkon oficiálně předvést. Setkání s Martinem stálo opravdu za to. Jeho nové tréninkové metody pro mě znamenaly skutečnou revoluci. Pln elánu jsem začal pilně trénovat a přitom se neuvěřitelně těšil na moře a na vysněný kurs u Umberta na Sardinii.

Vzhledem k tomu, že bylo potřeba pro trénink najít vhodný bazén, zavítal jsem do Podolí a zjistil, že je možné chodit plavat s ploutvemi mezi potápěče. A hned tehdy poprvé jsem narazil na podobné nadšence jako jsem já, na mé budoucí dobré kamarády a partáky ve volném potápění.

Konečně přišlo jaro a první ponory v moři po půlročním tréninku v bazénech. Měl jsem strach, že bazén a moře bude něco naprosto odlišného. Moře je fantastický a krásný živél, ale temná hlubina se umí tvářit dost hrozivě až nepřátelsky. Je třeba se s mořem postupně sžívat a na hloubky si zvykat. Aby se člověk mohl potápět do hloubek bez dýchacího přístroje, musí být naprosto uvolněný a jistý si svým počínáním. Ale do tohoto stavu se dostat nějakou dobu samozřejmě trvá. Nicméně na kurs u Umberta jsem byl slušně připraven, a tak mohla přijít další velká chvíle. K Umbertovi se přihlásili i mí přátelé Ryo Kawasumi a Kuniko Isogai. Setkání s Umbertoem bylo skvělé – vypadal sympaticky a choval se moc příjemně a přátelsky. Hodně nám pomohl s výkonností, hlavně co se týče získání sebedůvěry. Poměrně



**Český tým zleva: Ryo Kawasumi, Honza Linhart, Kuniko Isogai, Martin Štěpánek a Daniel Exner**

brzy jsem se díky němu odvážil do hloubek, o kterých jsem si předtím mohl nechat jen zdát. Na kurs a Umberta vzpomínám moc rád nejen já, ale i všichni ostatní „bastardi“, jak nám Umberto v žertu říkal.

## První světový rekord

V tuto dobu se Martinovi podařilo udělat jeho první světový rekord ve statické a to neuvěřitelných 8:06 minuty. Když se to Umberto dozvěděl, zeptal se mě, proč nedáme dohromady tým a nezúčastníme se mistrovství? Samozřejmě mi nasadil ohromného brouka do hlavy, a přestože už bylo po oficiálním termínu k přihlášení, naše registrace se nakonec zdařila.

## Mistrovství světa ve volném potápění

Akce zvaná oficiálně The 3th AIDA Free Diving World Championship Club Med Ibiza 2001 byla třetím mistrovstvím světa ve volném potápění týmů organizovaným mezinárodní organizací pro rozvoj apnoe AIDA a sponzorovaným především sítí známých resortů Club Med a dalšími sponzory, převážně výrobci potápěčské techniky a organizacemi souvisejícími s rozvojem cestovního ruchu na Baleárských ostrovech. Díky španělské větvi AIDY byla hlavním sponzorem poskytnuta část resortu Club Med Ibiza pro účely mistrovství. Konkrétně pro závodníky bylo zcela zdarma ubytování a plná penze plus možnost využívat veškerého příslušenství. Maximální komfort a nejpesnější výběr lahudek a pití tak pořádně nahlodávaly vůli závodníků v předzávodní fázi, kdy je nut-

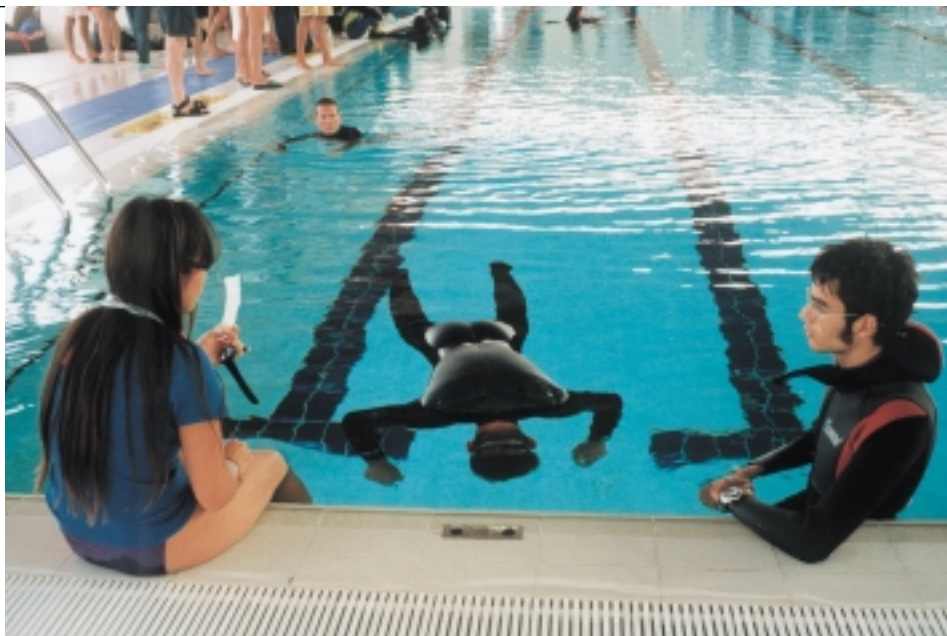


## FREEDIVING

né vybírat stravu velmi opatrně. Kromě impozantní tabule byl ale především k dispozici bazén pro trénink statické apney a připraveny dva dny tréninku hloubkových ponorů.

### Nezdary a nehody

Oficiální trénink se našemu týmu příliš nedařil, bohužel díky nedostatkům v organizaci. Martin za celé předešlé měsíce trénoval disciplínu konstantní váha jen jednou před odjezdem na Ibizu, protože předtím se připravoval na světový rekord v disciplíně free immersion (ve které mimochodem dosáhl fenomenální hloubky 90 m a pokořil tak předešlý světový rekord o 10 m), proto bylo nutné prověřit jeho aktuální formu v této disciplíně. Organizátor ač při předešlém kapitánském mítinku přislíbil lana do hloubky minimálně 90 m, na lodi nám bylo sděleno, že nejdelší lano sahá do hloubky 80 m. To Martina trochu rozladilo, ale nedalo se nic dělat. První nehoda se přihodila Ryovi, když se mu při návratu z hloubky 50 m několikrát zasekla „bezpečnostní“ karabina svojí zúženou částí do lana, a Ryo tak zažil při návratu na hladinu svůj první blackout (ztrátu vědomí). Když došlo na Martinův hluboký zkušební ponor, všichni jsme pozorně sledovali poslední fázi jeho přípravy, zanoření a jeho postavu mizící podél lana do temné



Přípravná statika Daniela Exnera

hlubiny. Podle předpokladů měl být Martin mimo dohled přes 2 minuty, ale už po minutě se vracel nahoru a my nevěděli proč? Lano končilo už v 58 metrech! Veškeré pozdní protesty však byly marné, navíc druhý den tréninku byl zcela zrušen pro nepříznivé povětrnostní podmínky. Něco podobného se nemohlo stát Italům a Francouzům, kteří měli k dispozici vlastní lodě a trénovali zcela separátně. A ke všemu jsme postupně všichni začali pociťovat příznaky nachlazení a kašle.

Potom jsme všichni museli závazně nahlásit hloubky, které jsme se rozhodli během závodů zdolat. Ty byly následující: Honza 50 m, Dan 50 m a Martin 83 m. Nejdříve jsme byli na řadě my dva s Honzou. Honza zvládl ponor naprosto perfektně, já měl problémy s vyrovnáváním tlaku a jednu chvíli jsem myslel, že se budu muset vrátit ze 40 m, ale nakonec se ucho podařilo profouknout a svojí cedulku jsem v pohodě vynesl až na hladinu. V závěru přišly na řadu nejhlubší ponory, které představovali Rakušan Herbert Nitsch s 86 m, Martin Štěpánek s 83 m a Řek Manoulis s 81 m. Monoploutvař Herbert Nitsch zahájil poslední den a vrátil se na hladinu se svým štítkem za velkého aplausu. Po pár sekundách ovšem potlesk náhle ustal, protože Herbertova hlava lehce zavibrovala jakoby v rytmu samby. Později byly veliké diskuse mezi Rakušany a rozhodčími, jestli Herbertův rekordní ponor byl „čistý“, ale nakonec uznán byl. Druhý na řadě byl Martin se svými plastovými ploutvemi. První část ponoru probíhala v pořádku, ovšem zhruba v 55 m Martin pocítil, že se mu zablokovaly dutiny nad okem, což způsobuje ostrou bodavou bolest. S nadějí, že se tlak v dutině vyrovná, pokračoval přes obtíž v sestupu až do 62 m, kde se bolest stala již nesnesitelnou a byl nucen vrátit se na hladinu s krvácením z nosu. Systém bodování byl v tuto chvíli pro náš tým krutý. Rozdíl hloubky nahlášené a dosažené = penalizace, takže namísto 62 bodů dostal Martin pouze 42. Řek Manoulis s 81 m zvládl ponor bez problémů, miláček davů Umberto se svými 73 m taktéž.



Performance Freediving Team shora: Eric Fattah (Kanada) – pokus o světový rekord v konstantní zátěži, současný rekord 81 m, Kirk Krack (Kanada) – trenér a organizátor celé akce, hlava PFT, Mandy Cruikshank (Kanada) – pokus o světový rekord ve free immersion, současný rekord 70 m, Martin Štěpánek (ČR) – světový rekord statická apnoe 8:06 minuty, Karoline M. Dal Toe (Brazílie) – světový rekord statická apnoe ženy 6:13 minuty

## Favorité

Nejvíce favorizován byl jako obvykle tým Itálie s Umbertem, šance na vítězství si ovšem dělali i Francouzi, kterým se zatím nikdy vyhrát nepodařilo. Po této disciplíně se role favoritů nezměnily. Bohužel, protože teoreticky jsme nebyli zcela bez šancí. Druhou a poslední disciplínou šampionátu byla statická apnoe, což se dá přeložit jako potápění na čas. Ve skutečnosti to moc potápění není, protože člověk se při téhle disciplíně snaží spíš usnout než někam potápnout. Jednoduše, na jeden nádech je třeba vydržet v libovolné poloze s ponořeným obličejem co nejdéle. Aktuální světový rekord drží právě Martin Štěpánek s časem 8:06 minuty. Starý světový rekord měl hodnotu 7:35 minuty, jeho držitelem byl Francouz Andy Le Sauce a odolával celých šest let, než byl překonán. Ve statické apnoe jsme tedy měli teoreticky šanci nasbírat slušné body, jen jsme si nebyli jisti, jak se na časech projeví přetrvávající nemoc a absence tréninku před samotnou soutěží. Statická proběhla během jednoho dne v krytém bazénu, kde byla značně zhuštěná koncentrace závodníků, pořadatelů a novinářů. A tento hučící úl přehlušovalo oficiální hlášení pro závodníky. I v této atmosféře je ovšem nutné se oprostit od všeho, provést obvyklou přípravu a v moment startu být plně připraven a koncentrován na výkon. Přesný čas startu je znám předem, je proto třeba načasovat celou přípravu přesně, v poslední fázi je na zanoření pouze 30 sekund.

Den předtím jsme museli nahlásit naše časy, a to velice uvážlivě, protože nebezpečí penalizace hrozí i v této disciplíně. Jako obvykle první na řadu šel Honza s nahlášeným časem 4:30 a jeho výkon 5:00 minut vypovídal, že atmosféru i načasování zvládnul. Druhý z našeho týmu jsem byl já s nahlášenými 5:30 min. Konečná část přípravy před zanořením nevyšla zcela dle mých představ, a tak relaxační fáze apnoe trvala oproti plánu o něco kratší dobu. V závěru jsem nechtěl riskovat jakoukoliv „nečistotu“ a ukončil na 5:48. Náš šampion Martin nahlásil standardních 7 minut a jakožto čerstvý světový rekordman v této disciplíně na sebe poutal největší zájem médií. Ve středu pozornosti provedl svou přípravu, poslední nádech a zanoření v limitu. Již během páté minuty bylo ovšem vidět, že apnoe nepro-



Daniel Exner a Umberto Pelizzari

bíhá jako obvykle a Martin nezvykle brzy musí „bojovat“. Svůj ponor ukončil s časem 6:07 a opět přišla na řadu penalizace. Ale to se může stát i největšímu šampionovi a těžko si lze představit, jakému tlaku musel Martin čelit. I přes veškeré potíže byla Martinova přítomnost pro náš tým naprosto zásadní pro jeho zkušenosti, znalosti a především dodání sebe-důvěry při tak důležité soutěži.

V tuto chvíli byly známy všechny časy a tím i konečné výsledky. Najednou začali všichni Italové strašně vyvádět, naskákali do bazénu, přičemž s sebou strhli každého, kdo se připlel do cesty a zpívali jejich „Ó sóle mio“. Nám do slavení dvakrát nebylo, měli jsme všeho dost a byli jsme rádi, že konečně můžeme vydechnout. Večer přilít Martin za námi na pokoj a vzrušeně povídá: „Kluci, víte kolikátí jsme?... Sedmí!!!!“ Docela nám to vzalo dech a ani nechci domýšlet, jak to mohlo vypadat bez penalizací.

Ale život jde dál, jsme o něco moudřejší a nová sezóna je před námi. Do dalších velkých závodů je skoro celý rok, takže příprava nás závodníků i organizace týmu by měla být na vyšší úrovni. Taky je na čase přiblížit tenhle krásný sport a hobby širší veřejnosti a ukázat, že každý člověk má pro potápění na nádech od přírody slušnou výbavu, jen vědět, jak ji ovládat. Proto jsme se rozhodli uspořádat kurz freedivingu, který je vhodný nejen pro nám podobné nadšence, ale může být velice užitečný i pro zkušené přístrojové potápěče. V souvislosti s tím budou brzy fungovat stránky freediving.cz (e-mail: dexner@volny.cz). Takže moc doufám, že příští rok se vše zdaří a i když se z českého freedivingu nestane druhý zlatý hokej, zaujme alespoň svoje místo.

Text a foto Daniel Exner

308  
STRAN

AUTO  
house

KATALOG

Novinky  
autosalonů  
z Ženevy,  
Frankfurtu  
a Tokia

Všechna sériová auta

2002



Cena 199 Kč



Již v prodeji!