



PŘEŽÍT UŽ NESTAČÍ

Disciplíny a rekordy ve freedivingu

Statika: Uvolnění na hladině



Freediving začíná být velmi populární. Představme si tedy jeho základní disciplíny. Disciplíny volného potápění dělíme na dvě základní kategorie: bazénové a hloubkové. Hloubkové disciplíny se donedávna dělily na sladko a slanovodní, protože potápění v jezerech je pro nízkou teplotu vody a sníženou viditelnost obtížnější, ovšem organizace pro rozvoj apne AIDA toto rozdělení zrušila.

Statická apnoe

Statická apnoe patří k bazénové kategorii, při které je cílem vydržet co nejdéle na jeden nádech. Nejobvyklejší je poloha na hladině s obličejem ve vodě. Apneista se při ní vznáší maximálně uvolněn fyzicky i psychicky. I v teplé vodě je nutné mít neopren, protože se většinou provádí série apnoí a při absenci pohybu a sníženém metabolismu dochází rychle k prochladnutí. Ovšem v tomto případě výjimka potvrzuje pravidlo, protože světový rekordman Martin Štěpánek s časem 8:06 jako jediný provádí celou přípravu na suchu a teprve měřený pokus ve vodě. V ženské kategorii se rekordem pyšní Brazílka Karoline M. Dal Toe s časem 6:13.

Dynamická apnoe

Bazénová dynamická apnoe se dále dělí na kategorie s ploutvemi a bez ploutví. U těchto disciplín je cílem uplatit na jeden nádech co nejdelší vzdálenost. Bez ploutví je snazší doplatit dále v kratším bazénu, protože jednoduchý obrat a následný odraz od pevné stěny znamenají určitou úsporu energie, zatímco s ploutvemi je manévř obratu namáhavější a působí spíše ztrátově. V obou disciplínách stále drží rekordy Rakušan Herbert Nitsch s hodnotami 134 m bez ploutví a

FOTO JAN HÁJEK