

ZIMNÍ A DÁLKOVÉ PLAVÁNÍ V ČESKÝCH ZEMÍCH A ČESKOSLOVENSKU DO ROKU 1980

WINTER AND LONG-DISTANCE SWIMMING IN THE CZECH LANDS AND CZECHOSLOVAKIA UNTIL 1980

P. Tomšová

Univerzita Karlova v Praze, FTVS, Katedra základů kinantropologie a humanitních věd

ABSTRACT

This paper deals with history of cold water swimming and long-distance swimming in the Czech Lands and Czechoslovakia from the beginnings until 1980. The beginnings of winter swimming we can date in the Czech Lands in the first third of the 20th century, and Alfred Nikodem and Oldřich Liška were the main figures of this swimming discipline. Long-distance swimming started with us at the official race Across Prague, in 1906. Our most famous long-distance swimmers were František Venclovský and Jan Novák. The Second World War, between 1939 and 1945, greatly dampened the sporting events in Czechoslovakia, and of course, it also involved winter and long-distance swimming. In 1948, the oldest 1st section of winter swimmers and long-distance swimmers took place at TJ Hostivař-Prague, today 1st swimming club of winter swimmers in Prague.

Keywords: winter swimming; winter swimmers; long-distance swimming; personalities; Czech lands

SOUHRN

Předkládaný příspěvek pojednává o historii sportovního otužování a dálkového plavání v Českých zemích a Československu od počátků do roku 1980. Počátky zimního plavání, otužování, můžeme v Českých zemích datovat do první třetiny 20. století a hlavními osobnostmi této plavecké disciplíny byl Alfred Nikodém a Oldřich Liška. Dálkové plavání u nás začalo oficiálním závodem Napříč Prahou, a to v roce 1906. Našimi nejznámějšími dálkovými plavci byl František Venclovský a Jan Novák. Druhá světová válka v letech 1939–1945 však velmi utlumila sportovní dění v Československu, a to se samozřejmě týkalo i zimního a dálkového plavání. V roce 1948 vznikl u nás nejstarší 1. oddíl otužilců a plavců vytrvalců při TJ Hostivař-Praha, dnes 1. plavecký klub otužilců (1. PKO) Praha.

Klíčová slova: zimní plavání; otužilci; dálkové plavání; osobnosti; České země

Úvod

Otužování je staré jako lidstvo samo.

Z dávné historie se ví, že už Sokrates chodil celý rok bos a i Seneca mladší, vychovatel císaře Nerona, se prý po celý rok koupal v řece Tibeře. Známa je i léčebná metoda faráře Kneippa, která spočívala v otužování ve studené vodě při pobytu v přírodě. Lidé zkoušeli i tzv. knajpování, tedy brouzdání ve studené vodě nebo v ranní rose. Průkopníkem otužování a zakladatelem moderní vodoléčby na počátku 19. století u nás, byl lidový léčitel působící na Moravě, Vincenz Priessnitz, který založil léčebný ústav v lázních Jeseník.¹

Druhá polovina 19. a začátek 20. století je pak považován za počátky sportovního otužování a dálkového plavání v Českých zemích a Československu.

Dálkové plavání vs. zimní plavání (sportovní otužování)

Dálkové plavání je něco jako maraton v atletice. 5, 10 či 20kilometrové tratě jsou určitým výkonostním extrémem. Dálkové plavání potřebuje svůj čas a prostor. Lidé, ze kterých se stali dálkoví

¹Zeman, V. (2006). *Adaptace na chlad u člověka: možnosti a hranice*. Praha: Galén s. 35.

plavci, lze rozdělit do tří skupin. Na bývalé plavce z bazénu, kteří po skončení závodní kariéry hledají své plavecké uplatnění ve vodách volné přírody, na zdravotní plavce, kteří plavání, tedy dálkové plavání, které je často spojené s otužováním, mají spojené s posilováním zdraví a na extrémní „plavce“, kteří mají touhu vyniknout v extrémních akcích.

Jak je známo, tak o rozvoj a propagaci dálkového plavání se postarali zejména František Venclovský a Jan Novák tím, že přeplavali kanál La Manche. Dálkové plavání je náročné nejen pro svoji délku, ale také podmínky, které jsou ve volné přírodě velmi nestálé. Mění se teplota a čistota vody, vítr i ráz celé krajiny.²

Současná pravidla plavání v otevřených vodách specifikují pojmy jako plavání v otevřených vodách (open water swimming), což je jakákoliv soutěž konaná v přírodním vodním prostředí (řeka, jezero, oceán), dálkové plavání (long-distance swimming) je potom jakákoliv plavecká soutěž v otevřené vodě na vzdálenost max. 10 kilometrů a vytrvalostní plavání (marathon swimming) je jakákoliv plavecká soutěž v otevřené vodě na vzdálenost delší než 10 kilometrů.³

Zimním plaváním nebo také sportovním otužováním chápeme plavání ve studené vodě pod 10 °C, jehož cílem je zlepšování tělesné zdatnosti, upevňování zdraví a pevné vůle. Sportovní otužování je registrované mezinárodní plaveckou federací FINA. Rekreačním otužováním pak rozumíme sprchování se studenou vodou, saunování a sportování ve volné přírodě po celý rok, i v zimě.

V zimním plavání rozlišujeme teplotu vody, a to ledovou o teplotě 4 °C a nižší, studenou 4,1–8 °C a chladnou 8,1–12 °C. Soutěže se konají od 1. 10. do 30. 4. nejčastěji na tratích 100, 250, 500, 750 a 1000 m. Je stanoven max. časový limit na uplávání trati, a to je 22 minut. Plavec nesmí mít na sobě nic, co by ho nějakým způsobem zahřívalo (např. neopren). Povoleny jsou pouze plavecké boty a čepice.⁴

Lidé mají velmi často spojené dálkové plavání s otužováním, což je i není správně. Při Českém svazu plaveckých sportů existuje sekce dálkového a zimního plavání, což poukazuje na úzký vztah těchto dvou plaveckých oblastí, a ještě navíc u vzniku plaveckých maratonů byli většinou plavci otužilci. Byl to např. Oldřich Liška, zanícený propagátor otužování. Je pravda, že dlouhou dobu tvořili otužilci větší část startujících na dálkových plavbách, ale dálkoví plavci a sportovní otužilci nejsou jedno a to samé, i když se jejich tréninky vzájemně doplňují. Dálkové plavání je doplňkem otužileckého programu a otužování je součástí tréninků dálkových plavců. Ještě do nedávné minulosti odpovídal ideál dálkového plavce otužileckému standardu.

Počátky sportovního otužování v Českých zemích a Československu

Během 19. a 20. století začali někteří jedinci propagovat zimní otužování plaváním ve studené vodě.

Mezi první, kteří se začali soukromě otužovat ve volné zimní přírodě na konci 19. století, patřil profesor Karel Chodounský. Prý pracoval v nemocničním areálu na Albertově, kde ležal na posteli u otevřeného okna málo oblečený, a lidé si mysleli, že je to nějaký nebožtík. A on se tam jenom otužoval.⁵

Hlavním průkopníkem sportovního otužování u nás, se ale stal Alfred Nikodém.

Alfred Nikodém (1864–1949) původně pracoval jako zlatník v Praze. Byl výborným a všestranným sportovcem. Působil také u rakouského dělostřelectva jako kadet, později jako major artilerie, kde se naučil jezdit na koni a hlavně plavat. A to mu vydrželo až do smrti.⁶ Po vzniku republiky, v roce 1918, se Alfred Nikodém několikrát pokoušel uspořádat veřejné přeplavání Vltavy v Praze o Vánocích. V roce 1923 založil organizované sportovní otužování v plaveckém klubu APK – Praha pod názvem „Zimní záchranná sekce tonoucích“. Počátky propagace otužování nebyly snadné a trvaly mnoho let. I přes to měl Nikodém své následovníky i v jiných městech. V Plzni takto plavali v zimě v řece Radbuze bratři Stejskalové a s nimi i další skupina takto zaměřených nadšenců. Alfred Nikodém se opravdu snažil. Několikrát přeplaval Vltavu ve vojenském stejnokroji s výzbrojí na zádech a někdy se nechal dokonce zavázat do pytle, aby získal nové členy. V roce 1928 měl jeho otužilecký klub 63 členů, mužů i žen různého věku a společně všichni plavali o Vánocích ve Vltavě. Nebyla důležitá rychlost, ale

²Československý sport, roč. 1984, č. 11, s. 7.

³Mladá fronta, roč. 1986, č. 10, s. 8.

⁴Zeman, V. (2006). *Adaptace na chlad u člověka: možnosti a hranice*. Praha: Galén s. 54.

⁵Židek, V. (1997). *Sám ve víru zdymadel*. Beroun: Baroko a Fox, s. 58.

⁶Liška, O., & Novák, J. (1964). Nesmrtelný odkaz Alfreda Nikodéma. *Květy*, č. 14.

otužilost a vytrvalost. A tyto zásady se ctí až dodnes. Během 2. sv. války se sportovní dění zastavilo, ale otužování konec nebyl, i když byl vydán zákaz vstupu do řek. Alfred Nikodém plaval sám. Po roce 1945 obnovil Nikodém v plaveckém klubu APK Praha Vánoční plavání „otužilci napříč Vltavou“. Následující rok předal vedení pražských otužilců Oldřichu Liškovi, který založil samostatný klub otužilců TOK-Praha (Tělovýchovný otužilecký klub), aby se mohli otužilci dále rozvíjet v otužování a zúčastňovat se plaveckých maratonů. Do roku 1949 se Alfred Nikodém těšil z úspěchů otužilců, než ve věku 85 let zemřel.⁷

Obrázek 1./ Figure 1.

Alfred Nikodém./ Alfred Nikodém.



Jak již bylo zmíněno výše, Alfred Nikodém měl svého otužileckého následovníka, kterým byl Oldřich Liška.

Oldřich Liška (1910–1981) začal s otužováním v 18 letech právě u Alfreda Nikodéma. V lednu 1945 věnovali ilegálně dělníci ze Zbrojovky v Praze Holešovicích plaketu Oldřichu Liškovi za plavbu Napříč Prahou, protože za války byl přísný zákaz koupání ve Vltavě pod trestem smrti (viz obr. 2). Po 2. sv. válce se stal hlavním představitelem otužování u nás, kdy převzal pomyslnou štafetu od Alfreda Nikodéma a založil samostatný klub otužilců TOK – Praha. V roce 1948 změnil název klubu na I. oddíl otužilců a plavců vytrvalců Tělovýchovné jednoty Praha-Hostivař. Ten funguje dodnes pod názvem I. plavecký klub otužilců Praha.⁸ V červnu 1949 si Oldřich Liška vyzkoušel plavání v podzemní říčce Punkvě v Moravském krasu. 2. 10. 1949 se konalo oficiální zahájení zimní sezóny otužilců právě v Punkvě. Od tohoto roku se plave každý rok první neděli v říjnu na Punkvě otužilecká akce za svitu reflektorů. Oldřich Liška objížděl celou republiku a snažil se co nejvíce propagovat otužování. Metodiku otužování posouval dál pokusy na vlastním těle. Pořádal kurzy sportovního otužování v Tatrách a založil tradici plaveckých maratonů na Lipně. Je i zakladatelem memoriálu T. K. Divíška, otužilecké plavby na Punkvě. Celý svůj život zasvětil studené vodě.⁹

Po 2. sv. válce se u nás sportovní otužování ještě více rozšířilo. Do roku 1958 sice existoval v Československu pouze jediný otužilecký klub, a to I. oddíl otužilců a plavců vytrvalců Tělovýchovné jednoty Praha-Hostivař, ale po tomto roce se začaly, díky mnohaleté intenzivní propagaci, zakládat další oddíly otužilců a v roce 1968 se stalo sportovní otužování součástí svazu plaveckých sportů bývalého ČSTV.

⁷První oddíl otužilců a plavců vytrvalců TJ Praha-Hostivař. (1973). *50 let ve sněhu a ledu: (1923-1973)*. Praha, s. 46.

⁸Tamtéž.

⁹Novák, J. (1980). *Oldřich Liška 70 let*. Praha, s. 59

Obrázek 2./ Figure 2.

Oldřich Liška – pamětní deska./ Oldřich Liška – A memorial plate.



Počátky dálkového plavání v Českých zemích a Československu

O organizovaném plaveckém výcviku u nás, můžeme hovořit až v první polovině 19. století, a to zejména na vhodných místech v přírodě, než byly vybudovány první říční plovárny.¹⁰ Mezi tu první plovárnu patřila od roku 1808 Vojenská plovárna u malostranského břehu Vltavy, nejstarší plovárna v celém Rakousku. Sloužila především k výuce plavání vojáků. V roce 1824 ji strhla povodeň, ale hned vedle byla postavena v roce 1840 nová, Občanská plovárna.¹¹

První plavecké závody se u nás konaly roku 1845, u příležitosti příjezdu prvního parního vlaku z Olomouce do Prahy. Závody měly spíše exhibiční charakter a pořádaly se v rámci lidových slavností.¹²

Nejstarší tělovýchovná jednota u nás, TJ Hostivař byla založena 1. 11. 1869 a 11. června 1871 byl založen vzájemně se podporující spolek plavců, rybářů a pobřežních Vltavan v Praze.¹³

V roce 1890, 31. 8., byl založen atletický klub AC Praha, a první zmínka o plaveckém sportu u nás je z roku 1893, kdy Arnošt Bürgermeister začal zavádět závodní plavání ve svém klubu AC Praha.¹⁴ Tento náš nejstarší sportovní klub také uspořádal 5. 8. 1895 plavecké závody mezi Slovanským a Střeleckým ostrovem v Praze a v tehdejší měsíčníku Plavectví byl tento závod popsán následovně:

„...Závodní dráha byla jen pomyslná, protože bylo startováno z vody, kde se plavci museli seřadit, a záviselo velmi mnoho na šikovnosti startéra, zda a za jak dlouho se mu podařilo závodníkovi srovnat tak, aby všichni měli poměrně stejnou délku tratě: jeho úkol byl o to těžší, že všichni se tlačili na to místo, kde byl proud největší. Právě tak pořadí v cíli záviselo hlavně na soudcích, protože i cílová čára byla jen pomyslná. Na závodníky bylo pohlíženo jako na výstředníky, trénink byl neznámý pojem, závodní řady neexistovaly a obecnost – pokud vůbec přišlo – se bavilo jako na pouti. Cílem závodníků bylo pak jen získání cen, z nichž nejoblíbenější byly medaile, které byly hlavně používány k tomu, aby se zavěšovaly na trikot na důkaz sportovní zdatnosti jejich nositelů...”¹⁵

¹⁰Hoch, M. et al. (1983). *Plavání, teorie a didaktika*. Praha: SPN, s. 63.

¹¹Štumbauer, J., Tlustý, T., & Malátová, R. (2015). *Vybrané kapitoly z historie tělesné výchovy, sportu a turistiky v českých zemích do roku 1918*. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, s. 117.

¹²Štumbauer, J. (2016). *Vybrané kapitoly z historie tělesné výchovy, sportu a turistiky v meziválečném Československu*. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, s. 143.

¹³Blatný, R. (1998). *La Manche – velké vítězství!*. Praha: Aquarius, s. 47.

¹⁴Plavectví, roč. 1957, č. 5, s. 7.

¹⁵Tamtéž, s. 8.

Po celých 15 let byl AC Praha jediným klubem, který vypisoval a pořádal plavecké závody.¹⁶

První mezinárodní mistrovství zemí koruny české bylo uspořádáno roku 1896 a první místo získal Eugen Wolf z Wiener Amateur Schwimmclubu. Hlavní disciplínou závodu bylo 2 000 metrů volným způsobem a později byl přidán závod na 500 metrů volným způsobem o Stříbrný věnec města Prahy. Téhož roku se 30. 8. konaly I. velké závody v plavání ve Všenorech na Berounce. V letech 1897–1922 se uskutečnilo celkem 16 ročníků Mezinárodních plaveckých závodů, z nichž většina byla pořádána u dnešní Císařské louky a na Žofině.¹⁷

Jeden z nejvýznamnějších závodů založených před první světovou válkou, v roce 1906, bratry Petříky, byl závod Napříč Prahou (někdy také Napříč Vltavou), a to podle závodu Napříč Paříží.¹⁸ Závodníci během závodu proplavávali dvě propusti, což bylo dost nebezpečné. Účastníky závodu byla celá řada domácích plavců, z nichž nejpopulárnější byli Alfred Nikodém, Jaroslav Kopecký, později Doucha, Hulík, Vodník, Žagar.¹⁹

Závod Napříč Prahou konaný v roce 1919 byl popsán i v tisku. Vítězem se stal A. Hora z AC Sparta v čase 51 minut 18 vteřin a 4 desetiny.

„... Včerejší závod plavecký nebyl konán za zvláště příznivých okolností. Vydatný déšť před závodem a i v průběhu závodu samého, schladil zájem těch, kdož mu chtěli přihlížeti jako diváci, takže letos zajímavá tato podívaná netěšila se podobně veliké pozornosti, jako léta minulá. Závod má vedle významu sportovního ještě propagační a doporučovalo by se proto napříště pořádati ho v jinou vhodnější, snad odpolední hodinu. Také arrangement letošního závodu silně vážlo. Officielní funkcionáři nebyli v čas na místě a závod počal o 30 minut později, než stanoveno. Účast startujících byla pěkná, celkem 21 startujících (mezi tím 2 ženy: Divišková z Brna a Hrbková z Prahy). V závodě ihned od startu získal náskoku Hora (AC. Sparta), sledován Parýzkem z téhož klubu, Stiborem a Češkou ze SK Slavia, dále Hora V. (AC. Sparta), Širc, Hrášek, 13letý plavec Rohlík a Kůrka tvořili další skupinu. Pořad celého závodu zůstal téměř po celou závodní trať nezměněn. Náskok, kterého ten který plavec dobyl, udržel až k cíli. Hora A. je ve výborné kondici, plave silným tempem a je první na jezu za Palackého mostem, přebíhá ho hladce a získává zde lehce dalších 30m náskoku. Ostatní závodníci, jak následují, Parýzek, Stibor, Češka, Hora V., Širc, Hrášek, ti všichni jdou pomalu přes prvou překážku a ztrácí tím proti prvnímu v závodě. Totéž opakuje se na druhém jezu před Karlovým mostem. Čtyři první plavou pěkný závod, udržují stále rozdíl, který je dělí a stihnou cíle v tomto pořádku. Závodníci připluli vesměs v dobré kondici, oceniti dlužno výkon třináctiletého hochy Hráška, který připlul jako šestý a slečný Diviškovy z Brna, která nechala za sebou čtyři plavce...”.²⁰

Pražských závodů se pravidelně účastnili i plavci z Vídně, Rodler, a z Maďarska, olympijský vítěz Alfréd Hajos. Dále pak Balatoni, Kengyal, Zoltán, Munk. Velmi populární plavec byl Slovinec Žagar, z našich byli nejlepší plavci Doucha, bratři Rybové, Štambach, Prüll, Riedl.²¹

Dalším velmi populárním závodem byl Bürgermeisterův memoriál, který se konal na vorových plovárnách a na Císařské louce. V tomto období byli nejlepšími plavci bratři Bürgermeisterové, Prüll, Riedl, Čeleda, Machulková, Vltavská a další.²²

V letech 1920–1938 byly u nás velmi oblíbené plavecké maratóny. Historickou tratí se stal úsek Vltavy ze Štěchovic do Prahy, který měřil 25 km a Lipno na Šumavě, kde se plavaly tratě dlouhé až 30 km. Násilná okupace, v letech 1939–1945, však velmi utlumila sportovní dění v celém Československu.²³

Mezi naše nejznámější dálkové plavce 70. let 20. století patřil František Venclovský a Jan Novák, oba dva přeplavali kanál La Manche.

František Venclovský (1932–1996) se narodil do velmi početné rodiny s osmi sourozenci v dubnu 1932 v Lipníku nad Bečvou. Od mala dělal zápas a patřil mezi nejlepší těžké atlety v Československu.

¹⁶Tamtéž.

¹⁷Hoch, M. et al. (1983). *Plavání, teorie a didaktika*. Praha: SPN, s. 52.

¹⁸Tamtéž, s. 54.

¹⁹Sportovní listy.cz, roč. 2015, s. 4

²⁰Národní listy, roč. 1919, č. 189, s. 3.

²¹Plavectví, roč. 1957, č. 5, s. 8.

²²Hoch, M. et al. (1983). *Plavání, teorie a didaktika*. Praha: SPN, s. 64.

²³Blatný, R. (1996). *La Manche – kanál slávy a prokletí*. Praha: Aquarius, s. 63.

Ovšem v roce 1957 si při gymnastickém cvičení poranil krční páteř a s atletikou musel skončit. Dokonce se musel znovu učit chodit. A tehdy objevil i plavání ve studené vodě, které mu navrátilo zdraví. Založil si vlastní klub zimního a dálkového plavání v Přerově a rozhodl se, že přeplave kanál La Manche. V roce 1964 si zažádal československé úřady o povolení, aby mohl kanál La Manche přeplavat, ale svolení nedostal, tak čekal. K prvnímu pokusu se dostal v roce 1970, ale kvůli špatnému počasí a celkové vyčerpanosti to nezvládl. V roce 1971 to zkusil podruhé a tentokrát vítězně. Po doplávání pronesl větu, kterou zná celý český otužilecký svět, a to: „*Já su tak šťastné...!*“ Celou vzdálenost 56,5 km uplavat za 15 hodin a 26 minut. Stal se tak prvním československým plavcem, který kanál La Manche pokořil. V roce 1975 kanál přeplaval podruhé v čase 13 hodin a 42 minut a získal za to titul „Zasloužilý mistr sportu“. V roce 1981 přeplaval za hodinu v Maďarsku řeku Dunaj, která měla teplotu 3 °C. V roce 1989 plaval na Sibíři v řece Angara, při teplotě 7°C, štafetový závod s Janem Novákem 45 km za 11 hodin a 45 minut. A v roce 1990 přeplaval spolu s Janem Novákem jako první na světě jezero Bajkal. Zemřel náhle na embolii v roce 1996.²⁴

Obrázek 3./ Figure 3.

František Venclovský./ František Venclovský.



Jan Novák (*1942) byl od dětství často nemocný a tak ho dal jeho otec na sport a otužování. Jako vojáka ho převeleli do Prahy a tam už zůstal. Několik let pracoval v armádním sportu a snažil se propagovat dálkové plavání a otužování. Byl plaveckým trenérem a učitelem plavání. Jeho inspirací byl František Venclovský. V roce 1974 jako první člověk na světě přeplaval kanál La Manche z opačné strany (z Anglie do Francie). Tato trasa je považována za tu obtížnější. Spolu s Františkem Venclovským plaval v roce 1989 na Sibíři v řece Angaře 45 km a o rok později spolu přeplavali jezero Bajkal, jako první lidé na Zemi. Plavbu u Niagarských vodopádů s Františkem Venclovským již nestihli, kvůli náhlé smrti Františka.²⁵

²⁴Obůrka, L. (2004). Osobnosti českého sportu: František Venclovský. Infocentrum českých sportovců. Přístup z <http://www.sportovci.cz/novinky/0/osobnosti-ceskeho-sportu-55-frantisek-venclovsky/>.

²⁵Jančura, V. (2010). Som Slovak, tvrdí zabudnutý premožiteľ Lamanšského prielivu. Přístup z <http://spravy.pravda.sk/domace/clanok/167221-som-slovak-tvrdi-zabudnuty-premozitel-lamansskeho-prielivu/>.

Dnes, s odstupem času je jisté, že Alfred Nikodém a Oldřich Liška byli nestory našeho sportovního otužování, František Venclovský a Jan Novák zase dálkového plavání, a všichni čtyři jsou zakladateli pomyslné československé školy těchto disciplín.²⁶

Významné osobnosti sportovního otužování a dálkového plavání v Českých zemích a Československu

Jak zimní, tak dálkové plavání mělo v námi sledovaném období i své další významné osobnosti, které stojí za zmínku. Buď se v tomto období narodily, nebo byly již aktivní právě v otužování nebo dálkovém plavání.

Průkopníkem otužování a zakladatelem moderní vodoléčby byl Vincenz Priessnitz (1799–1851), který s využíváním studené vody k léčbě začal sám na sobě, když si pomocí vodoléčby a opěradla židle vyléčil zlomená žebra. Po této zkušenosti začal léčit i své blízké. Jednalo se zejména o různé pohmožděnin, vymknutí, podvrknutí apod. Jeho léčba byla úspěšná a Priessnitz měl stále více pacientů. Priessnitz byl ve své léčbě tak úspěšný, že byl pozván i k císařskému dvoru do Vídně, kde léčil člena císařské rodiny. A i členové dalších královských rodin z jiných zemí se u něho ve Frývaldově (dnešní Jeseník) léčili. V roce 1838 byl počet ošetřovaných již tak vysoký, že musel být postaven nový tzv. Velký dřevěný lázeňský dům.²⁷

Antonín Vincenc Šlechta (1810–1886) po ukončení gymnázia začal studovat lékařství. To ukončil v roce 1836 a stal se domácím lékařem v rodině hraběte Desfoursa, který vlastnil panství Hrubý Rohozec. Později se stal lékařem města Turnov a zde se začal zabývat myšlenkou na založení lázeňského ústavu v okolí Turnova, kde by využíval k léčbě studenou vodu, které bylo v okolí dostatek. Nakonec si Šlechta vybral polesí pod Hrubou Skálou, kde byl velký počet lesních pramenů s velmi studenou vodou, jejichž teplota byla okolo 8,5 °C. Lázně byly oficiálně otevřeny 15. 5. 1842 a v 50. letech se celá oblast přejmenovala na Sedmihorky, podle tamního hlavního pramenu „Sedmihorka“. Od pouhých 7 pacientů za rok se návštěvnost během několika let zvýšila až na 500 osob ročně.²⁸

Helena Fediová (1906–1987) byla už od dětství stále nemocná. Když byla starší, zjistila, že studená voda prospívá jejímu chatrnému zdraví. Protože žila v Praze, oblíbila si plavání ve Vltavě. Plavala v ní po celý rok, i během tuhé zimy. Chodili se na ní dívat lidé z blízkého okolí a brzy se jí začalo říkat „Vltavěnka“, „Bába Vltava“ nebo „Vltavka“. Jakmile se dozvěděla o skupině otužilců kolem A. Nikodéma, přidala se k ní, ale řádnou členkou klubu otužilců se nikdy nestala. Na motivy Heleny Fediové napsala v roce 2004 spisovatelka Blanka Kubešová úspěšný román Vltavěnka – Příběh krásné Heleny od Svatojánských proudů.²⁹

Ladislav Nicek (1913–2011) byl středoškolský učitel, který se věnoval plavání ve studené vodě od roku 1949 až do své smrti. Inspirací mu byl samozřejmě Alfred Nikodém. Protože většinu svého života prožil v Olomouci, založil tam otužilecký klub Sigma Olomouc a podílel se i na založení dalších otužileckých klubů v Československu. Během svého života bojoval s rakovinou tlustého střeva a prý díky otužování tento boj vyhrál. Otužování ve studené vodě propagoval všude, kde se objevil. Zemřel ve svých skoro 98 letech a byl považován za nejstaršího otužilce nejen u nás, ale i na celém světě.³⁰

Milan Svoboda (*1929) se k otužování dostal v březnu 1947 na Vranovské přehradě během koupání s kamarády bez plavek mezi ledovými krami. Od té doby se na Vranovské přehradě koupal každou neděli. Během studia Vojenské akademie v Brně se seznámil s Františkem Venclovským a spolu začali chodit plavat do tamního ledového rybníka. V roce 1970 začal v Přerově, kde působil, vymýšlet a organizovat s místními otužilci různé soutěže, i když v Přerově žádný klub otužilců neexistoval. Například „Silvestrovské koupání na Bečvě u Sokolovny“ se koná dodnes a je divácky největší sportovní akcí v Přerově. Velmi intenzivně se snažil o zrušení termínu „sportovní otužování“ a jeho změnu na „zimní plavání“, ale tehdejší představitelé sportovního otužování v čele s Oldřichem Liškou byli proti.

²⁶Blatný, R. (1996). *La Manche – kanál slávy a prokletí*. Praha: Aquarius, s. 72.

²⁷Hofmeister, M. (1959). Vincenz Priessnitz (1799–1851). Přístup z <http://www.jesenik.org/turista/34884-vincenz-priessnitz-1799-1851.html>

²⁸Havrd, B. (2001). Vodoléčebné lázně Sedmihorky. Přístup z <http://www.lazne-sedmihorky.cz/index.php?id=15>.

²⁹Čáka, J. (2002). *Zmizelá Vltava*. Praha: Paseka, s. 18.

³⁰Šverdí, M., & Štos, J. (2011). Zemřela legenda českých otužilců Ladislav Nicek. Idnes. Přístup z <http://olomouc.idnes.cz/zemrela-legenda-ceskych-otuzilcu-ladislav-nicek>.

Milan Svoboda má na svědomí i název sekce „Dálkové a zimní plavání“.³¹

Štěpán Polák (1932–1994) se narodil do celkem bohaté rodiny, v prosinci 1932, ale kvůli jeho nedělnickému původu nebyl přijatý na vysokou školu a mohl se pouze vyučit. S měnovou reformou přišla jeho rodina o veškerý majetek a on musel tvrdě pracovat. Kromě konstruování létajících strojů miloval Polák otužování. Byl členem I. plaveckého klubu otužilců v Praze. V roce 1961 zavedl v oddíle otužilců sportovní potápění bez ochranných pomůcek (oděvů) po celý rok. Známé jsou jeho akce v potápění v Punkevních jeskyních nebo potápění pod ledem bez dýchacích přístrojů.³²

Václav Židek (*1945) se narodil v Praze, v roce 1945. Bavilo ho malování, sochařství a také psaní článků se sportovní tematikou. V roce 1971 začal s plaváním ve studené vodě. V pražském klubu TJ Hostivař pracoval s Oldřichem Liškou a byl také jednatelem oddílu. Protože se nemohl v roce 1971 zúčastnit vánočního plavání na Vltavě, jel s rodinou do Polska, rozhodl se pro novoroční plavání na řece Visle ve Varšavě. Samotné tréninky se neobešly bez potíží a dokonce bez pokuty, ale nakonec Židek plaval ještě s dalšími dvěma polskými plavci, Markem Oborski a Benediktem Ryszawa, a to za obrovského zájmu varšavských obyvatel. Tato plavba měla takový ohlas, že byla inspirací pro zakládání otužileckých oddílů v Polsku.³³ V roce 1974 plaval po Vltavě ze Slap do Prahy trať dlouhou 33 km, a to přes zdymadla přehrad ve Štěchovicích a ve Vraném, aniž by vyšel z vody. Následující rok si tuto plavbu zopakoval s Františkem Venclovským a prodloužili ji až do centra Prahy na tehdejší Občanskou plovárnu na 40 km. V roce 1980 emigroval s rodinou do Německa. V roce 1997 vydal knihu „Sám ve víru zdymadel“, kde popisuje své plavecké úspěchy a nezapomíná ani na své plavecké přátele.³⁴

Závěr

Z výše uvedeného článku vyplývá, že otužování a dálkové plavání není jedno a to samé, jak si většina lidí myslí. Některé předpoklady, např. to, že se praktikují v otevřených vodách, mají ale společné a obě sportovní oblasti se navzájem doplňují.

Představili jsme si osobnost a klíčové události života Alfreda Nikodéma, zakladatele sportovního otužování v Československu. Ten však v propagaci otužování nezůstal osamocen a po jeho bok se zařadilo mnoho dalších význačných osobností, jako např. nestor československých otužilců a plavců vytrvalců Oldřich Liška nebo všestranný sportovec a potápěč Tunal Karel Divíšek, spoluzakladatel plavby zahajující zimní sezónu otužilců v podzemní říčce Punkvě v Moravském krasu.

Ve 20. a 30 letech 20. století začaly být na našem území oblíbené plavecké maratony, tedy dálkové plavání. Když se řekne pojem dálkové plavání, téměř každému se hned vybaví osobnost Františka Venclovského, který, tedy až na druhý pokus, v roce 1971 úspěšně pokořil kanál La Manche v čase 15 hodin a 26 minut. V očích mnoha lidí se tak stal hrdinou, který svým sportovním výkonem pozdvihl národní sebevědomí.

Je jisté, že Alfreda Nikodéma, Oldřicha Lišku a Františka Venclovského můžeme právem pokládat za zakladatele a největší propagátory těchto dvou plaveckých disciplín u nás.

S klidným svědomím můžeme říct, že Československo a nyní i Česká republika patří mezi světové špičky dálkového plavání, potažmo sportovního otužování.

Použitá literatura

Periodika

Československý sport, roč. 1984, č. 11.

Mladá fronta, roč. 1986, č. 10.

Národní listy, roč. 1919, č. 189.

Plavectví, roč. 1957, č. 5.

Sportovní listy.cz, roč. 2015.

³¹Svobodová, K. (2010). Milan Svoboda slaví 80!! Zimní plavání. Přístup z <http://www.zimniplavani.info/Home/tabid/39/ctl/Details/mid/417/ItemID/28/Default.aspx>.

³²Novák, R. (2009). Štěpán Polák – letec, konstruktér, vynálezce. Přístup z <http://www.infojet.cz/blog/stepan-polak-letec-konstrukter-vynalezce/>.

³³Židek, V. (1997). *Sám ve víru zdymadel*. Beroun: Baroko a Fox.

³⁴Židek, V. (2014). Jak ten čas letí. *Mezinárodní český klub: Český dialog*, č. 6, s. 53.

Literatura

- Blatný, R. (1996). *La Manche – kanál slávy a prokletí*. Praha: Aquarius.
- Blatný, R. (1998). *La Manche – velké vítězství!*. Praha: Aquarius.
- Blatný, R. (2002). *Vltavou po vlastních*. Praha: Aquarius.
- Čáka, J. (2002). *Zmizelá Vltava*. Praha: Paseka.
- Hoch, M. et al. (1983). *Plavání, teorie a didaktika*. Praha: SPN.
- Liška, O., & Novák, J. (1964). Nesmrtelný odkaz Alfreda Nikodéma. *Květy*, č. 14, 7.
- Novák, J. (1980). *Oldřich Liška 70 let*. Praha.
- První oddíl otužilců a plavců vytrvalců TJ Praha-Hostivař. (1973). *50 let ve sněhu a ledu: (1923-1973)*. Praha.
- Štumbauer, J. (2016). *Vybrané kapitoly z historie tělesné výchovy, sportu a turistiky v meziválečném Československu*. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích.
- Štumbauer, J., Tlustý, T., & Malátová, R. (2015). *Vybrané kapitoly z historie tělesné výchovy, sportu a turistiky v českých zemích do roku 1918*. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích.
- Zeman, V. (2006). *Adaptace na chlad u člověka: možnosti a hranice*. Praha: Galén.
- Židek, V. (1997). *Sám ve víru zdymadel*. Beroun: Baroko a Fox.
- Židek, V. (2014). Jak ten čas letí. *Mezinárodní český klub: Český dialog*, č. 6.

Internetové zdroje

- Havrdá, B. (2001). Vodoléčebné lázně Sedmihorky. Retrieved from <http://www.lazne-sedmihorky.cz/index.php?id=15>.
- Hofmeister, M. (1959). Vincenz Priessnitz (1799–1851). Přístup z <http://www.jesenik.org/turista/34884-vincenz-priessnitz-1799-1851.html>.
- Jančura, V. (2010). Som Slovák, tvrdí zabudnutý premožiteľ Lamanšského prielivu. Přístup z <http://spravy.pravda.sk/domace/clanok/167221-som-slovak-tvrdi-zabudnuty-premozitel-lamansskeho-prielivu/>.
- Novák, R. (2009). Štěpán Polák – letec, konstruktér, vynálezce. Přístup z <http://www.infojet.cz/blog/stepan-polak-letec-konstrukter-vynalezce/>.
- Obůrka, L. (2004). Osobnosti českého sportu: František Venclovský. Infocentrum českých sportovců. Přístup z <http://www.sportovci.cz/novinky/0/osobnosti-ceskeho-sportu-55-frantisek-venclovsky/>.
- Svobodová, K. (2010). Milan Svoboda slaví 80!!.. Zimní plavání. Přístup z <http://www.zimniplavani.info/Home/tabid/39/ctl/Details/mid/417/ItemID/28/Default.aspx>.
- Šverdík, M., & Štos, J. (2011). Zemřela legenda českých otužilců Ladislav Nicek. Idnes. Přístup z <http://olomouc.idnes.cz/zemrela-legenda-ceskych-otuzilcu-ladislav-nicek>.

Mgr. et Mgr. Petra Tomšová, DiS
KZKHF FTVS UK
José Martího 269/31
162 52 Praha 6 – Veleslavín
petra.tomsa@seznam.cz