

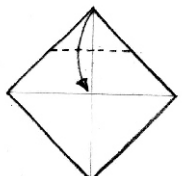
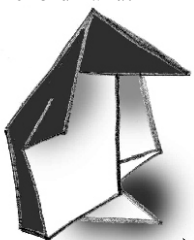


**Ještě jeden rekord padl o letošních Vánocích**  
26. prosince 2013 se 67. ročníku **Memoriálu Alfreda Nikodéma** v plavání ve Vltavě účastnilo **285** otužilců, což je o 40 více, než dosud nejvyšší počet. Nejmladšímu účastníku bylo **9** let, nejstaršímu **86**.

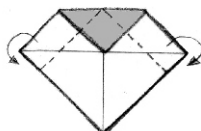


**Zahrajte si s námi**

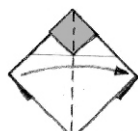
Jestli vás svrbí ruce, vezměte si papír z jedné strany černý, z druhé bílý (nemáte-li, nabarvěte jednu stranu černou tuší nebo fixem) a po způsobu origami si složte jednoho ze zvířecích rekordmanů.



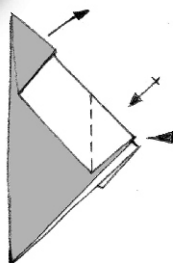
Přelož ke středu



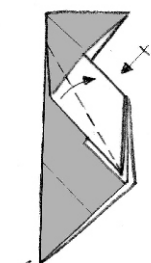
Přelož dozadu



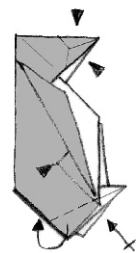
Přelož napůl



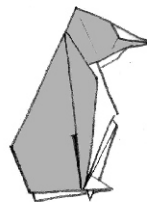
Vytažením vytvoř hlavu, dole vložením vytvoř břicho



Přeložením vytvoř křídla a vložením nohy



Vytvaruj zobák, dotvoř křídla a nožky



Dokonči tučňáka

MOD(K)RÉ STRÁNKY PRO SKAUTY A SKAUTKY 1/2014, PRO SIŤ VODNÍCH SKAUTŮ VYDÁVÁ HLAVNÍ KAPITÁN VODNÍCH SKAUTŮ

# mokrě stránky

PRO VODNÍ SKAUTY A SKAUTKY

1/2014



Ahoj

**Ahoj, kamarádi!**

**Vítejte v novém roce 2014**

**a v novém ročníku Mod(k)rých stránek.**

Ahoj



Dnes si budeme povídat o rekordech v plaveckých disciplínách.

**Vodácké doplňky:**

**Skočím do bezpečné vody z výšky, kterou mi určí kapitán.**

**Pod vodou uplavu alespoň 5 metrů (bez odrazu).**

**Vyberu si jeden plavecký styl, který mi dosud dobře nejde, a budu ho vylepšovat.**

**Naučím se další plavecký styl.**

**Uplavu bez přestávky 100 m každým ze dvou plaveckých stylů.**

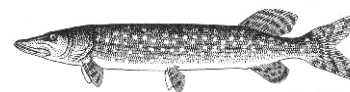
Uplavat 100 m? Dvěma různými styly? To znamená přeplavat každým stylem vždy čtyři běžné plavecké bazény nebo jedno zatopené fotbalové hřiště jedním stylem tam a druhým zpátky. Přeplavat rybník skoro čtvrt kilometru široký, to tak málo není. Ale Majdalenka by mohla plout kolečko podél břehu rybníka širokého jen 65 metrů, to je jen 12 délek pramice.

No, a kdo to umí a nebojí se zimy a tuleňů a olejových skvrn a nalípaných igelitových pytlíků, může třeba přeplavat kanál La Manche. V jeho nejužším místě se Calais do Doveru to znamená uplavat 1360 bazénů. To aby byl jeden spíše rybou, než savcem.

Jonáš vás straší. Voda sice klade plavcům a plavidlům větší odpor než vzduch běžcům a vozidlům, ale přesto jsou savci, kteří to umí lépe, než člověk na suchu. Kosatka dravá (to je ten desetitunový Willy z filmu) a její menší dvoumetráková příbuzná sviňucha vyvinou díky hladké a zvláštním způsobem pružné kůži rychlost až 56 km/h, tedy 30 uzlů. Ale největší rychlost ve vodě dokáže vyvinout ryba plachetník atlantský 60 uzlů (asi 110 km/h). Proti tomu se naše štika jenom belhá 8 km/h a výkonem 29 km/h ji prstruh duhový hravě předhoni. Dokonce i reprezentant ptačí říše tučňák oslí ve vodě kraluje až 40 km/h.

Jonáš

Majdalenka



Štika obecná



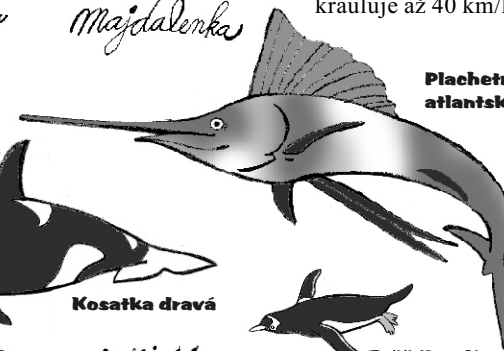
Pstruh americký duhový



Kosatka dravá

náč: Vezír

kreše: JOGGS



Plachetník atlantský

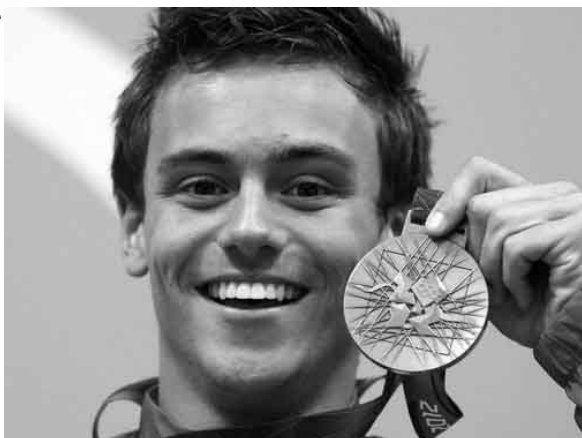


Tučňák oslí

**Skoky do vody jsou celkem čtyři disciplíny  
(z 3 m prkna, 10 m věže, synchron 3m, synchron 10 m)  
vždy v kategoriích mužů a žen.**



Britský závodník **Tom Daley** v roce 2012 získal ve svých 16 letech bronzové olympijskou medaili za skoky z 10 m věže a dalších 31 zlatých medailí včetně mistrovství Evropy i světa. Časopisem Heat byl pro rok 2013 vyhlášen prvním mezi 101 mužskými celebritami v soutěži odpovídající Miss Universum nebo Miss Word. Závodí od svých sedmi let.



**Dálkové plavání** jsou závody na otevřené vodě, obvykle na 5, 10 nebo 25 kilometrů nebo na časový limit, obvykle jednu hodinu. Často jsou překonávány výzvy, například Lamanšský průliv. **Lamanšský průliv** přeplavalo už 20 Čechů. První v r. 1971 **František Venclovský**, zatím poslední v r. 2013 **Aneta Lokajová**. **Český rekord (7:16 h)** a současně čtvrtý světový čas drží od r. 2009 **Rostislav Vítek**. Nejmladší z českých přemožitelů je **Lenka Štěrbová** z Pardubic. Pochází ze sportovní rodiny, proto plave už od svých tří let. Kanál přeplavala v r. 2010, když jí bylo 16 let. Nejsilnějším zážitkem prý tehdy bylo setkání s tuleněm při tréninku



### Uvádíme jen ty plavecké rekordy, které padly v roce 2013

Bazénových plaveckých disciplín je totiž více než osmdesát.

Plavou se délky **50, 100, 200, 400, 800 a 1500 m**, styly prsa, znak, motýlek a volný způsob (to je obvykle kral), polohový závod a štafeta. To nejen muži a ženy samostatně, ale ještě se zvlášť evidují časy dosažené v krátkém (25 m) a zvlášť v dlouhém (50 m) bazénu.

Světové rekordy plavání 2013					
Disciplína	Jméno	Čas	Stát	Místo	Datum
ženy bazén 25 m					
100 m prsa	Rūta Meilutytė	01:02,4	Litva	Moskva	12.10.13
ženy bazén 50 m					
800 m volný způsob	Katie Ledecká	08:13,9	USA	MS 2013 Barcelona	03.08.13
1500 m volný způsob	Katie Ledecká	15:36,5	USA	MS 2013 Barcelona	30.07.13
50 m prsa	Rūta Meilutytė	00:29,5	Litva	MS 2013 Barcelona	03.08.13
100 m prsa	Rūta Meilutytė	01:04,3	Litva	MS 2013 Barcelona	29.07.13
200 m prsa	Rikke Møller Pedersen	02:19,1	Dánsko	MS 2013 Barcelon	01.08.13

České rekordy plavání 2013				
Disciplína	Jméno	Čas	Místo	Datum
muži bazén 50 m				
400 m volný způsob	Jan Micka	3:48,32	Dubai, SAE	26.08.13
800 m volný způsob	Jan Micka	7:56,33	Dubai, SAE	28.08.13
1500 m volný způsob	Jan Micka	15:08,43	Dubai, SAE	30.08.13
ženy bazén 50 m				
50 m prsa	Petra Chocová	30,71	Pardubice, ČR	18.05.13
ženy bazén 25 m				
50 m znak	Simona Baumrtová	26,55	Berlín, SRN	10.08.13
100 m znak	Simona Baumrtová	57,15	Berlín, SRN	11.08.13
50 m prsa	Petra Chocová	30,00	Herting, Dán	12.12.13

České rekordy dálkové plavání 2013					
Trat'/Kat.	Jméno	Roč	Čas	Místo	Datum
5km muži	Jan Micka	95	53:38,6	Praha/50m	14.04.13
5km st. dorci	Jan Micka	95	<b>53:38,6</b>	Praha/50m	14.04.13
5km M-E	Michael Mrúzek	67	<b>04:53,7</b>	Praha/50m	14.04.13
5km ml.doky	Alena Benešová	98	<b>00:34,8</b>	Praha/50m	14.04.13
5km žačky 14	Pavína Butalová	99	<b>03:02,4</b>	Praha/50m	14.04.13
5km M-C	Šárka Landsmannová	75	<b>08:37,0</b>	Praha/50m	14.04.13
10km st.dorci	Matěj Kozubek	96	<b>59:05,2</b>	Jaroměř/50m	14.09.13
5km M-H	Vlasta Čudanová	50	<b>53:44,7</b>	Krnov/25m	01.11.13