

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

ZÁVĚREČNÁ PRÁCE LICENCE B

Předkládá: JIŘÍ TYKAL

EXTRÉMNÍ SJEZD:
JÍZDA A ZÁVODĚNÍ
NA PLASTOVÝCH KAJACÍCH

OBSAH

ÚVOD4
CÍL A ÚKOLY PRÁCE4
METODIKA5
MODERNÍ PLASTOVÁ LOĎ – CREEKBOAT6
POKROČILÉ TECHNIKY SJÍŽDĚNÍ DIVOKÝCH ŘEK7
BOOF7
STOMP8
EAR-DIP BOOF8
SJÍŽDĚNÍ VODOPÁDŮ8
OREGON TUCK9
TUCK AND CHUCK9
WASHINGTON TUCK9
ESKYMÁCKÝ OBRAT10
ZÁVODĚNÍ NA CREEKBOATECH11
NEJČASTĚJŠÍ FORMY ZÁVODŮ11
ZÁVODY V EVROPĚ A USA12
OBECNÁ PRAVIDLA13
ICF CANOE SLALOM CROSS14
SLALOM A SJEZD VS. PLASTOVÉ LODĚ15
ZÁVÉR16
PŘEHLED ZDROJŮ17

Úvod

Během své vodácké kariéry jsem okusil nejrůznější vodácké disciplíny – slalom, sjezd, rychlostní kanoistiku, kanu-polo, seakayaking a v neposlední řadě i extrémní kayaking. Moje původní specializace je sjezd na divoké vodě, avšak od roku 2012 jsem strávil nejvíce času na vodě v kokpitu plastových lodí.

Mnozí trenéři a závodníci ČSKDV se domnívají, že kajakáři jezdící na plastových lodích nedosahují úrovně závodníků ve slalomu a sjezdu ať už technickou vyspělostí či strukturovanou přípravou. Osobně se domnívám, že je to z prostého důvodu, kdy slalomáři či sjezdaři často vůbec nepřijdou se zkušenými „plastikáři“ do styku, zato s technicky nevybavenými a na závodech překážejícími vodáky jsou v kontaktu velmi často (především při sjezdu – Lipno, Kamenice).

Vodní toky se svými peřejemi a vodopády, horské potoky, jezera, ale dokonce i moře lákají atraktivitou i vysokým stupněm svého rekreačního potenciálu mnoho vyznavačů kanoistiky. Těmto podmínkám pak odpovídají i různé nové varianty vodáckého sportu. Setkáváme se tak s turistikou na vodních plochách jezer a moří, s jízdou na příbojových vlnách, s využíváním vodních válců na horských řekách nebo v umělých kanoistických kanálech k akrobatickým prvkům, či se sjížděním obtížných kataraktů a skoky z vodopádů.¹

Jízda ve vodním terénu WW5+ je technicky, fyzicky a psychicky velmi náročná. Úroveň nejlepších kajakářů se v posledních 10 letech značně posunula směrem vpřed. Tento trend nekončí a každým rokem se sport vyvíjí a hranice mezi možným a nemožným jsou stále překračovány.

Cíl a úkoly práce

Cílem této práce je poskytnout náhled do problematiky jízdy na moderních plastových lodích, tzv. creekovkách. Práce se nebude zabývat základy jízdy na kajaku, nýbrž pouze teorií specifickou pro jízdu v obtížném vodním terénu a problematikou závodění. Zcela a

¹[1] BÍLÝ, M., KRAČMAR, B., NOVOTNÝ, P. *Základy kanoistiky*. UK Praha, 1998.

úmyslně v této práci opomenou singl kánoi a debl kánoi, jelikož tyto kategorie se v závodech na plastových lodích dostávají zcela na okraj sportu a příliš se s nimi v soutěžích nepočítá.

Tento text může posloužit ať už slalomovým a sjezdovým trenérům či závodníkům, kteří se chtějí dozvědět více o tomto odvětví sportu, tak i široké vodácké veřejnosti.

V této práci se pokusím:

- Poskytnout náhled do problematiky jízdy na moderních plastových lodích
- Ve zkratce shrnout vývoj kajaků umožňujících extrémní sjezdy
- Popsat nové techniky používané při jízdě v extrémně obtížném terénu
- Popsat různé formy závodů a pravidel závodění na plastových lodích
- Zaznamenat přínos „extrémního kayakingu“ pro další kanoistické disciplíny

Metodika

Při zpracovávání této práce budu vycházet především ze svých zkušeností nasbíraných (nejen) na závodech a vodáckých výpravách po celé Evropě a z dostupných zdrojů.

Práce popisuje poměrně nové sportovní odvětví pádlování na kajakách v extrémně obtížném terénu. Jedná se o práci teoretickou s náznaky vývojové studie.

Moderní plastová loď – creekboat

Moderní nejvíce používanou lodí určenou ke sjíždění peřejí obtížnosti WW4 a WW5 je tzv. creekboat, také creekovka, čili loď vhodná pro sjíždění potoků. Creekboat je loď o objemu okolo 300l. Na délku měří v rozmezí 8-9 stop (245 – 275 cm), na šířku 65-70cm. Výška paluby je přibližně 35-40cm. Pro loď je typická vysoko zvednutá špička i zád' lodi. Loď je vyrobená z polyetylenu, má pevné kovové bezpečnostní úchyty, je vyztužená pěnovými vzpěrami a má dotahovací zádovou opěrku. Hmotnost lodi je zpravidla okolo 20-25kg.

Oblíbenými se staly lodě „creekového“ typu přibližně v polovině prvního desetiletí 21.století. Prvním předchůdcem creekboatů bylo Eskimo Topolino, design z počátku 80.let. V této době se jezdilo na přibližně 4m dlouhých lodích a Topolino se svou délkou 220cm bylo revoluční lodí. Příliš se však neuchytilo a tak 3-4 m dlouhé lodě zůstaly nejoblíbenějším typem až do konce 90.let. V této době se lodě začaly zkracovat, začal se však snižovat i jejich výtlač (např. Dagger RPM, Pyranha Acrobat 275).

Za skutečně první úspěšnou „creekovou“ loď je často považován Dagger Nomad, design z roku 2003. Tato loď má na svém účtu pravděpodobně více prvosjezdů než kterákoliv jiná. Díky zvednuté špičce (tzv. rockeru) a objemné zádi tato loď dovolila sjíždět obtížnější toky, než bylo do té doby zvykem.

V současné době se délka lodí ustálila na přibližně 255-275cm a lodě mají výrazně zvednutou špičku a zád'. Designéři nových lodí tak v současné době nejvíce experimentují s mírou „banánovitého“ prohnutí lodě, hranami na dně a snaží se vylepšit vnitřní výbavu lodí. Výrobci lodí se také snaží o rozšíření svých portfolií o rychlé creekboaty, což úzce souvisí se stoupající popularitou závodů. Tento trend odstartovala Pyranha v roce 2014 uvedením svého modelu 9R.

Pokročilé techniky sjíždění divokých řek

BOOF

Boof je metoda, která se používá k přeskočení překážky – vodního válce. Boof se používá i při sjíždění vodopádů, především těch, co nejsou příliš vysoké (do 10m). Název boof vzešel ze zvuku, který udělá loď při dopadu na vodní hladinu naplocho. Boof se začal poprvé používat v 70. letech v USA a radikálně změnil způsob sjíždění prudkých toků, kde se tak velké hrany a válce staly překážkami k překonání po vodě, nikoliv po břehu. Největší rozmach však tato technika zažila až po přelomu tisíciletí. Zvládnutá technika boofování je dnes jedním z předpokladů pro sjíždění toků obtížnosti WW4 a výše. Ve vodním slalomu je boofovací technika využívána při tzv. naskakování na/do vodního válce. Slalomové tratě však nejsou tak vertikálně členité, navíc díky vyšší rychlosti slalomových lodí je provedení tohoto prvku mnohem snazší.

Boof spočívá v udržení špičky kajaku nad hladinou a zabránění kajaku v zanoření pod vodu, což je životně důležité na stupních s velkým vývařštěm a v technických „combo“ peřejích. Téměř na každé horizontální hraně je možné najít správné místo na provedení boofovacího záběru. Cílem je dostat loď do letu. Letová fáze by měla být pokud možno co nejdelší, aby se kajakář dostal co nejdále za překážku.

Ke správnému provedení boofu je potřeba na hraně překážky provést silný záběr a ve stejný okamžik poslat kyčle směrem vpřed. Boof se začíná v mírném předklonu, při provedení záběru je možné předklon přerušit, tělo by však nemělo jít do záklonu. V letové fázi jde kajakář opět do předklonu.

Správné provedení tohoto prvku vyžaduje jak správné provedení pohybu, tak i perfektní načasování. Podle Westgartha je právě špatné načasování boofovacího záběru jednou z nejčastějších chyb: „Nejdůležitější fáze boofu – boofovací záběr – se často stává jedinou věcí, na kterou se kajakář soustředí. Zasazení záběru je často uspěchané, provedené příliš brzy. Důvodem může být, že kajakář se právě chystá vstoupit do volného pádu, což může být vzrušující zážitek, který odpoutá pozornost od prvotního úkolu.“²

²[5] WESTGARTH, Simon. BoofCulture. *Canoe&KayakMagazine UK*. 2005, 42-45.

STOMP

Tzv. „stomp“ je pohyb v poslední letové fázi boofu, kdy kajakář na poslední chvíli změnil úhel dopadu tak, že nechá špičku lodi spustit směrem dolů, aby loď nedopadla na plocho, ale pod úhlem přibližně v rozmezí 45°-75°. Pohyb spočívá v kopnutí nohou směrem dolů těsně před dopadem. Zpravidla dochází k přerušení předklonu a kajakářovy ruce jdou směrem vzhůru. V okamžiku, kdy se špička lodi dotkne vodní hladiny, se kajakář znovu předklání, aby minimalizoval deceleraci a mohl plynule pokračovat v jízdě dál.

Stomp je technika, která se používá ke zmírnění dopadu a ochraně páteře především na vodopádech, které je potřeba boofnout. Jedná se o poměrně náročný prvek, k jehož zvládnutí je potřeba mnoho hodin tréninku. Při dopadu na plocho může snadno i při relativně nízké výšce dojít k úrazu.³

EAR-DIP BOOF

Ještě náročnější technikou než stomp je tzv. eardip boof. Eardip boof je zcela nová technika, která se objevila až na přelomu roku 2014 a 2015. Jak název napovídá, kajakář se při správném provedení položí na hraně stupně do tak velkého náklonu, že si smočí alespoň jedno ucho. Při správném provedení je těžiště a téměř veškerá hmotnost kajakáře přenesena mimo loď, která se tak nadlehčí a umožní mnohem extrémnější provedení boofu s dlouhým doletem.

SJÍŽDĚNÍ VODOPÁDŮ

„Projíždění peřejí, kaskád a kataraktů vrcholí skoky z menších či větších vodopádů. Nutná je precizní prohlídka a posouzení místa skoku, zvláště možnosti odjetí z vodních útvarů pod vodopádem, dále spolehlivá záchrana a opět dokonalá dovednost eskymáckých obrátů. Pro

³[7] First injury at ICF Slalom Cross event. *Sportscene* [online]. 2016 [cit. 2016-09-02].

Dostupné z: <https://www.facebook.com/notes/sportscene/first-injury-at-icf-slalom-cross-event/10153568395421860/>

hladký výjezd je nutný záklon jezdce, mírně zvednutá příď a dostatečný výtlač lodi. Skoky je možné trénovat i v plaveckých bazénech s dopomocí.“⁴

Výběr vhodného vodopádu pro sjetí je popsán v How To Run A Big Waterfall In A Kayak,⁵ kde se uvádí jako ideální vodopád s velkým průtokem, provzdušněným dopadem a plynulým přechodem na hraně, který umožní lepší přechod lodě z horizontální do vertikální polohy.

Sjíždění vodopádů je daleko techničtější záležitostí, než by se mohlo zdát. Představa o dojetí na hranu a náhodného spadnutí dolů je zcela mylná. Kajakář je při sjíždění vodopádů vystavován velkému přetížení, na které je potřeba si zvyknout. Provedení zdánlivě jednoduchých pohybů se tak v letové fázi stává oříškem. K jeho rozlousknutí je potřeba trénink a postupné navyšování obtížnosti a výšky vodopádu.

Každá hrana vodopádu je unikátní a vyžaduje individuální přístup. Následující odstavce se pokusí shrnout způsoby sjíždění vodopádů, především těch vysokých, u kterých není možné provést dopad naplocho.

OREGON TUCK

Oregon Tuck dostal jméno podle amerického státu s vysokou koncentrací sjízdných vodopádů. Dnes už je tato technika většinou označována často jen jako tuck – sbalení se. V okamžiku, kdy už je kajakář ve zcela vertikální poloze, si připraví pádlo vedle lodi obdobně, jako je základní pozice při provedení eskymáckého obratu a předkloní se – sbalí se co nejbližší k lodi. Cílem je zmenšit nárazovou plochu a snížit součinitel odporu tak, aby se snížila decelerace. Srovnání pádla podél lodi je důležité z několika důvodů – aby kajakář nezlomil při dopadu své pádlo a aby se s ním nezranil.

⁴[1] BÍLÝ, M., KRAČMAR, B., NOVOTNÝ, P. *Základy kanoistiky*. UK Praha, 1998.

⁵[9] How To Run A Big Waterfall In A Kayak. *Hubpages* [online]. 2011 [cit. 2016-09-02]. Dostupné z: <http://hubpages.com/sports/How-To-Run-A-Big-Waterfall-In-A-Kayak>

HUCK AND CHUCK

Po srovnání lodi do vertikální polohy kajakář odhazuje pádlo a balí se směrem vpřed. Ruce natahuje buď směrem dopředu podobně jako při plavecké šipce a opírá je o palubu, nebo se chytá za boky lodě. Nejčastější je však technika chycení se za přední část límce.

Odhození pádla nese několik výhod. Součinitel odporu je ještě nižší než při oregonském tucku, ale především je tato technika šetrnější k ramenům kajakáře, protože obě ruce jsou v „bezpečné poloze“. Nevýhodou je, že si kajakář musí po dopadu najít své pádlo. Precizně zvládnuté eskymování rukama je pro tuto techniku nezbytné.

WASHINGTON TUCK

Washingtonský tuck se začal používat až v roce 2014. Kombinuje výhody dvou předešlých technik. Začátek této techniky je stejný jako u oregonského tucku, avšak po srovnání pádla do podélné polohy zadní ruka kajakáře bleskurychle přehmátne dopředu a chytne žerď pádla těsně u listu. Předloktí jde rovnoběžně s žerdí pádla. Při použití této techniky se rameno zadní ruky přesune do bezpečné polohy a snižuje se tedy riziko úrazu. Provedení tohoto pohybu není snadné a vyžaduje dobré načasování.

ESKYMÁCKÝ OBRAT

Eskymácký obrat je při sjíždění obtížných řek a soutěžích, jimiž se tato práce zabývá, mnohem důležitější, než při slalomu či sjezdu na divoké vodě, jelikož pravděpodobnost zvrhnutí závodníka je daleko vyšší. Protože o eskymáckém obratu bylo popsáno spousta literatury, doplním pouze jen, že pro pokročilého kajakáře je nezbytně nutné ovládat několik různých technik na obě dvě strany. Z důvodu ochrany před úrazy – především dislokaci ramenou – doporučuji v situacích, kdy je prostor na výběr, používat techniku šroubu a to s co nejkratším možným záběrem tak, aby ruce zůstaly co nejvíce vpředu.

Závodění na creekboatech

Nejčastější formy závodů

Extrémní sjezd a sprint

Princip Extrémního sjezdu je stejný jako u sjezdu na divoké vodě. Závodí se na čas a hlavním rozdílem oproti klasickému pojetí sjezdu je v obtížnosti sjížděného úseku řeky.

Sjezd s hromadným startem

Modifikací sjezdu může být hromadný start. Takový závod se jezdí např. v rámci King of the Alps na italské řece Passer a v posledních dvou letech se obdobný závod pořádal i v rámci Devils Extreme Race na Lipně.

Extrémní slalom

Extrémní slalom se na první pohled liší od standartního slalomu především provedením bran. Většinou se využívají tzv. touchbannery, tedy reklamní plachty, jichž je třeba se dotknout.

BoaterCross

BoaterCross je vyřazovací závod, při kterém při každé jízdě závodí 4 jezdci proti sobě. Pouze dva postupují do dalšího kola, až nakonec zbyde finálová čtyřka. Koncept závodu je převzat ze snowboardingu, kde se BoarderCross stal olympijskou disciplínou, poprvé byl uveden na zimních Olympijských hrách 2006 v italském Turíně.

Přibližně ve stejné době se v Evropě a USA začaly čím dál častěji objevovat závody v boatercrossu na všech možných výkonnostních úrovních a v různých modifikacích – jako čistý sjezd, slalom atd.

8ball

8 Ball je modifikací boatercrossu, při které se tým tzv. 8ballerů snaží zpomalit závodníky narážením do jejich lodí. 8balleři jsou rozeseti po trati, většinou ve zpětných proudech a blížícím se závodníkům se snaží průjezd co nejvíce ztížit. 8ball do Evropy nepronikl a jezdí se pouze na akcích jako TevaMountainGames a GoproGames ve Spojených státech. Tento styl závodění se příliš neuchytil, především z obav organizátorů o průběh závodu bez zranění.

Waterfall freestyle

Neobvyklým stylem závodu na creekovkách je waterfall freestyle. Jezdec musí předvést co nejstylovější sjezd vodopádu či série vodopádů. Waterfall freestyle se jezdí např. při Valsesia River Festivalu na řece Egua nebo na Rey Del Rio v Mexiku.⁶

Závody v Evropě a USA

Adidas Sickline

Zcela nejznámějším závodem je Adidas Sickline na Oetztaler Ache v Rakousku. Tento závod je mistrovstvím světa v extrémním kayakingu a každý rok se zde utkávají o titul a zlatý pás závodníci z celého světa. Po kvalifikaci na jednodušší trati postupuje přibližně nejrychlejší třetina do dalšího kola na pokročilé trati. Trať je necelých 200m dlouhá, závodník však od startu do cíle klesne o cca 20 výškových metrů.

⁶[4]SHIVELY, David. Pat Keller claims 'Rey del Rio' title. *Canoe&Kayak* [online]. 2014 [cit. 2016-10-02]. Dostupné z: <http://www.canoekayak.com/photos/pat-keller-claims-rey-del-rio-title/>

Green River Race

Nejznámějším závodem ve Spojených státech je Green River Race. Původně malý závod pro extrémní kajakáře z okolí Asheville, dnes jeden z nejprestižnějších závodů na Novém kontinentě. Závodí se na přibližně na 5 minut dlouhé trati. Pro tento závod je typický také závod tzv. longboatů, tedy dlouhých plastových lodí, které dnes v Evropě nejsou příliš populární.

EKEC- ExtremeKayakingEuropean Cup - Evropský pohár v extrémním kayakingu

V roce 2016 se poprvé uskutečnil Evropský pohár v extrémním sjezdu. Pohár se skládal ze tří závodních víkendů – OutdoorMix Festival ve Francii, King oftheAlps v Itálii a Devils ExtremeRace na Čertových proudech v České Republice. Tohoto tuzemského závodu se ve stále větší míře zúčastňují i zahraniční kajakáři.

Obecná pravidla

V současné chvíli neexistují psaná pravidla, která by fungovala na všech závodech, avšak v posledních cca 5 letech se pravidla většiny závodů ustálila na stejných hodnotách a principech.

Zpravidla se závodí na polyetylenových, sériově vyráběných lodích do maximální délky 9 stop / 275cm. Minimální hmotnost bývá většinou limitována 18 či 20kg. Lodě musí splňovat všechny bezpečnostní parametry a jejich úpravy jsou přísně omezené či zcela zakázané. Tak jako ve slalomu a sjezdu, lodě musí mít bezpečnostní úchyty a mít nafouknuté vaky.

ICFCanoe Slalom Cross

Canoe Slalom Cross je boatercrossový závod, jehož pravidla⁷ nařizují použití jakékoliv sériově vyráběné lodě s délkou 205-275cm, hmotností alespoň 20kg. Závodí se na trati o délce 45-60s. Na trati může být až 6 povodných a 2 protivodné nafukovací brány. Protivodné brány však musí být na obou stranách tratě tak, aby si závodník mohl vybrat. Na trati také nesmí chybět alespoň 25 dlouhá zóna, kde musí závodník předvést eskymácký obrat. Startovat se musí z vyvýšené platformy, která umožní start všech závodníků najednou.

Koncept Canoe Slalom Crossu letos představený ICF sice přináší element kontaktního závodění, to je však dle mého názoru bohužel vše. Na závodech světového poháru v roce 2016 bylo znát, že je závod divácky atraktivní, otázkou zůstává, jak dlouho tomu tak zůstane. Z mého pohledu jde o dobrý „srandazávod“, ale představa že se na tento závod závodníci budou systematicky připravovat mi přijde přinejmenším úsměvná. Problémem vidím ve faktu, že umělé slalomové dráhy nedosahují takové obtížnosti, aby se tyto závody mohly rovnat se soutěžemi světové úrovně. Ve výsledku tak může tento druh závodění působit pouze jako parodie a nezasvěceným divákům poskytne zkreslenou představu o whitewaterkayakingu.

Používání názvu Canoe Slalom Cross namísto BoaterCross je dle mého názoru politikou ICF, jak si nechat otevřené dveře k snadnějšímu případnému zařazení tohoto druhu závodění na Olympijské hry. Cross by se tak jel jakožto odnož slalomu a ne jako zcela nová disciplína. Domnívám se, že by to však mohlo znamenat zaražení posledního hřebíku do rakve sjezdu/sprintu na divoké vodě jakožto potenciálního kandidáta pro olympijský program.

7) [10]SpecialRulesForCanoe Slalom CrossCompetition. *ICF* [online]. 2016 [cit. 2016-09-02]. Dostupné z:

http://www.canoeicf.com/sites/default/files/2016_cslx_rules_june_2016.pdf

Slalom a sjezd vs. plastové lodě

Přes veškerý technologický a designový pokrok, daleko obsáhlejší, komplexnější a časově náročnější přípravu a technickou vyspělost špičkových závodníků, obtížnost sjížděných toků a umělých drah na závodech ve vodním slalomu a sjezdu na divoké zůstává neměnná. Závodí se na stejných tratích jako v dřívějších letech. Nově postaveným umělým drahám může směle konkurovat „stará“ Trnávka.

Naopak obtížnost sjížděných vodních terénů na creekboatech stále narůstá a tak ježdění a závodění na plastových lodích může být alternativou pro ty, které baví opravdu divoká voda. To však zcela neplatí pro ježdění ICF Canoe Slalom Crossů na umělých slalomových drahách, obtížnost terénu zde zůstává stejná a tento závod tak pouze přináší navíc element kontaktního závodění.

Závodníci, kteří přecházejí od slalomu či sjezdu k závodění na plastových lodích, bývají často velmi úspěšní. Je to dáno dobrou fyzickou kondicí a dobře zvládnutou technikou záběru vpřed, avšak k přivyknutí na jiný typ lodě a nový druh závodění je potřeba čas a trénink. To platí především pro závody na skutečně těžkých a technických tratích.

Zvyknutí si na jízdu v extrémně náročném vodním terénu může být velmi přínosné i pro závodění ve slalomu a sjezdu. Z tratí, které závodník dříve považoval za těžké a nebezpečné se tak stanou tratě lehké, téměř až odpočinkové. To dodá závodníkovi klid a může se lépe soustředit na svůj výkon.

Na druhou stranu jízda v obtížném terénu může být nebezpečná a riziko úrazu, jako je např. dislokace ramene, je mnohem vyšší, než při jízdě např. na umělé slalomové dráze. Je proto potřeba vodní terén volit rozvážně dle zkušeností a schopností sportovce.

Závěr

Největším problémem při zpracování této práce byl nedostatek odborné literatury. Vycházel jsem především z vlastních zkušeností a online zdrojů.

Tato práce shrnuje

- problematiku jízdy na moderních plastových lodích
- nové techniky používané při jízdě v extrémně obtížném terénu
- různé formy závodů a pravidel závodění na plastových lodích
- možný přínos „extrémního kayakingu“ pro další kanoistické disciplíny

V předložené práci jsem poskytl náhled do světa ježdění na extrémních divokých vodách. Na základě této práce je možné pokračovat v detailnějším popisu technik a vytvořit tak ucelenou příručku. Další možností je zaměřením se na oblast závodění.

Přehled zdrojů

- 1) BÍLÝ, M., KRAČMAR, B., NOVOTNÝ, P. *Základy kanoistiky*. UK Praha, 1998.
- 2) GRAU, Olli. *Besser Wildwasserfahren*, 2004
- 3) JACKSON, Eric. *Whitewater Paddling: Strokes and Concepts*, 1999
- 4) SHIVELY, David. Pat Keller claims 'Reydel Rio' title. *Canoe&Kayak* [online]. 2014 [cit. 2016-10-02]. Dostupné z: <http://www.canoekayak.com/photos/pat-keller-claims-rey-del-rio-title/>
- 5) WESTGARTH, Simon. Boof Culture. *Canoe&KayakMagazine UK*. 2005, 42-45.
- 6) Canoe Slalom Cross Presented At ICF Board Meeting In March. *Sportscene* [online]. 2016 [cit. 2016-09-02]. Dostupné z: <http://www.sportscene.tv/whitewater/canoe-slalom/news/canoe-slalom-cross-boater-cross-presented-at-icf-board-meeting-in-march>
- 7) First injury at ICF Slalom Cross event. *Sportscene* [online]. 2016 [cit. 2016-09-02]. Dostupné z: <https://www.facebook.com/notes/sportscene/first-injury-at-icf-slalom-cross-event/10153568395421860/>
- 8) How A BoaterX Works. *Sportscene* [online]. 2016 [cit. 2016-09-02]. Dostupné z: <http://www.sportscene.tv/whitewater/extreme/news/how-a-boaterx-works>
- 9) How To Run A Big Waterfall In A Kayak. *Hubpages* [online]. 2011 [cit. 2016-09-02]. Dostupné z: <http://hubpages.com/sports/How-To-Run-A-Big-Waterfall-In-A-Kayak>
- 10) Special Rules For Canoe Slalom Cross Competition. *ICF* [online]. 2016 [cit. 2016-09-02]. Dostupné z: http://www.canoaicf.com/sites/default/files/2016_cslx_rules_june_2016.pdf