

Navigace na kanále
La Manche
(The English Channel)

Aleš Rucký
geoobchod s.r.o.

Dějepis

- **6 500 BC** – oddělení Britských ostrovů od pevninské Evropy
- **1875** - prvním plavcem přes kanál La Manche byl Angličan Matthew Webb za 21:45
- **1926** – první žena Gertrude Ederleová
- **1971** – první Čech František Venclovský
- **1971** – narození Aleše a Radka
- **1988** – první Češka Ludmila Jelínková
- **1.8.2015** – dvacátý Čech – Aleš Rucký (1300 na světě)

Zeměpis

- **1215 km** – Pardubice – Calais

- **34km** – Calais – Dover

(La Manche – The English Channel)



Angličtina



- **Swim / no swim – plavat / neplavat**
- **Tide (tajd/toid) – příliv / proud**
- **Captain Reg – kapitán Ridž**
- **Faster / Quicker – rychleji**
- **Flat – rovný/plochý**
- **Wind – vítr**
- **Rain – déšť**
- **Storm – bouřka**
- **Team – recycled scrap from The English Channel**
Tým – recyklovaný odpad z La Manche

Informatika

- www.windguru.cz
- www.channelswimmingassociation.com/
- www.cspf.co.uk
- www.marinetraffic.com
- www.varne-ridge.co.uk

Tělocvik

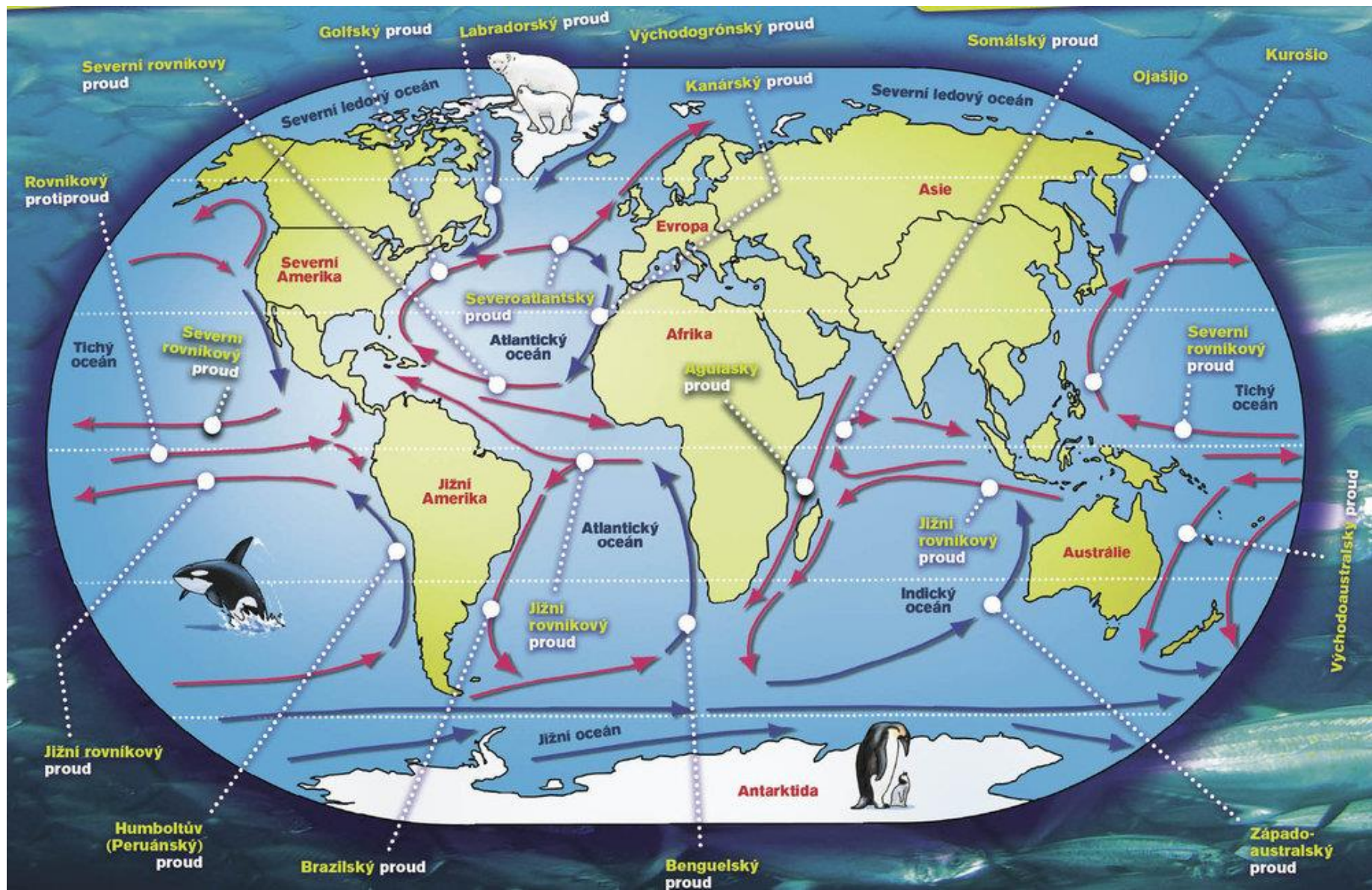
- **V přípravě naplaváno něco přes 1 000km**
- **V přípravě naběháno – kolem 500km**
- **Plavecký trénink 5x týdně - říjen 3km každý trénink, listopad 4km, ..., květen 10km, červen a červenec - závody + tréninky venku**
- **Běhání – 2x týdně + fotbal**
- **Otužování – každé ráno studená sprcha + plavání ve Vltavě**
- **květnové soustředění – Hvar Chorvatsko**

Mystérie

- **Hoteliáda**
- **Motlitba u Kříže na Hvaru**
- **Prosba v Delphy**
- **Noc na Spartě**
- **Návštěva Olympie**
- **Talisman Poseidon**



Fyzika



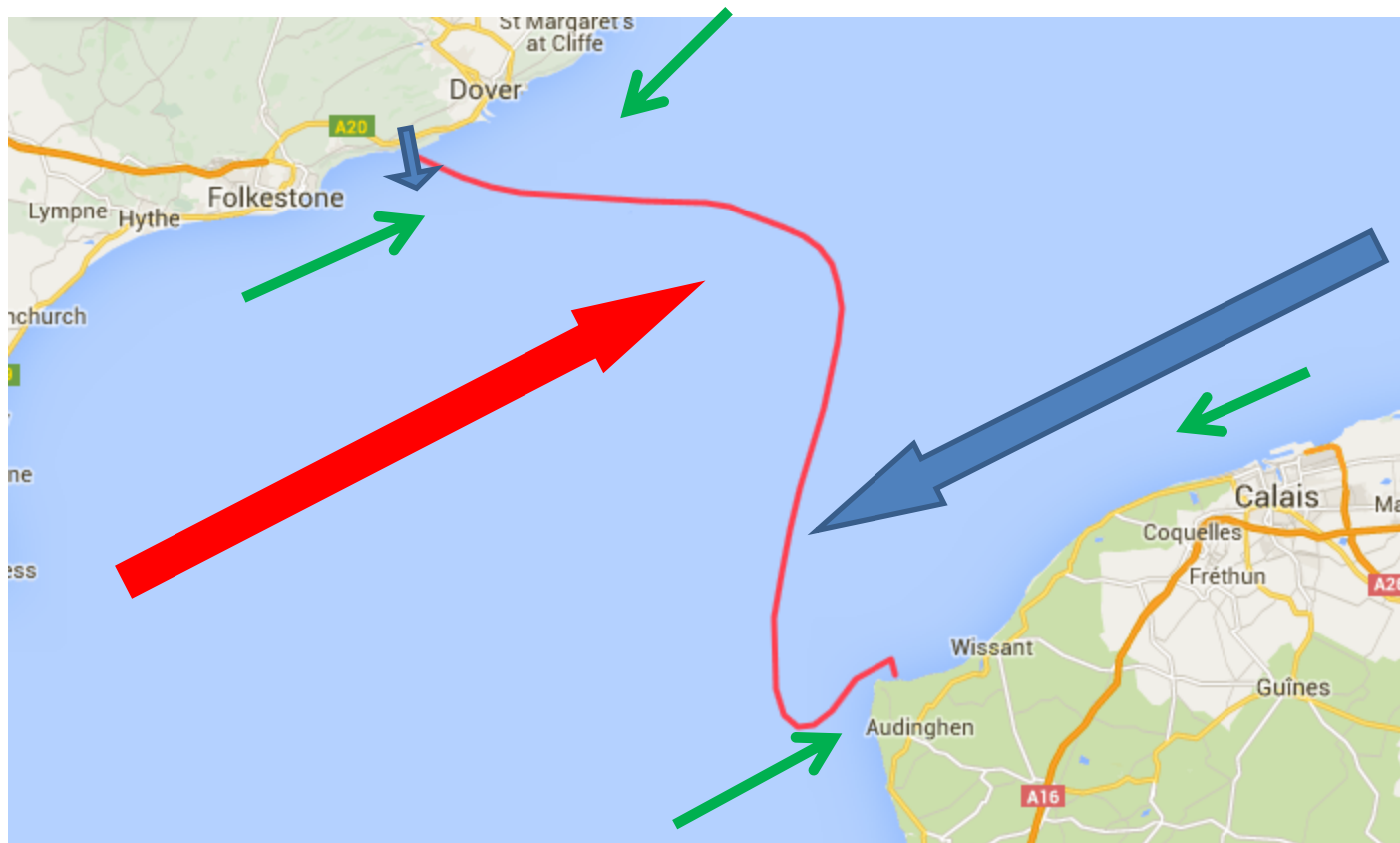
Fyzika



Fyzika



Fyzika



Team – Recycled scrap from English Channel



Dover



Varne Ridge - kemp



Dover (marina) – Viking princess



Folkestone – pláž pod naším kempem



Cesta do Doveru



Anglické léto

[..\..\Pictures\la](#)



Lavičky na útesu za zemřelé plavce



Muzeum Bitvy o Británii



Vyváříme si každý den 2x teplé jídlo



Pomník Matthew Webb 1875



Zase déšť – sedíme doma



Folkestone

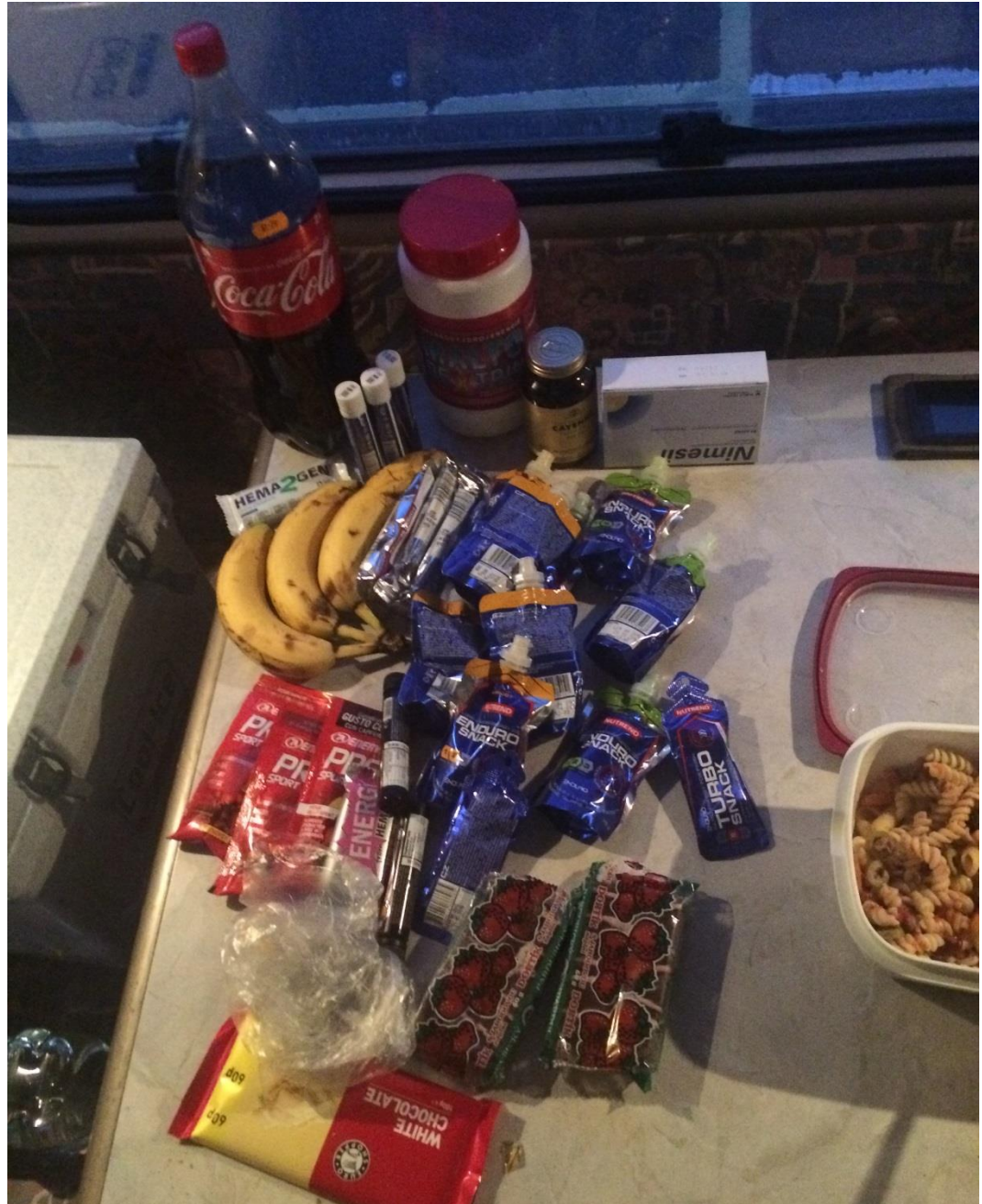


Návštěva pláže Samphire Hoe



Příprava papání a bumbání

- 12 litrů iontáku
- 4 x gel s dlouhým účinkem
- 10x gel normální
- 2x tyčka
- 2x perník
- 3x banán
- Čokoláda
- Med
- 3x Magnesko
- Coca-Cola
- Nimesil
- Kájenský pepř
- + něco pro doprovod



Aleš jde na první pokus



Deprese



Alešova příprava na druhý pokus



Aleš jde na to



Poslední úsměv



Skoro všude namazaný



Malý krok pro lidstvo, velký krok pro Aleše.



Video – první záběry



Měsíčku svít', ať neztratím nit'



Video – začíná svítat



První povzbuzení od kapitána – přidej.



Video – na cestě 7 hodin



Rychle napít a jede se dál.



Moře se začíná zklidňovat



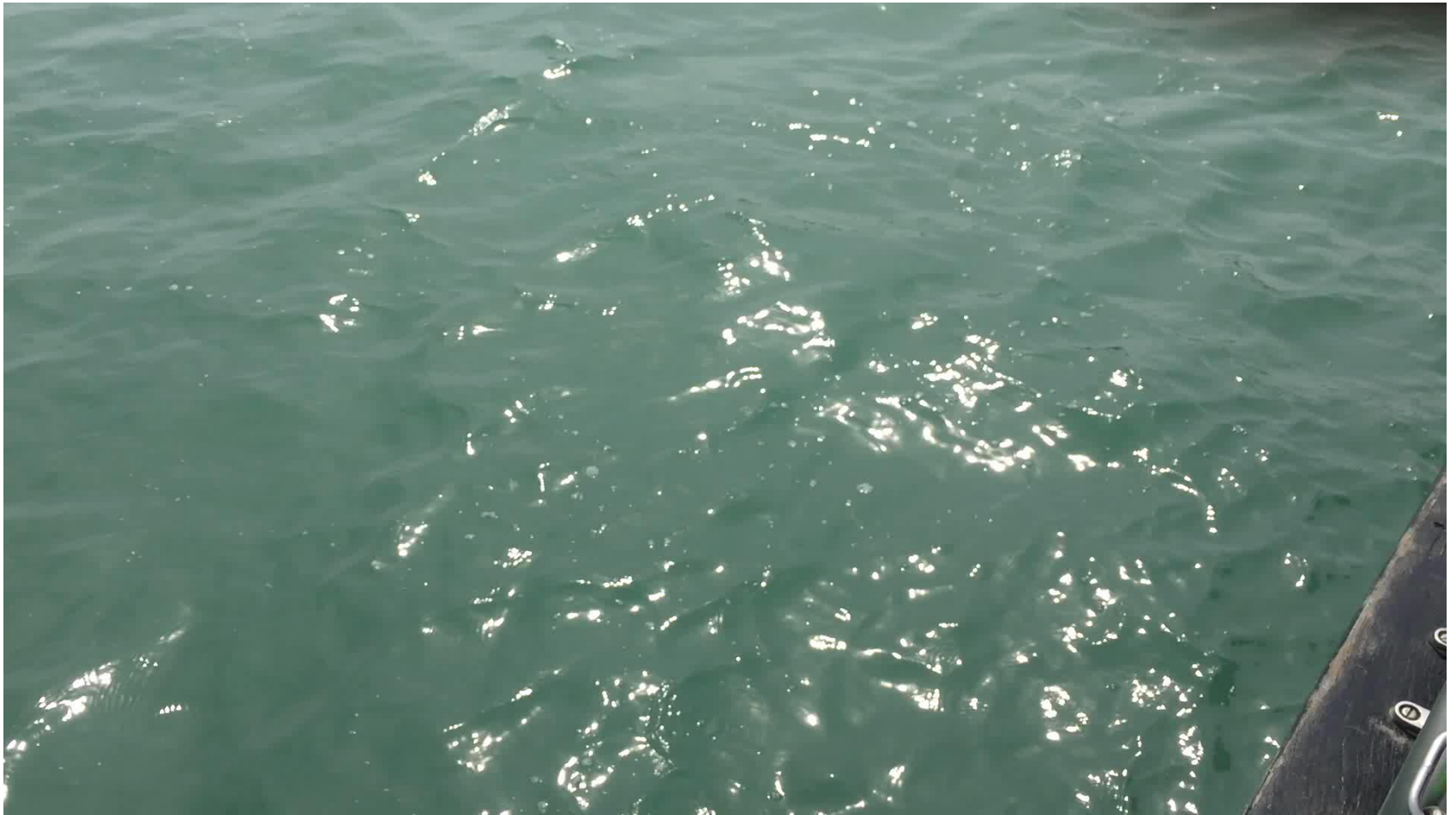
Už jenom tři hodiny



Video – stále na dohled od břehu



Závěrečný sprint



Konec je blízko



Francouzské pobřeží



Já sů tak šťastnej, ale zničenej



Jedeme zpět do Anglie



ALEŠ RUCKÝ

- START - 1.8.2015 ve 00:13 ze Samphire Hoe
- CÍL – 1.8.2015 ve 12:24 u Cap Gris Nez
- ČAS – 12:12

NEVYMĚKNEM

