

JAN DAVID

**MRZNEME
NAPŘÍČ VLTAVOU**

**100 let zimního plavání
od dob průkopníka Alfréda Nikodéma**



ROZHOVORY – HISTORIE – DENÍK ZAČÍNÁJÍCÍHO OTUŽILCE

Mrzneme napříč Vltavou

Vyšlo také v tištěné verzi

r ROSIER

Jan David

Mrzneme napříč Vltavou – e-kniha

Copyright © Rosier, s. r. o., 2023

Všechna práva vyhrazena.
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována
bez písemného souhlasu majitelů práv.

© Jan David, 2023

ISBN tištěné knihy: 978-80-88467-93-9

ISBN ePUB: 978-80-88467-94-6

ISBN MOBI (Kindle): 978-80-88467-95-3

ISBN PDF: 978-80-88467-96-0

JAN DAVID

MRZNEME
NAPŘÍČ VLTAVOU

**100 let zimního plavání
od dob průkopníka Alfréda Nikodéma**



Poděkování Miroslavě Košumberské, praneteři Alfréda Nikodéma

PRO ELU

PŘEDMLUVA

Plavu. Mrznu. Klepu se a směju.

Vyrážím po stopách „all-round-sportsmana“ Alfréda Nikodéma (1864–1949), pražského klenotníka a majora polovojenské Národní gardy. Objevuji ve starých kožených kronikách nadčasový odkaz slavného českého otužilce, který plaval v zimních vodách ještě ve svých 82 letech.

Nejenže jsem se vypravil po souši na rozhovory za jeho potomky i za dnešními otužilci, vplul jsem také sám na dvě sezóny do zimní Vltavy. Přihlásil jsem se do I. plaveckého klubu otužilců Praha a navázal tak v přímé linii na oddíl meziválečné legendy amatérského sportu. Začínám třetí rok plavání za jakéhokoliv počasí.

Alfréd Nikodém založil roku 1923 – ve svých 59 letech – organizované sportovní otužování v plaveckém klubu APK-Praha pod názvem *zimní záchranná sekce tonoucích* a hned zkraje získal pro zimní plavání několik prvních nadšenců. V roce 2023 je tomu právě 100 let od založení. Nikodém propagující zdravý životní styl a železnou kázeň zároveň stojí u zrodu štedrovečerního plavání ve Vltavě, které se poprvé veřejně odehrálo nejpozději v roce 1926.

Inspirovat se mohl v Paříži, kde osobně plaval o pár let později, ale vánočního závodu se účastnil, podle dobových fotek, v Plzni už v roce 1922 nebo 1923. Místní oddíl této západočeské metropole si ho dokonce zvolil čestným kapitánem. Procházím stovky dobových článků z novin, hledám citace, rozhovory, Nikodémovy fotografie a poznámky. Vidím, že

plaval i v Itálii a ve Švýcarsku. Ze stránek starých periodik plasticky vystupuje zapomenuté dlouholeté hecování s hercem a sportovcem Vlastou Burianem, kdy si spolu zazávodí v bazénu.

Kdo byl tedy Alfréd Nikodém? Při jarním závodu Napříč Vltavou v roce 1924 zrovna slaví šedesátku, už o rok dřív vyhrává při této pražské akci v kategorii „starých pánů“. Podle dobového tisku je sportsman prvního řádu na koni, na kole, v chůzi, v plování. Poprvé závodně plave v roce 1895. V jezdeckém sedle vyhrává na Císařské louce dostihy. Chodec, střelec, veslař, lyžař, bruslař, cyklista. Podnikatel, který vlastní klenotnictví v centru metropole. Podporuje sportovce i válečné invalidy. Děkují mu za dary nejen sokolové, gratuluje mu sám primátor Velké Prahy.

Současný vánoční závod plavců u Národního divadla nese jméno právě tohoto průkopníka českého sportovního otužování – Memoriál Alfréda Nikodéma. Letos, 26. prosince 2023, se koná 77. ročník. Proč to není rovná stovka? Nová tradice odkazující na Nikodémovy štědrovečerní plavby byla znovuzrozena až po 2. světové válce, odkdy se oficiálně datují její počátky. Příběhy pozdějších osobností českého zimního a dálkového plavání, jako jsou Oldřich Liška, František Venclovský, Jan Novák nebo Václav Židek, už oproti Nikodémovi nejsou skryté za hustou mlhou jednoho století – i tito muži na stránkách knihy promluví, díky záznamům z minulosti. Udělejme nyní jeden velký skok v čase, konkrétně do 70. let minulého století.

„Laik žasne, odborník se však už nediví – zvykl si. Vždyť Alfréd Nikodém přeplaval poprvé v zimě Vltavu – se svým přítelem Skulinou – už v roce 1923,“ stojí černé na bílém v novinách v roce 1972 v článku

k 26. ročníku memoriálu. „...příští rok tedy pražští otužilci oslaví své padesátiny. Odvážlivců pomalu přibývalo a o pět let později jich bylo 63 – předválečný rekord. Pak zájem klesal a druhá světová válka způsobila šes-tiletou mezeru. Hned na Vánoce v roce 1945 však Oldřich Liška, druhý uznávaný otec myšlenky otužování u nás, tradici vzkřísil, spolu s šesti přáteli, mezi kterými byl – naposled – už tehdy dvaosmdesátiletý Nikodém,“ píše se dále v článku.

„Říkali tomu tehdy Zimní zachraňovací sekce tonoucích. Stagnovala, rok co rok se sešlo pět, deset lidí. Obrat nastal v 50. letech, když se začalo po sjednocení tělovýchovy pohlížet na zimní plavání jako na skutečný sport,“ uvedl tehdy Vladimír Kulíček, člen komise otužilců a plavců vytrvalců z Českého plaveckého svazu – jeden z těch, kteří v roce 1945 zimní plavby Vltavou obnovili. Podotkl, že vstupem do plaveckých svazů vzniklo i samostatné plavecké odvětví.

Po sto letech poprvé ožívá celý příběh zapomenutého, ale nezapomenutelného borce Alfréda Nikodéma. Vypravil jsem se v Praze na místa spjatá s jeho životem. Do Braníka, kde plaval. Do Pařížské ulice, kde měl dům – na místě dnešního hotelu Intercontinental. Do Chuchle, kde koupil vilu a věnoval se koním, fotbalu i zahradničení. Na ostrovy, u kterých závodil. Na Vyšehrad, kde je pohřben. Kdo jsou dnes jeho následovníci, kteří plavou ledovými řekami, jezery i moři?

Mluvil jsem s nimi – s ženami, s muži, plavou ale i děti. Ptal jsem se a psal. A k tomu jsem plaval, mrznul, hřál se u kamen. Klepal se, smál se, nadával. Nejsm „olraunt sportsman“, či po staročesku „švesportovec“, jako starý pán, ale plavání ve studené vodě mi pomáhá cítit se víc v těle, být bdělý a živý.

Stále živý je i vzkaz Alfréda Nikodéma. Ve svých 74 letech pravil: „Denně cvičím půl hodiny. Pravidelně plovu, jezdím na koni a trénuji chůzi. Už dávno jsem si při tréninku ukládal těžší úkoly, než vyžadoval závod sám... Ruku v ruce s tréninkem má kráčet životospráva... Mladým radím: pěstujte hodně sport, ale s rozumem! Nehoňte se za rekordy za cenu svého zdraví.“

A nakonec, jen tak pro začátek: Proč dnes lidé neví, že Alfréd vyrazil přes kanál La Manche 9. září 1927 o 6. hodině ranní a zdolal ho šťastně, jak píše se všemi podrobnostmi dobový tisk? Dočkáme se překvapivé odpovědi, podobně jako čtenáři novin před 100 lety.

*Od legendárního průkopníka,
kterým je Alfréd Nikodém,*

*přes zhýčkaného následovníka,
to je autor knihy Jan David,*

až po... Kdo bude další?

Vy?

OBSAH

PŘEDMLUVA ≈7

ÚVOD ≈13

ROK 2021

1. KAPITOLA ≈31

LEDOVOU VODOU DO OBLIČEJE

2. KAPITOLA ≈89

PLAV! NEJSEŠ WIM HOF, PLAV!

3. KAPITOLA ≈123

STUDÍ TO, STUDÍ. ZVLÁDÁM ALE 600 TEMP

4. KAPITOLA ≈145

OPATRŇĚ, GROG ZA GROGEM

5. KAPITOLA ≈171

UNDER(WATER)GROUND

6. KAPITOLA ≈197

ZA BÓJKY V LEDOVÉ VLTAVĚ

ROK 2022

7. KAPITOLA ≈239

MEZI DVĚMA PŮLSTOLETÍMI, A PAK...

8. KAPITOLA ≈273

TAM A ZPĚT, MOTÁM SE V KRUHU

9. KAPITOLA ≈305

V NÁRUČÍ CHLADNÉ MILENKY

10. KAPITOLA ≈335

JE TO TADY, DEN D JAKO DEN

Před
výjezdem
z
Prahy
do
Luzern.

Nikodem

Mezinárodní
závod
Luzernsko
Schwyz.
Třikrát
pro vítězství
19^{3/8} 1925



6/11.

FOTOLENS
PRAHA

ÚVOD

*Alfréde Nikodéme, děkuju za tvoji kuráž, za tvoji nezdolnost.
Za živý inspirativní odkaz.*

Brrr.

Je zima, minus šest. Plavu v řece, která má jenom pár stupňů nad bodem mrazu. Je mi 43 let. Postupně 44 a 45, kdy chodím do řeky v Praze a píšu dvě hlavní linky této knihy. Svoji a tu tvoji, Alfréde. Překonávám při tom limity jakýchkoliv představ. Sunu se pomalu tři sta metrů ledovou Vltavou u Národního divadla v Praze. Voda má jen 3,4 stupně Celsia. Tuhnou mi prsty. Necítím nic než mráz. Co chvíli mě sekne do tváře špičatě se vlnící hladina. Tři sta metrů je pěšky jako nic. Když jsem ale ve vodě, k jejímuž zamrznutí zbývá jen pár stupínek, je to síla!

Plavu dál, mým cílem je vánoční akce zimního plavání, která se koná 26. prosince 2021 a jmenuje se po tobě, Alfréde. Stál jsi u zrodu nové tradice v naší zemi. Tohle zimní plavání v řece, jak bys řekl plování, je jedno z mých nejvíc, kdy jsem dokázal vědomě zvládnout sám sebe. Vykročil jsem přes sebe, přes své domnělé hranice. Hlavně jsem ale šel tímto extrémním a zároveň přirozeným druhem vodního pohybu do sebe.

Vědomí v mém těle po vstupu do ledové řeky imploduje a na moment nastává prvotní nic. Ocitám se v období před velkým třeskem a zrodem vesmíru. Co se v těle odehrává? Přizpůsobivost. Zvyšování odolnosti a cílevědomosti. A ještě mnohem víc. Z nepohody připlouvá pohoda.

Alfréde, tobě je 44 let v roce 1908. Mně je 44 let ještě začátkem roku 2023. Jsme zrovna stejně staří, různým letopočtům navzdory. Díky časopisu Český gardista z 1. listopadu 1908 vidím tvoji zdařilou podobiznu a stručný životopis u příležitosti jmenování setníkem císařského královského priv. sboru městských granátníků v Praze. Já sedím u notebooku a ťukám do klávesnice, ty v sedle na koni, v parádní uniformě, na hlavě máš nasazenou obrovskou kožešinovou čepici a za tebou stojí nastoupená jednotka podobných „beefeaterů“. Do tvého ledového a zlatého kralování v kategorii „Old boys“ ještě zbývá nějaký ten pátek.

...nejen že jest rozený voják, ale on jest výtečný obchodník, čemuž nasvědčuje rozsah jeho závodu, kterýž během pěti roků mnohonásobně rozšířil. Stal se reálností svou hledaný obecenstvem, kteréž mu také v hojně míře přízeň svoji věnuje. Sluje svými odbornými vlastnostmi obchodnickými, tak jest i znám jako sportsman prvního řádu na koni, na kole, v plavání, mnohokráte favoritou, a dekorován více cenami...

Článek pokračuje nádhernou dobovou češtinou, že pan Nikodém je pražský měšťan a majitel koncesovaného klenotnického velkozávodu. Pochází ze staré, tehdy známé a vážené patricijské rodiny z domu U Melantrichů, po kterém nese název i ulice na Starém Městě pražském (dříve

ulice Sirkova). Tento dům byl v držení rodiny přes sto let. Otec váženého pana setníka, jak se píše, byl c. k. místodržitelským vyšším úředníkem. Jeho děd zase setníkem v rakouské armádě. Zúčastnil se dokonce tažení a obležení Paříže roku 1812:

„...pan Nikodem narodil se roku 1864 Praze. V útlém svém věku roku 1878 byl vřaděn do armády jako elév k 13. praporu myslivců. V šestnáctém roce přestoupil na dráhu obchodní, kdež setrval do 20. roku, načež nastoupil presenční službu u dělostřelectva, kdež prodlel čtyři a půl roku. V roce 1888 vystoupil od vojska a veškerou svou energii věnoval nyní obchodu, kteroužto dráhu si byl vyvolil. Pěstoval obchod různých odvětví, po nabytých zkušenostech a praxi stal se roku 1896 samostatným živnostníkem. Od té doby datuje se také jeho sborová činnost.“

Tolik praví číslo 23 z desátého ročníku časopisu Český gardista, který je věnovaný zájmům c. k. priv. ozbrojených sborů měšťanských v zemích koruny Svatováclavské. Nacházíme se v čase, kdy zbývá šest let do začátku první světové války, za deset let vznikne naše samostatná republika. Do pro nás význačné zimní události, která začne datovat oficiální počátek českého otužileckého plavání, musí uběhnout ještě dlouhých patnáct let.

Milý Alfréde, uteklo právě století od doby, kdy jsi v Praze založil organizované sportovní otužování. Zimní plavání jsi ale podle některých pamětníků propagoval už od skončení Velké války v roce 1918, o které se

v současnosti ve školách učí jako o první světové. Založil jsi tradici štědrovečerního plavání, poprvé jste veřejně plavali v prosinci roku 1926 ve prospěch chudých dětí v Praze 7.

Dnes by z tebe byla nepochybně ještě větší celebrita. I ve své době bez sociálních sítí jsi ale slavný, nebo se tak minimálně prezentuješ. Cizí lidé tě někdy poznávají i v zahraničí. Zmiňuješ to ve své publikaci *Dvěma moři*, jejíž úryvek brzy propluje těmito řádky. Jindy tě naopak nepoznají, protože obecenstvo v Paříži při osobním setkání nenapadne, že právě ty se svou figurou bys mohl být „tím starým pánem“. V kategorii „starých pánů“ zdoláváš řeku až na prahu šedesátky. Muži tvého věku počátkem 20. století dávno takto nekřepčí, dokonce se tehdy ještě pochybuje o přínosnosti sportu. Ty si ale plaveš Napříč Vltavou, i delším závodem Napříč Prahou, také napříč Radbuzou v Plzni, napříč Labem, Dunajem, Vajgarem i napříč Seinou v Paříži. Nebo napříč vlnami moří. V odpoledním vydání Lidových novin vychází 10. dubna 1924 tato slova, komentující plavecký závod. Píše je autor se zkratkou (yk) v rubrice Tělesná výchova:

Psali jsme již o tom, že loni se zúčastnil tehdy 59letý sportovec a zvítězil v kategorii starých pánů při atletickém závodě Praha – Mělník, že vítězil v plaveckých konkurencích, a konečně, že v neděli zvítězil v závodě Napříč Vltavou, a dokonce byl svým časem (4 minuty 1 vteřina) z deseti startujících druhý...

...aby vynikl jeho výkon nad ostatními účastníky tohoto závodu i nad těmi mladými i staršími, kteří dokázali jen přijít se podívat, je třeba říct, že voda měla teplotu sotva 4 stupně Celsia, že byla 84 cm nad normálem a že byl prudký

proud, že Nikodem je jen třikrát starší, nežli seniorský vítěz a většina ostatních zúčastněných, že Nikodem právě dovršuje šedesáté jaro svého života. Skutečně jaro, neboť doploval svěží, netetelil se zimou, ještě po závodě si skočil do vody jen tak pro chuť a chvíli po tom se vracel domů spokojený a šťastný, že vykonal to všechno – bez újmy na svém zdraví.

Nikodem není člověk, který by z těchto slov zpyšněl, nechceme mu také lichotit. Říkáme to ze srdečného obdivu a z vděčnosti nad tím, co koná svojí činností pro sport v letech, kdy jiní se belhají o holi a léčí skutečné i domnělé choroby ... Nikodem ukazuje na sobě, aniž to snad sám tuší, čím má být sport, podle čeho se má ocenit, jaký je jeho smysl. V dnešní době se na to vše zapomíná. Číslice několika vyvolených se příliš ztělesňují jako sport – ti rekordmani a vítězící mužstva zasluhují podivu proto, že ukazují, k jakým výkonům dospěje člověk správným cvičením a učením těla, jsou výjimečnými talenty, kteří se vybrali z celého kádru sportovců příslušného odvětví.

Nijak tím nepodceňujeme jejich význam a cenu. Ale chceme ukázat, že cena sportu je ještě nad nimi. Zdravý člověk, silný duchem i tělem a čistý srdcem – to je smysl sportu v nejširším slova smyslu. Atletika, plavectví, rohování a jiné, všechna odvětví sportovní jsou k tomu prostředkem, stejně jako kopaná, tenis, házená a jiné hry. A. Nikodem je proto živým obrazem smyslu a ceny tělesné výchovy. Čím více takových lidí budeme mít, tím lépe.

Inspiruje mě, Alfréde, že jdeš do všeho nadšeně, neohroženě. Plaveš v mrazech v ledové řece, ve vojenské výstroji s těžkou puškou na zádech, nebo s nohama zavázanýma v pytlí. Připomeneme si i tvoje plavání ve vysokém věku v hasičské uniformě, s helmou na hlavě. Jsi šoumen. Chceš za každou cenu zaujmout veřejnost a zpropagovat bohulibou činnost. Možná tak záměrně šíříš svou slávu? Máš rád ocenění? Patří ti jich přece spousty. Blahopřání z 16. dubna 1932 obdržíš od *Národní gardy 1 hlavního města Prahy* sídlící na Střeleckém ostrově a je v něm psáno:

Milý bratře setníku.

Jménem velitelství Národní gardy 1 hlavního města Prahy přijmi ode mne hluboký dík za úspěšnou propagační práci, kterou Jsi pro Národní gardu 1 vykonal tím, že Jsi v plné vojenské výzbroji a výstroji přeplaval levé rameno Vltavy, dne 28. října 1931 při oslavě výročí samostatnosti našeho Státu.

Tvůj neohrožený sportovní výkon vzbudil nejen nelíčený obdiv a uznání všech přítomných zástupců vojenských a civilních úřadů, ale všeho členstva a přítomného četného obcenstva.

Zároveň přijmi moje srdečné blahopřání ke krásnému sportovnímu úspěchu a sice účastněním se každoročně po desáté plaveckého závodu Napříč Vltavou dne 17. dubna tohoto roku. Národní garda 1 je hrdá na sportovní úspěchy svého příslušníka a staví Tebe jako vzor ostatním bratrům. Já jménem velitelství přeji Ti, abys i v budoucnu byl dlouho

zdráv a svěží, abys ještě více kvítků do Tvého věnce Slávy mohl připojit.

Jménem velitelství,
J. Černohorský, velitel

Popravdě, Alfréde, někdy si říkám, jestli nejsi vejtaha. Vidím tě na fotce v nátělníku se zařatými bicepsy, v dobovém tisku se prezentuješ se spoustou medailí na hrudi, vypadáš jako sportovní vánoční stromeček. Je to mediální obraz, který ovšem sám aktivně živiš a podporuješ. Máš být na co hrdý! Jsi sportsman tělem i duší. Gardista, který aktivně pomáhal v obou válkách. Vidím to černé na bílém, s červeným razítkem *důvěrné*. Probíral jsem se stovkami článků, gratulací, fotografií, děkovných dopisů. Pomáháš finančně kde komu, od malých po velké. Republice jsi po jejím vzniku daroval celý kilogram ryzího zlata, i bratry sokoly podporuješ v rozletu:

Československá obec sokolská, 8. ledna 1924: ...předsednictvo přijalo s upřímným povděkem na vědomí zprávu, že rozhodl jsi se věnovati Tyršovu domu jednoho bronzového koně zdobeného rubíny a brilianty v ceně 2.000 Kč.

Jsi chodec, jsi jezdec. Uháníš na klisně Vinetě z Prahy do Veliše u Jičína, kdy urazíš v sedle sto kilometrů v kuse. V roce 1910 se účastníš hry s názvem *velmíčem koňmo*, která se tehdy představuje v Praze a na evropském kontinentu poprvé. Plaveš v Itálii, Švýcarsku, Francii. Jsi obchodník se starožitnostmi, bohatý a vážený člověk. Bydlíš v Praze. Provozuješ obchod na Staroměstském náměstí, kam ses přesunul z blízké Celetné ulice. Máš dům na

Pařížské třídě, na místě dnešního hotelu Intercontinental. Tvoje vila v Chuchli existuje dodnes, ač notně přestavěna. Zastavím se tam na návštěvu.

Alfréde, něco už jsem naznačil, ale pojďme se seznámit s druhým akterem této knihy, tedy se mnou. Jmenuju se Honza a poslední dvě zimní sezóny 2021 a 2022 plavu ve Vltavě (a začínám i s rokem 2023). Narodil jsem se 20. dubna, tedy ve stejný den jako slavný Iceman Wim Hof, kterého nemůžeš znát. V našem 21. století je tento Nizozemec celosvětovou celebritou. Zmíněným datem narození však veškerá naše podobnost končí. Naštěstí žádnou podobnost nemám ani s 20. dubna narozeným Adolfem Hitlerem, kterého naopak znáš, byť naštěstí ne osobně.

Zemřel jsi v požehnaném věku 85 let, čtyři roky po skončení 2. světové války. Hodně jsem o tobě zjistil, tím i o počátcích českého zimního plavání a otužování. Objevil jsem tvoje úžasné kroniky, ze kterých čerpám dávno zapomenuté detaily skrze dobové novinové články.

...a plavectví? Starý pán jen mávne rukou a nahlíží do velkého alba (má dvě), plného fotografií a výstřižků z novin. „Šestkrát jsem plaval závod Napříč Prahou, jediný ze všech tehdejších i dnešních účastníků, o vánocích v roce 1926 plaval jsem v ledové tříšti Napříč Vltavou, a o dva roky později v Paříži Napříč Seinou. V srpnu 1923 umístil jsem se jako čtvrtý v plaveckých závodech v Terstu v 69 letech a jako sedmdesátník jsem...“

Ještě před objevem kronik jsem se stal řádným členem I. plaveckého klubu otužilců Praha, který přímo navazuje na tvoji *zimní záchrannou*

sekcí tonoucích, na první veřejné otužilecké aktivity u nás. Samozřejmě jen na ty, které se týkají plavání, to je jasné. Se zlatem a drahokamy – jako ty, Alfréde – si nezahrávám. Jinak ale rád zkouším kdeco. Jsem novinář, to je jedno z témat, kterému se pracovně věnuji. Poznávám, zkouším, ptám se, a pak o tom píšu. Jsem tvůj protipól. Hodně zvažuji, vyčkávám, přemýšlím, jdu opatrně, i když mnohdy dupu. Ani tu ledovou řeku nevnímám jednoznačně přívětivě. Mnohdy se musím přemáhat, abych k Vltavě i jen došel a zčeřil tělem její hladinu. Někdy mi chybí síla, aspoň mám takový pocit, jenže ledová řeka dělá divy. S tělem i s psychikou. Plavu v chladné, studené i ledové vodě, i když to není vždy snadné. Neškrábe mě zase trochu v krku?

Alfréde, v této knize budeme v první linii zejména my dva, když dovolíš. Ty jako průkopník, já jako jeden z následovníků – jeden z těch, kteří v zimním plavání nezávodí. Nebudeme ale osamocenou dvojicí poplácávající si promrzlou dlaní svá záda tuhá jak mražená pizza. Pozveme na kus řeči i spousty hostů dnešní doby ledové, plavce a plavkyně 21. století, kteří jdou ve tvých stopách, kteří jsou v něčem borci. Sám jsem totiž otužilecky zajímavý zejména tím, že když jsem prosincovou Vltavu zvládl já, zvládne to prakticky každý zdravý člověk. Z tvé doby zapojíme do vyprávění kupříkladu pana doktora Bařka, který byl zajímavým svérazem.

Jel jsem také na návštěvu do tvé vily v pražské Chuchli, opakovaně. Děkuju za tu možnost otužilce Mirce! Tedy Miroslavě Košumberské. Alfréde, byl jsi strýc jejího táty. Je tvou praneteří. Děkuju shodě náhod, že skrze její výhru v otužilecké tombole na Žofíně mohu listovat tvými obřími kronikami v kožených vazbách. Vidím na zažloutlých stranách vlepený i oficiální dopisní papír s hlavičkou a razítkem *Praesidium Rady a Magistrátu Hlav. Města Prahy* z 24. března 1924. Rok po oficiálním

vzniku českého zimního plavání ti sám pražský primátor Karel Baxa zasílá blahopřejný dopis ke kulatým narozeninám:

Velectěný pane! Je-li šedesátiletí narozenin o sobě výročním vzácným, jest tím vzácnějším, zastihuje-li někoho jako výtečného výkonného sportsmana, který nejen může právem a s uspokojivým vědomím vzpomínati své bohaté sportsmanké minulosti, ale i těšiti se zároveň nezmarou vůlí a chutí ke sportu a závodním výkonům dalším. To všechno platí v plné míře o vašem závodním a sportovním jubileu, jež zastihuje Vás tyto dny mužně silného duchem i tělem mladistvě svěžího, a jež provázím rád upřímným přáním, aby ta Vaše výjimečná životní výkonnost, svěžest a síla zůstala Vám ještě pro četná léta příští zdrojem šťastné životní rovnováhy, zdravé spokojenosti a sportovních úspěchů dalších.

Alfréde, chvíli mi trvalo, než jsem se skrze historické prameny zorientoval, skrze články, které jsi pečlivě – i když ne chronologicky – vlepoval do svých kronik. Opatřoval jsi je poctivě trefnými popisky. Byl jsi to jen ty, nebo ti někdo pomáhal? Díky precizní práci jsem se krásně ponořil do detailů starších víc než sto padesát let. Inspirovaly tě štedrovečerní plavby otužilců v Paříži založené roku 1908, kterých ses později také účastnil? Noviny o tobě psaly nejen česky, ale i francouzsky, německy, italsky.

Všechno osobní svědectví velké části tvého života, pečlivě chráněné v podkroví kdesi v Chuchli, konečně vydalo svoje tajemství. O tom, kdo jsi (byl), jak můžeš inspirovat i dnes. Každý rok. Každý den. Alfréd

Nikodém, nejstarší a nejotužilejší náš plavec – to je titulek rozhovoru v Nedělním listu z 6. ledna 1929, v rubrice Sportovní zprávy.

Jak jste byl spokojen s uplynulým jubilejním rokem?

Byl jsem úplně spokojen, protože naše otužovací akce se rozšířila i na venek, takže dnes v zimním plování docílily úspěchy i závody v Plzni, Kolíně, Jaroměři, Hradci Králové, Jihlavě a Táboře. Naše akce je vybudována na podkladě humánním – záchrana tonoucích i ve studené vodě za nepříznivého počasí. Na tomto podkladě byl vyvolán v život i známý zimní závod pařížský, jehož 20. ročníku jsem se letos zúčastnil. Proto také nechápu, že náš plavecký svaz zakazuje v našich zimních závodech start registrovaným svým závodníkům. Jako bychom byli prašiví, nesmí s námi registrovaní plavci závodit. Myslím si také, že v tom bude řevnivost klubu na nás. Můžeme se totiž pochlubit větším úspěchem, nežli kterékoliv plavecké kluby. Filmy našeho vltavského závodu půjdou do celého světa. U nás je dnes zimní plování populárnější, nežli ve Francii. V Paříži měli u startu 23 plavců, kdežto v Praze jsme jich měli na 70.

Jaké jiné sporty pěstujete nebo jste pěstoval?

Kromě plování jsem také závodil v jízdě na koni. Dobył jsem asi patnáct cen a ještě dodnes jezdím se svojí dceruškou na koni. Hlavní moje sporty jsou dnes plování, jízda na koni a turistika. Denně ráno, když vstanu, věnuji 0,5 hodiny

prostocvikům úplně neoblečený. Dříve jsem také závodil v jízdě na vysokém kole, bruslení a v lehké atletice.

Jaký sport byste pěstoval, kdybyste se měl jako jinoch dnes rozhodnouti?

Kdybych byl dnes mladý, dělal bych lehkou atletiku a byl bych zuřivý skaut. Nejlepší a nejideálnější, co může býti, jest tělocvik ve volné přírodě, jak jej může poskytnouti skauting.

Na který sport se chodíte nejraději dívatí?

Nechodím se dívatí na žádný sport, je mi líto, když se nemohu sám s účastníky zúčastniti. Na dívání mám dost času, až budu starý. To mi jednou ve Švýcarech řekl jistý sportovec: „Nám sport nevynáší, protože máme samé sportovce. U vás vynáší, protože máte fanoušky, kteří se chodí jen dívatí.“ – No řekněte sám, co je mi to platné, když nemohu nějaký sport dělati s sebou, choditi se na něj dívatí? – Přijdu pak domů, sním 3 vajíčka na měkko, vypiju trochu vody s vínem a jdu spát. To je tělesná práce. Chůze sama nic není.

Symbolem sportovce jest slunce, vzduch a voda. Záhy spáti, záhy vstávati. Kdo je pravý sportovec ve vodě, ve slunci a vzduchu – jde večer záhy spát jako pták. A pak přirozeně jest tu zdraví. U pravého sportovce začíná život již ráno v 5 hodin. Základem mé snahy, že udržuji stále své zdraví jest, že se považuji spíše za artistu, který musí každodenně

cvičiti, aby neztratil chleba. Musím se sřici požitkářství, jakému dobře situovaní lidé – buržousti – tak často propadají.

Já, jako amatér, dělám totéž, co takový profesionál. Ti naši ignoranti mne také prohlásili svého času za profesionála. Nemusím vám ani říkati, že to nemám zapotřebí, že jsem situován velmi dobře. Mne samotného stojí sport do roka hrůzu peněz. I všechny své zájezdy dělám na svůj účet. Já ty ignoranty zase jen ignoruji. Ale abychom se vrátili k tématu. U nás celá generace od 35 let nahoru žije nadvýživou, tělo přetěžuje a tím ztrácí svěžest, svižnost a fyzickou sílu. Zkrátka hnijí. Problémem jest, udržet tělo v rovnováze, aby nebylo nadvyživeno, aby neztučnělo. A u mládeže, která sportuje, jest zase důležité, aby netrpěla podvýživou, na to musí býti opatrná.

NIKODÉMOVI JE, JAKO BY SPADL S MARSU

Lidé mého ročníku pomalu vymírají. Já mám, jak se říká: Darovaná leta. Když tak někdy potkám – a stává se to moc málokdy – nějakého svého bývalého kamaráda ze studií, ani ho nemohu poznati, jak se krčí do zimníčku a modlí se už snad, aby si ho zubatá vzala na onen svět – je mně, jako bych spadl s Marsu. Můj svět pomalu vymírá, ale já se vždy přizpůsobil světu mladému. Mnoho lidí mi to závidí, ale ať. Jednou napsal o mne „Markýz“, že je nejvyšší čas, abych toho nechal, sice prý jednou nastane katastrofa. To bylo před 4 lety. Jsem zvědav, kolik let ještě bude čekat.

PAŘÍŽSKÝ ZÁVOD

A bych vám také něco řekl o svém pařížském závodu. Byl jsem na něm nejstarší. Startoval jen jeden 38letý Francouz, jinak to byli samí mladíci. A měl jste je vidět, jak se před závodem choulili v klubku kolem košů se žhavým uhlím – až z nich tekl tuk, kterým byli namazáni. Já jsem se hezky probíhal a poskakoval. Lidé – bylo tam 50.000 diváků – nevěděli, až těsně před startem, že ten poskakující plavec je 64letý Čech Nikodém. Mnohým, většině mladíků, jsem to také v závodě natřel. – Víte, všechno by bylo dobré, jen mě mrzí, že má paní na ten můj sport žehrá. A zvláště takhle někdy, když nás po závodě fotografují a chytne se mne nějaké mladé děvče a je tam se mnou. Jako bych já za to mohl, že chtějí být na obrázku se starým Nikodémem.

Který list čtete nejraději?

V první řadě mě zajímají články sportovní. Ostatní čtu jen zběžně. Odebírám kromě Večerního listu také Národní listy, Politiku, Večer a České slovo. My mladí čteme jen sport.

Jak dlouho již závodíte a jak dlouho ještě chcete závodit?

Závodím od 14 let, kdy jsem začal jako posluchač pražské vojenské školy – kadetky – takže dělám sport již 50 let. No a vidíte: Letos (interview dělám roku 1928) jsem měl v závodě Napříč Prahou lepší výsledek, nežli před 6 lety. Jistě

byste neřekl, že staré Zámecké schody jsem nedávno vyběhl v zimníku za 1,55 min. – nechal jsem si to schválně stopnouti. Před 30 roky, lehčeji oblečen, vyběhl jsem je za 1:45 min., tedy vlastně s žádným rozdílem času, odečteme-li handicap zimníku.

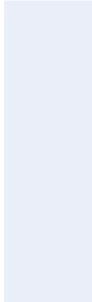
Co se týče toho, jak dlouho budu ještě závoditi – to je to, čeho se nejvíc bojím, totiž toho boje mládí se stářím. A právě proto zvyšuji svoji sportovní taktiku tak, aby ve mně stáří neporazilo mé mládí, které si stále fyzicky udržuji. Srdce a plíce mám, myslím, lepší, nežli dvacet mladíků dohromady.

NIKODÉM ZAHRADNÍKEM.

Hlavním mým sportem, který mi udržuje zdraví, jest zahrada. Tu jsem si sám zřídil v Zadní Chuchli a vykonával a do dnes konám na ní za každého počasí, v zimě v létě, když mám jen trochu času, ty nejtěžší nádenické práce. A právě tato těžká tělesná práce velice zvýšila v posledních letech moji tělesnou kondici.

TAJEMSTVÍ NIKODÉMOVA MLÁDÍ.

To jsem kdysi četl v novinách názor nějakého starého Bulhara, jak si udržet svěžest přes svůj značný věk. Zkrátka: těžká fyzická práce, střídání, skrovná strava a mléko nebo voda. Také mým přesvědčením jest, že k udržení svěžesti a síly do



posledního věku, zamezení zkornatěním tepen, jest nejlepší těžká fyzická práce, hodně práce, střídme jídlo, málo alkoholu, pít vodu a plovati. Já na příklad prodělávám pravidelně tento trénink takto: ráno půl hodinku cvičení, večer jedu na koni hodinu cvalem, až se z koně kouřím, a až má toho dost on i já. Pak se jdu vypořit do Koruny, plavu tam půl hodiny v basenu.

Alfréde Nikodéme, stojím u tvého hrobu na Vyšehradě. Pomník tvoří velká stojící socha Panny Marie s takřka neoděným dítětem v náručí – jak otužilecky stylové. Zvláště když je v zimě zasype sněhový poprašek. Stojím tady v tichu. Přeju ti, a přeju si, aby se kniha stala připomínkou tvého průkopnického života i odkazu. Ať je inspirací pro lidi každé doby.

Proto tohle všechno píšu – v roce 2023 uběhlo rovných sto let, kdy to všechno v našich zemích oficiálně začalo. Jsem nadšený z objevení detailů vzniku tradice, která slaví kulaté narozeniny s dvěma nulami. Do toho plavu, jak nejlíp umím, i když většinou blbě. Jdu do toho znova a znova, pak nejdu. A začas zase jo. Skrze chlad, zimu a mráz mi postupně přichází do života více radosti a lehkosti. Nejsm jako ty, nebyl jsem ani na vojně (však i tato knížka je částečně modrá). Ale jdu do toho. Ledové sprchy, plavání. Prostě do toho jdu!

Plavu. Píšu. Na zdraví.

Děkuju, Honza

PRVNÍ ROK 2021



A. NIKODÉM.
r. št. neplavčí činnj řez. mistr plaveckj, přebor.
O. S. z r. 1903, bývalj kaptan pátj řádku kolono.

1922.

1. KAPITOLA

LEDOVOU VODOU DO OBLIČEJE

Je to ledový. Vrchím. Jsem zhýčkaný. Koncem září 2021 zažívám první zkušenosti s otužováním. Alfréde, skončí moje osobní výzva prosincovým plaváním ve Vltavě u Národního divadla v Praze? Je tu vůbec prostor pro NE? V tuto chvíli ještě opravdu nevím. Tady jsou panenské doteky budoucího ledoborce Honzy, které doplní postřehy i doporučení od těch zkušenějších. A také se vrátím do doby před více než sto lety, za tebou.

Hlásím se do I. plaveckého klubu otužilců Praha. Sídlí v pražském Braníku, hned u cyklostezky, na začátku aleje, v nenápadném domku obehnaném plotem. Jsme jen kousek od Vltavy, navíc blízko od místa mého aktuálního bydliště. Členové tohoto sportovního oddílu – dnes už i já – spadají pod Český svaz plaveckých sportů, sekci dálkového a zimního plavání. Tady ve Vltavě, ale nejen tady, trénují na plavecké akce u nás i v cizině. V zimě jde o délky od 100 do 1000 metrů, v teplejším období pak o dálkové přeplavby a maratony na otevřených vodách – řekách, přehradách, v mořích i oceánech.

Málokdo na světě za brankou naší branické klubovny ví, že Češi mají v zimním plavání a kondičním otužování dlouholetou tradici. Také jsem to nevěděl. Mé nevelké vědomosti v tomto ohledu končily kdesi u přemožitele kanálu La Manche Františka Venclovského, což je jenom půl století zpátky. Tady v branické kanceláři jsem se poprvé podíval do nehybné tváře nejstaršího průkopníka a popularizátora zimního plavání u nás – někdejší meziválečné legendy výrazně překračující břehy našeho otužileckého rybníčku. Jo, Alfréde, jsi to ty.

Víš, v kanceláři klubovny stojí na stole tvoje busta. Na hlavě máš nasazeného pleteného kulicha. Opravdického. Je to legrace, na fotkách bý-
váš prostovlasý nebo v plavecké čepičce. Otvírám na chvíli okno do minulosti, k první veřejné štědrovečerní plavbě ve skupině, jak ji připomíná novinový článek z roku 1926:

Vltava v některých částech zamrzla této zimy poprvé o Štědrý den a zrovna v tento den ji v poledne přeplavali na Manínách čtyři plavci, mezi nimi jedna žena, kteří uspořádali tuto senační podívanou ve prospěch ošacení chudé mládeže v Praze VII. Podnět k tomu dal 62letý nestor českých plavců p. Alfred Nikodém, známý svou neúnavností a všesportovní činností.

Tato senační událost shromáždila na místě nepřehledné řady obecnstva, v němž nejvíce svou přítomnost uplatnil bodrý lid „jateční“. Nástup dál se právě na pobřeží pod jatkami, které bylo naplněno personálem a úředními osobami ústředních jatek. V těchto místech vybírali dámy sociální

péče v Praze VII příspěvky do pokladniček, které se velmi rychle naplňovaly.

Plavci usedli na loď a byli převezeni na Štvanici, kde však nebylo možno provést start pro nízký stav vody. Start byl proto s lodi a plavba nedála se jako závod, nýbrž jako ukázka otužení. Nelze tedy mluvit o vítězství. Plavci dostihli druhého břehu úplně svěží a bez jakékoliv nehody. Správa jatek se postarala o pečlivé pohoštění plavců, kterým připravila ve vytopené kanceláři dostatek horkých nápojů. S díky jest kvitovati tento dobročinný čin plavců, kteří tím prospěli nejen svému jménu, nýbrž i účelu, pro který startovali.

Dopřejme si ještě výživné detaily z roku 1926, protože k podobnému povyražení se budu snažit dopracovat v následujících měsících také já. Plování napříč Vltavou ve prospěch ošacení chudých dětí se kromě Nikodéma (62 let) zúčastnili Stanislav Skulina z Klubu vysokoškoláků, Josef Ort z Boxing clubu a slečna Ludmila Griesmanová (17) z Vršovic.

Voda tehdy zamrzla tak, že se plavci museli místy probíjet ledem. Podle dobového článku s titulkem *O štědrém dnu přeplavali Vltavu* se závod konal bez nehody, až na to, že Ortovi zmrzly vlasy v jeden chomáč ledu a slečna Griesmanová, při odpočinku usednuvši si na železné zábradlí, přišla o kus trikotu. V redakci se ptali, jak vlastně Nikodém přišel na myšlenku, jejíž provedení by znamenalo pro člověka méně otužilého smrt. Alfréde, tak vyprávěj!

„Na přeplavání nového řečiště Vltavy jsem už pomýšlel v pondělí, když se prostřelovala hráz. Výstřel se ale nepodařil, na plování nebylo ani pomýšlení. Proto jsem odložil svůj plán až na štědrý den. To jsem však neměl ani tušení, že bude takový mráz a že řeka zamrzne. Na štědrý den mně řinčel od rána telefon – byly to samé dotazy, zda poplavu bez ohledu na tu zimu. Samozřejmě jsem přisvědčoval, byl jsem odhodlán provést svůj úmysl stůj co stůj. Kdybych byl ustoupil, styděl bych se sám před sebou...“

„...k přeplavání Vltavy se přihlásil vysokoškolák Skulina, Josef Ort z Boxing klubu, a potom jakýsi Švéd. Ti dva první se dostavili, Švéd však nepřišel. V poslední chvíli hlásila se mi slečna Griesmanová z APK. Chtěla se mnou plavat, obávala se však, že ji nepustí z obchodu, ve kterém byla zaměstnána. Vymohl jsem jí povolení, ale musel jsem je vymáhat i pro sebe. Doma nechtěli o mé plavbě ani slyšet, žádali, abych prý udělal testament. Nescházelo mnoho, aby mně moje paní hrozila, že se nechá se mnou rozvést. Konečně jsme se smířili.

Přijelo pro mne auto a odjel jsem se svými společníky do pražských jatek, kde jsme se převlékli do plavek. Namazali jsme se důkladně přeškvařeným lojem a pak vyšli jsme ke břehu. Bylo tu hodně diváků, mrzlo, jen praštělo, a rád věřím, že náš úmysl byl posuzován všelijak. Nechali jsme se převézt na loďkách na Rohanský ostrov a hned jsme...“ (zde je článek vlepený do kroniky ustřižen, proto nedokončeno).

„...při břehu byla hladina zamrzlá, museli jsme prolomovat led. Řeka byla mělká, museli jsme se brodit vodou a ledem asi tři metry do větší hloubky a teprv potom jsme se vrhli do proudu. Nebylo to právě nejpříjemnější, řeka byla pokryta ledovou tříští, která nás řezala do prsou, do rukou, ramen a do krku. Připadalo mně to, jako když plavec zaplete se v létě do trávy, zápasí v ní, nemůže uniknouti a nakonec utone...“

Alfréd popisuje, že zpočátku zůstával asi dvacet metrů pozadu a vedl vysokoškolák s náskokem asi třiceti metrů. Dokonce si chvíli myslel, že ani nedoplave, ale pak se mu povedlo přidat a v polovině řeky dostihl ostatní. K cíli dopluli všichni téměř současně, a 180 metrů překonali asi za tři a půl minuty. Dokonce se z té doby zachovaly fotografie. Plavci na nich stojí se stužkami přes hrud' u automobilu ozdobeného cedulí, která připomíná, jakou slávu, totiž sportovní delegaci, to veze.

„...když jsme vystoupili na břeh, nebyla nám vůbec žádná zima, až teprve ve vytopené místnosti jsme dostali trochu třesavku. Pak jsme ale vypili čaj, ustrojili se a bylo nám už dobře. Šel jsem hned zase do obchodu, také Griesmanová šla zpět do svého zaměstnání. Měla jenom strach, co tomu řekne maminka. Nesvěřila se předem, protože si byla jista, že by nedostala povolení. Rozhodla se, že neřekne vůbec nic, až se to maminka doví druhého dne ráno z Českého slova.

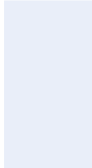
Pan Nikodém má v úmyslu opakovati svoji vánoční zkoušku otužilosti každého roku...

Však se do těchto začátků a zážitků ještě opakovaně vrátíme. Nicméně Alfréd byl borec dřív, než se začal zcela vědomě a cíleně prezentovat jako nestor našich zimních plavců. Vraťme se ještě o fous dřív, přesně o sto let dřív:

„V čísle z 2. prosince jsme poukázali na to, že se u nás nalézá množství okázalých sportovců, o nichž veřejnost takřka ani neví. Do řad těchto sportovních předáků patří též Alfred Nikodém. Všestranný sportsman,“ uvedl 30. ledna 1923 ilustrovaný časopis PARDON, věnovaný ušlechtilému sportu, chovu koní a automobilismu, v článku dále stojí: „Jak na koni, tak na kole i ve vodě vyniká svými výkony po dlouhou řadu let. Přeborník „Č.O.S.“ z r. 1920, člen „Athletic-Clubu Praha“.

Ačkoliv v pokročilém věku 58 let, zúčastnil se loňského roku všech plaveckých meetingů a závodil i na velké vzdálenosti, mezi nimiž Zbraslav–Praha, Napříč Prahou od Vyšehradské vodárny k Čechovu mostu (55:04:0) při 12 stupních teploty a získal II. cenu. Súčastnil se v roce 1910 hry velmíčem koňmo. Tato hra byla veřejně hrána v Praze a na celé evropské pevnině poprvé.

Též v roce 1910 a sice 20. července podnikl p. Nikodém na klisně Vinetě jízdu z Prahy do Velíše u Jičína a urazil 100 km za 9 hodin. Jezdec i kůň byli při dosažení cíle v dobré



kondici. Pan Nikodém děkuje za svou mladistvou svěžest své mnohostranné sportovní činnosti, která mu i ve vedení svého klenotnického, chvalně známého závodu nijak neva-
dí.“

Alfréde, nejstarší sportovní zmínka, kterou se mi o tobě podařilo dohledat, pochází z roku 1895. Athletic Klub Praha pořádal 25. srpna dvě hodiny po poledni první zemské závody v *plování*. Úplně první u nás! Konaly se na Vltavě mezi Střeleckým ostrovem a Žofínem. Plavci se rozeznávali podle barvy čepic a rozhodčím byl *známý spisovatel a autor populárního Kondelíka* Ignát Herrmann. Alfréde, bylo ti zrovna jednatřicet, skončil jsi druhý v závodě na jeden kilometr, kdy se plavalo *500 metrů proti vodě a 500 metrů po vodě*. Na období slávy jsi však čekal dalších třicet let.

V době, kdy šedesátiletí muži byli považováni za zasloužilé nebo vysloužilé seniory, jsi pěkně zčerstva rozjel kariéru ledoborce. Však vypadáš, podle dobových svědectví a fotografií, mnohdy o dvacet let mladší. Naposled jsi veřejně plaval ještě po druhé světové válce ve svých 82 letech. Úžasné. V tomto požehnaném věku ještě zavzpomínáš v jednom rozhovoru na *svůj první rok 1895*.

A jak se píše správně tvé jméno? Před válkou, zejména první světovou, se píšeš většinou krátce *Alfred Nikodem*. Později protahuješ *e* v příjmení, až se postupně staneš *prodlouženým* Alfrédem Nikodémem. Na smutečném rozloučení pak tvá rodina píše obě *e* krátce, i když na oficiálním parte jsou opět obě dlouhá. V dobových článcích z novin a poznámek nechávám tvé jméno tak, jak jej zrovna psali. A plavání *jest*

plováním, jezdecký sport zase sportem *jízdeckým*. V následujícím článku je zrovna ta verze, která by se četla hezky „kratce“ jako na Ostravsku. Hlavně se mi v článku z 18. dubna 1923 (Sportsman) líbí, jak si i přes pracovní zaneprázdněnost nachází čas na to, co ti dává smysl.

Alfred Nikodem je vynikajícím dokladem toho, že sportovci nestárnou. Jsa nyní 59 let „mlád“ zúčastnil se plaveckého závodu Napříč Vltavou, pořádaného před 14 dny při velmi nízké teplotě. Jeho účast na závodě, který podmiňoval železné zdraví a mimořádnou otužilost, byl sensací dne. Vynikající člen A.C. Praha je vzorem sportovce a nadšeného propagátora tělesných cvičení, jimiž udržuje se v mladistvé pružnosti.

Není takřka sportu, který by byl neprováděl a v něm nevynikl. Láska ke sportu pomohla mu překonati veškeré překážky, na které je život lidský bohat. Jsa majitelem známého klenotnického závodu, jehož vedení vyžaduje celého muže, našel vždy volný čas pro tělesná cvičení, jež stala se mu od mládí zvyklostí. Až budeme míti celé generace Nikodemů, pak teprve splní sport své krásné poslání.

Závod Napříč Vltavou, aby nedošlo k mýlce, se konal každé jaro už několik roků. Postupně se tak ale začala nazývat i Nikodémova vánoční akce, která se konala v prosinci. Pokud tedy Vltava nezamrzla tak, že se přeplavba musela přesunout na leden, nebo když se Nikodém ve stejném termínu účastnil štědrovečerní plavby v Paříži. Otužilecká akce ve