



## VE VODĚ JAKO NAHÝ V TRNÍ

„NA JEVIŠTI – STEJNĚ JAKO PŘI PLAVÁNÍ – JE ČLOVĚK SÁM ZA SEBE. NEMŮŽE SE ZA NIC SCHOVAT. JE JAK NAHÝ V TRNÍ,“ ŘÍKÁ RICHARD HAAN, SÓLISTA STÁTNÍ OPERY PRAHA, KTERÝ MIMO JINÉ PŘEPLAVAL KANÁL LA MANCHE A GIBRALTARSKOU ÚŽINU. JEHO KONÍČKEM JE TOTIŽ ZIMNÍ A DÁLKOVÉ PLAVÁNÍ.

TEXT: TEREZA HROMÁDKOVÁ  
FOTO: MARTIN SVOZÍLEK, ČTK

**R**ichard Haan patří k lidem, kteří hovoří přirozeně spisovně a velmi klidně. I když vypráví o tom, jak při jednom z neúspěšných pokusů o přeplavbu kanálu La Manche strávil 20 hodin v šestnáctistupňové vodě, člověk nabude dojmu, že to byla taková trochu sportovnější dovolená.

Stejně tak když líčí, jak před čtyřmi roky, ve svých šedesáti letech, doplaval za šest dní z Písku do Prahy, tedy urazil trasu dlouhou 135 kilometrů. „Bylo to extrémně fyzicky náročné, ale kromě toho se mi ze znečištěné vody do těla dostávaly různé toxické látky. Po druhé etapě jsem zkolaboval a dva dny nemohl jíst. I další cesta byla trápením. Nakonec se mi podařilo doplatit až do naší otužilecké klubovny v Braníku, ale bylo to pro mě těžší než překonat La Manche,“ přiznává vrcholový plavec a zároveň přední český barytonista, který v roce 2010 obdržel cenu Thálie.

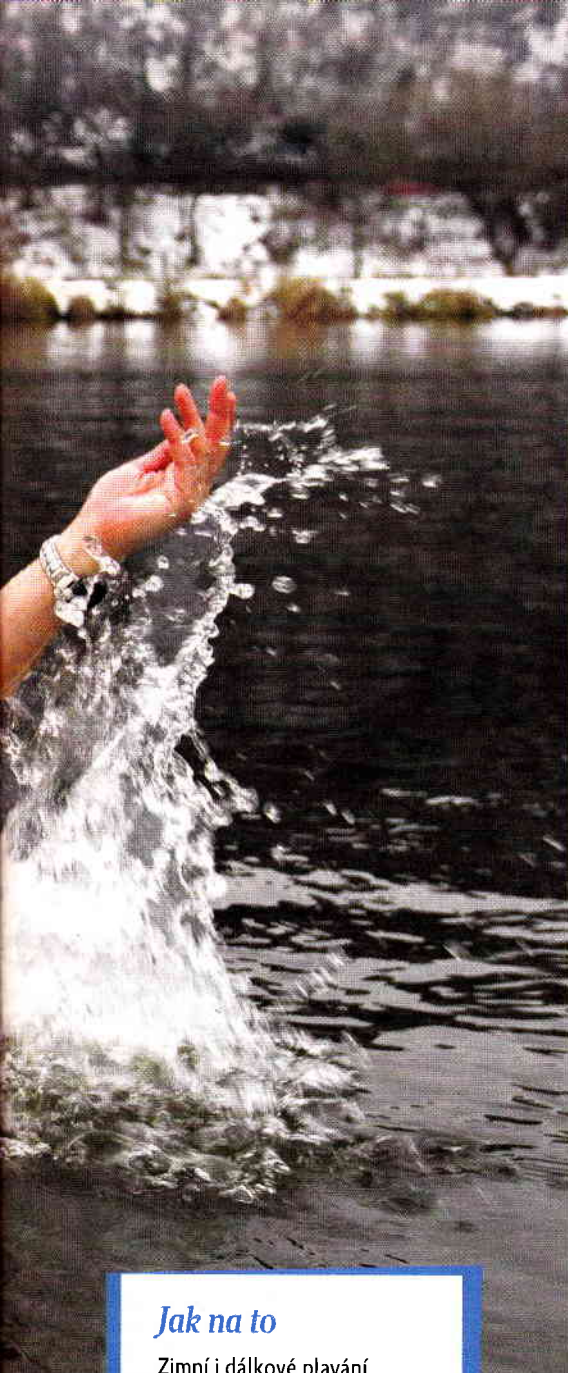
K otužování i k dálkovému plavání se Richard Haan dostal až v pětácti letech. Tehdy byl v angažmá v Janáčkově opeře v Brně. Bydlel v Bystrci, což je

čtvrt' ležící kousek od přehrady. Jednou během podzimu chtěl vyzkoušet, jak dlouho se dá vydržet ve studené vodě. Chodil se otužovat několik týdnů, až jednou v listopadu voda zamrzla. „Bylo mi líto s tím skončit, tak jsem si v tenkém ledu prorazil větší otvor a koupal se. Asi po čtvrt hodině jsem měl pocit, že v ledové vodě vydržím, jak dlouho budu chtít.“ Nakonec tam Haan strávil přes půl hodiny. Neměl žádné zkušenosti a nevěděl, že tělo reaguje na podchlazení se zpožděním. „Přehnal jsem to, a když jsem vylezl ven, nemohl jsem se skoro hýbat.“

### Nikdy to není pohoda

Až později jsem se v brněnském oddíle od zkušených otužilců dozvěděl, že jsem byl masivně podchlazený. Tělo totiž v ledové vodě chrání nejdůležitější orgány, krev se nahrne k srdci, játrům, plicím, a když jsou lidé hodně podchlazení, přestává jim fungovat mozek a usínají nebo se nemůžou hýbat,“ ví už dnes. Zdůrazňuje také, že i trénovaný člověk se musí znovu a znovu přemáhat, když





## Jak na to

Zimní i dálkové plavání je, co se týče vybavení, velmi nenáročný sport. Stačí plavky, obyčejné boty do vody, plavecké brýle, ručník, župan. Kdo chce s otužováním a zimním plaváním začít, měl by se nejdříve poradit s odborníky, a hlavně podstoupit zdravotní prohlídku, zejména si nechat vyšetřit srdce. V Praze se otužilecké tréninky konají po celou zimu třikrát týdně v Braníku, nedaleko kempu Kotva.

leze do studené vody. „Pokaždé je to pro tělo šok. Díky tomu je asi otužování tak zdravé, pořádně se při něm vyburcuje imunita. Ale to neznamená, že nemohu onemocnět. Virózy se bohužel nevyhýbají ani mně.“

### Kraulem přes proudy

V brněnském oddíle se začal Richard Haan věnovat jak zimnímu plavání, při kterém měří sportovci síly na různých dlouhých úsecích od stovky do tisíce metrů, tak i dálkovému plavání, kdy se vytrvalci vydávají na trasy dlouhé až 25 kilometrů. Jakýmsi plaveckým Mount Everestem je pak překonání lamanšského kanálu.

„Pod dohledem Michala Štěrby jsem trénoval dva roky, především kraula. Plaval jsem ho výrazně pomaleji než prsa, přitom rychlost je k překonání kanálu důležitá, jinak člověk není schopen překonat proudy u francouzského pobřeží. Na tom jsem pohořel při třetím pokusu. Po 20 hodinách ve vodě už jsem je nepřemohl,“ vzpomíná Haan.

Při čtvrtém a nakonec i úspěšném pokusu v roce 2005 už měl proto připravenou strategii. Když se opět dostal do příbřežních vod, trenér mu dal pokyn, že teď musí plavat naplno. „Bylo to už ke konci a stálo mě to tolik sil, že jsem si svůj triumf při výstupu na pevninu ani pořádně neužil.“

Vzdálenost mezi Anglií a Francií zvládl nakonec za 14 hodin a 7 minut. K úspěšnému zdolání 36 kilometrů širokého průlivu mu pomohlo i to, že před závodem na radu trenéra shodil pár kilo. Podkožní tuk sice plavci pomáhá, neopren totiž není při oficiálním pokusu povolen, ale jen tak mohl dosáhnout potřebné rychlosti.

Kromě chladu nebo únavy se musí plavec v Lamanšském průlivu potýkat i se žahavými medúzami a slanou vodou. „Mnohokrát jsem se nalokal a od soli jsem měl úplně spálený krk. To samozřejmě hlasivkám neprospívá,“ připouští operní zpěvák. Chlad však podle něj hlasu nevaadí. „Naopak, ve studené vodě se všechno krásně prokrví a to je někdy lepší než rozezpívání.“

### Nemilosrdné publikum

Jak blahodárně působí otužilecký trénink na operní výkon, mohl Richard Haan zakusit i na mnoha zahraničních zájezdech. „Jednou jsme měli na Silvestra koncert ve Villachu a tam teče hned vedle divadla nádherná horská řeka. Jenže kolem vede promenáda, takže jakmile jsem vlezl do vody, seběhli se lidé. Asi čekali nějaké drama, a když jsem začal klidně plavat, zase se trochu znuděně rozešli.“

Ačkoliv operní zpěv a dálkové či zimní plavání jsou disciplíny značně rozdílné, Richard Haan vidí i mnoho společného. K oběma musí mít člověk vrozené dispozice, zvládnout techniku a také být schopen určitých obětí. „Všechno, co člověk zanedbá nebo odbude, se mu pak vrátí. Ať už při závodě, nebo na jevišti. Operní publikum bývá nemilosrdné, zvlášť v Německu nebo v Rakousku zpěváka, kterému se něco nepovede, klidně vypískají. Jako sólista se člověk za nikoho neschová. Na jevišti je pokaždé jak nahý v trní. Stejně jako když leze do studené vody.“ ▼



**Richard Haan**  
(\* 1949)

První sólové angažmá získal v opeře Ústí nad Labem, kde debutoval rolí Escamilla (Bizet: Carmen). Následovalo angažmá v olomoucké opeře, odkud přešel do Janáčkovy opery v Brně a kde působil téměř dvacet let. Několik sezon působil ve Slovenském národním divadle v Bratislavě a hostoval v mnoha zahraničních divadlech, například ve Vídni, Berlíně, Paříži, Madridu, Budapešti či Palermu. Jeho současný repertoár zahrnuje více než sto dvacet barytonových rolí. K těm nejoblíbenějším patří Porgy (Gershwin: Porgy a Bess), Scarpia (Puccini: Tosca), Don Giovanni (Mozart: Don Giovanni) a titulní role ve Verdiho operách Rigoletto, Macbeth, Nabucco, Falstaff a Simon Boccanegra. Mezi jeho další oblíbené role patří Jago (Verdi: Otello) a Holanďan (Wagner: Bludný Holanďan). Za ztvárnění role Sebastiana (Eugen d'Albert: Nížina) v Národním divadle Brno obdržel prestižní Cenu Thálie 2010.