



VÝZNAM OBRANNÝCH PROSTŘEDKŮ

Druhy a použití obranných pomůcek pro
obranu na ulici, nákup, výběr, použití

Bc. Miroslav Máčal

2022



Obsah

1	ÚVOD	1
2	REÁLNÉ NAPADENÍ	2
3	PILÍŘE SEBEOBRAHY	4
3.1	PRVNÍ PILÍŘ – STRATEGIE	4
3.2	DRUHÝ PILÍŘ – KONCENTRACE	5
3.3	TŘETÍ PILÍŘ – AKCE.....	5
4	OBRANNÉ PROSTŘEDKY	6
4.1	KLASIFIKACE OBRANNÝCH PROSTŘEDKŮ.....	6
4.2	DOPORUČENÉ PROSTŘEDKY.....	8
4.2.1	PEPŘOVÝ SPREJ	9
4.2.2	VÝBĚR PEPŘOVÉHO SPREJE	9
4.2.3	TELESKOPICKÝ OBUŠEK	11
4.2.4	VÝBĚR TELESKOPICKÉHO OBUŠKU	12
4.2.5	TRÉNINKOVÉ VARIANTY TELESKOPICKÉHO OBUŠKU	14
5	ROZBOR REÁLNÉHO NAPADENÍ	16
	ZÁVĚR	17
	SEZNAM TABULEK A OBRÁZKŮ	18
	ZDROJE	19



1 Úvod

„Kde blb, tam nebezpečno.“ Jan Werich český herec, dramatik a spisovatel, 1905-1980

Někdy se zdá, že násilí je všude kolem nás, terorismus, loupeže a vraždy na nás utočí ze seriálů a televizních zpráv nonstop, se šikanou se bohužel potká už na základní škole mnoho dětí, domácí násilí je propíraným tématem v médiích. Ale co napadení na ulici? V tomto ohledu převážná většina z nás věří, že se nám nic stát nemůže, že žijeme v bezpečné zemi, že se není čeho bát. Ostatně podle světového mírového indexu byla Česká republika v červnu roku 2022 na 8. místě žebříčku nejmírumilovnějších zemí světa. [2]

Jaký bude další vývoj ještě nelze určit, ale podle statistiky kriminality z roku 2021 [1] bude naše republika tento rok čelit několika závažným výzvám s potenciálním dopadem na kriminalitu, např. možný nárůst extremistických postojů ve společnosti, předsednictví ČR v Radě Evropské unie, integrace uprchlíků z Ukrajiny v ČR.

Tato práce si bere za cíl zdůraznit, že je zodpovědností každého z nás chránit svůj život a především poukázat na význam obranných prostředků, které mohou značně zvýšit šance napadeného a minimalizovat jeho potenciální zranění. Jako názorná ukázka slouží reálné napadení, u kterého je poukázáno na hlavní chyby, kterých se napadený dopustil. Posléze práce představuje hlavní pilíře sebeobrany a nejpoužívanější obranné prostředky, u kterých vyzdvihuje jejich výhody a nevýhody. U vybraných prostředků jsou pak doporučeny konkrétní typy a k nim příslušné tréninkové varianty. Na závěr jsou nastíněny varianty průběhu úvodního reálného napadení při znalosti základních pravidel řešení konfliktu a při použití vhodných obranných prostředků.



2 Reálné napadení

„Nemůžete si vybrat, co špatného se vám přihodí.“ Rory Miller, [26]

Jsou místa, kde se napadení člověk až tak nediví, jako třeba tmavé ulice kolem diskoték, kde se pohybují lidé posilnění alkoholem a návykovými látkami. O některých napadeních se však dá říci „to by nikdo nikdy nečekal“ a takového typu je i nedávná zkušenost z rodinné dovolené.

V den státního svátku se po vydatném dešti padesátiletý muž vydává z chaty uprostřed lesa (necelý kilometr od nejbližší komunikace) ke 140 metrů vzdálené studánce pro vodu. Zhruba v polovině cesty míjí nákladní auto nakládající dřevo, opatrně ho obchází. Ve chvíli, kdy se vzdaluje, jej řidič auta slovně, velmi vulgárně napadá. Napadený muž poprvé v životě zažívá takový nenadálý útok a vědom si své nevinny dělá první chybu, zastaví se, otočí se a volí taktéž vulgární slova na svou obranu. Slovní potyčka eskaluje, oba sprostě křičí, útočník se rychle přibližuje k napadenému, těsně před ním dupne do bahna, kterého je všude na lesní cestě po kotníky, tak, že napadený muž je celý od bláta. Rukou mu vyráží kanystr na vodu z ruky. Napadený dělá druhou chybu, dál eskaluje konflikt a kope útočníka do nohy. Ten jej pak tvrdě udeří pěstí do paže. Celý útok stále doprovází vulgární přestřelka, útočník se přibližuje na vzdálenost pár centimetrů. Najednou se útočník zarazí a nečekaně konflikt ukončuje slovy „Máš štěstí, že se stalo to v hospodě v úterý, šel bych do kriminálu...“, otáčí se a jde zpátky do auta. Napadený dělá ještě poslední chybu – otáčí se a s nekrytými zády odchází pro vodu.

Když potom napadený konflikt popisuje, uznává, že útočník byl několikrát silnější než on, cituji: „Kdyby pokračoval, nepřežil bych to, neměl bych šanci“. Napadá jej také spousta otázek: Co kdyby útočník zaútočil znovu? Co kdyby si v afektu neuvědomil, že je v podmínce? Co kdyby byl obránce sražen do bláta na zem? Co kdyby měl útočník nůž? Co mohl napadený udělat jinak? Měl počítat s tím, že uprostřed lesa narazí na zloděje dřeva, který nervozitou z přistižení přejde bez varování do agrese? Mohl být na situaci připravený?

Naštěstí vše dobře dopadlo. A tento příběh může být modelovým příkladem reálné situace, ve které je vhodné a nutné použít sebeobranu.



Obrázek 1 Vzdálenost místa napadení od hlavní komunikace



Obrázek 2 Vzdálenost místa napadení od chaty



3 Pilíře sebeobrany

„Kdo uteče, vyhraje.“ České přísloví

Co to je sebeobrana? Obrana je činnost nebo opatření vedoucí k odvrácení útoku a zájmeno „sebe“ poukazuje na obranu sebe sama. Dále sem řadíme činnosti, při kterých chráníme druhou osobu, svou rodinu, a svůj majetek.

Rozlišujeme sebeobranu jako součást bojových umění (karate, judo, aikido) a bojových sportů (box, kickbox) a reálnou sebeobranu, tj. nácvik reálných situací tak, aby zvýšila šance člověka na přežití útoku. Hlavním rysem reálné sebeobrany je boj bez pravidel.

Zdeněk Maláník, autor metody SALUTEM, rozlišuje tři pilíře reálné sebeobrany – strategii, koncentraci a akci. [28]

3.1 První pilíř – strategie

„Dobrá sebeobrana vás v první řadě naučí, jak se do situace, kdy na vás někdo sahá, vůbec nedostat.“ Pavel Houdek, [27]

Tento pilíř je tím nejdůležitějším. Strategie je předem připravený plán zahrnující jak činnosti před střetem, tak během a po střetu. Základem strategie je prevence – vyhodnotit potenciální hrozby, neprovokovat, nechodit do míst, kde je zvýšené riziko konfliktu, sledovat své okolí. Je důležité nereagovat ani na hrubé nadávky a výhrůžky. Snažíme se vždy konflikt deeskalovat. Pokud hrozí konflikt, volíme taktiku rychlého odchodu.

JUDr. Zdeněk Náchodský, soudní znalec v oboru kriminalistika, říká: „Těžké sebeobraně není v žádném případě ve vedení úderů, kopů, podmetů, hodů soupeře na zem, přehozů, v páčení apod., v defenzivních pohybových technikách, ale v tom, jak se do reálně nebezpečné situace vůbec nedostat.“ [19]

Pokud dojde při útěku k pronásledování, je nutné dostat mezi sebe a útočníka nějakou překážku, případně se přidat ke skupině okolostojících lidí.

V případě nevyhnutelného konfliktu se snažíme držet od útočníka co nejdelší vzdálenost.



3.2 Druhý pilíř – koncentrace

„Odvaha neznamená nemít strach – nýbrž schopnost nenechat se jím ochromit.“ Paulo Coelho, brazilský textař a spisovatel, 1947

Druhým pilířem je vlastní koncentrace, a to především mentální. Až osmdesát procenty se na výsledku střetnutí podílí psychický stav, na techniku připadá tedy jen 20% [29]. Je tedy klíčové udržet si v reálně nebezpečné, psychicky zátěžové situaci psychickou stabilitu.

Zní to jednoduše, ale pro psychicky nepřipraveného člověka se tato fáze snadno stane osudnou. Součástí obranné reakce nervového systému je i stažení krve z končetin a z myslící části mozku, často tedy klesá schopnost rozhodovat se. Obránce může být velmi kondičně zdatný, technicky dobře vybavený, může mít i dobrý plán a vědět, jak jednat, ale pokud v rozhodující okamžik psychicky selže, ustrne, nic z toho mu nepomůže.

Je potřeba proto naše vědomosti dostat do svalové paměti, kdy tělo jedná automaticky a provádí tisíckrát naučené pohyby i ve fázi akutního ohrožení, tedy v době, kdy tělu šéfuji pudy. Opakované podstupování stresové situace (návlek reálných situací) pomáhá člověku se adaptovat, tedy stresová reakce na stejně intenzivní podnět je mírnější. Další důležitou technikou je kontrola dechu, kdy se soustředíme na hluboké dýchání nosem do břicha.

3.3 Třetí pilíř – akce

„Umění života je něco mezi tancem a soubojem, protože musíš být stále připravený ustát nečekané útoky.“ Marcus Aurelius, císař Římské říše, 121-180

Naše představa souboje na ulici je značně ovlivněná filmovou produkcí, která nám pouliční bitky předkládá v podobě půlhodinového zápasu mezi padouchem a hrdinou, kdy padnou stovky ran, rozbije se vše kolem, ale oba se stále drží na nohou, běhají a skáčou a až na jeden krvavý šrám na obličeji jim nic není. Skutečnost pak je o to překvapivější a neuvěřitelně rychlejší, mnohdy stačí pár sekund, jedna dvě dobře mířené rány a je po souboji. Především z tohoto důvodu nemá valný smysl pilovat pro reálnou sebeobranu celé série technik. Reálná sebeobrana je založená na přirozených reflexech, musí být jednoduchá a efektivní. Používáme „zákeřné“ útoky na citlivá místa, tj. genitálie a oči, využíváme strkání prstů do nosních dírek a koutků úst, trhání a kousání. Balancujeme tak na tenké hranici mezi efektivní sebeobranou (obrana musí mít vždy větší razanci než útok) a humánností (nechceme útočníkovi ublížit víc, než je nezbytně nutné). Na zřeteli je třeba také mít právní aspekty sebeobrany.



4 Obranné prostředky

„Existuje čas a místo pro použití zbraní.“ Mijamoto Musaši, japonský šermíř, samuraj, spisovatel, výtvarník 1584-1645

Útočník má vždy nespornou výhodu – on je ten, kdo iniciuje útok, vybírá místo, čas a oběť, logicky si převážně vybírá alespoň zdánlivě slabší jedince. Hlavním důvodem pro použití obranných prostředků je tedy vyrovnat síly v konfliktu, získat převahu na svou stranu nebo alespoň ochromit protivníka a získat tak čas k útěku, či k zavolání policie. Někdy stačí na útočníka namířit zbraň, aby došlo k následnému ustoupení od útoku.

Mezi obranné prostředky patří jak bojové techniky, tak různé zbraně přímo za tímto účelem vyráběné. Nošení zbraní v České republice je legální, máme tedy při osobní sebeobraně na výběr širokou škálu prostředků.

4.1 Klasifikace obranných prostředků

Prostředky pro osobní sebeobranu mohou být improvizované a připravené. Mezi improvizované prostředky zařadíme cokoli, co máme po ruce, a může nám to pomoci v sebeobraně – např. kámen, klacek, klíče, propiska, atd. U připravených prostředků rozlišujeme mezi letálními (smrtícími) a neletálními (nesmrtícími) prostředky. Obranných prostředků je velká škála, pro přehlednost uvádíme základní typy obranných prostředků, jejich výhody a nevýhody ([3], [10]) v tabulce.

Kategorie	Obranný prostředek	Popis	Výhody	Nevýhody
Letální	Nože	Běžný pracovní prostředek, dobře dostupný. Existují s pevnou čepelí nebo zavírací. Nebezpečný i pro obránce (riziko pořezání, kontakt s nakaženou krví, kluzkost zbraně od krve). Zastavovací účinek není okamžitý. Velké riziko smrtícího účinku.	Dostupnost, snadné nošení, univerzálnost použití	Fatalita při použití, nutný blízký kontakt, pro efektivní použití nutný výcvik, riziko nákazy
	Střelné zbraně	Pro osobní sebeobranu se jedná především o revolvery a pistole. Nejúčinnější a nejrizikovější prostředek sebeobraně.	Dosah, účinnost	Fatalita, nutnost zbrojního průkazu, riziko zranění ostatních osob,



		Zastavovací účinek není okamžitý. Velké riziko smrtícího účinku.		nutné skryté nošení, doba vytažení a odjištění, právní aspekt	
Neletální	Přímý kontakt	Elektrické paralyzéry	Nesmrtící obranný prostředek, který dokáže pomocí elektrického proudu útočnicka nebo agresivní zvíře na určitou dobu zcela vyřadit.	Skladnost, moment překvapení, praskající pronikavý zvuk elektřiny	Nutný blízký kontakt
		Boxery	Jednoduchá zbraň, která je tvořena spojenými ocelovými prsty. Navléká se na ruku a díky němu je možné dosáhnout velké síly při úderu pěstí.	Skladnost, dostupnost	Nutný blízký kontakt, riziko zranění obránce
		Teleskopické obušky	Vysouvací kovové trubky různých délek. Okamžitý zastavovací účinek, nedochází ke krvácení. Potřeba alespoň základního výcviku.	Skladnost, odstup, legální v hodně zemích	Nutný výcvik
		Tonfy	Úderné ruční zbraně, obušky s kolmou rukojetí. Nyní i teleskopické. Možnost knýt si předloktí a zároveň provést úder.	Skladnost, odstup, legální v hodně zemích	Nutný výcvik, ztížené skryté nošení
		Kubotany, jawary	Malé plastové, dřevěné nebo kovové tyčky. Drží se v pěsti, vyčnívající hrot soustředí energii do jednoho bodu.	Dostupnost, nenápadnost, účinnost	Nutný blízký kontakt, nutný výcvik
		Taktická pera	Kovová propiska tvarovaná jako kubotan.	Dostupnost, nenápadnost, účinnost	Nutný blízký kontakt, nutný výcvik
	Na delší vzdálenost	Obranné spreje	Sprej s dráždivou látkou (pepřové, slzné). Chemická zbraň, která má protivníka dočasně paralyzovat pomocí bolesti očí a dýchacích cest. Existují obranné spreje kombinované se svítilnou.	Cena, dostupnost, nenápadnost, distanc, znemožnění pronásledování	Pozdní nástup účinku, nutný výcvik
		Piexon zbraně s tekutou střelou	Speciální forma spreje od firmy Piexon, dvouranná zbraň ve tvaru pistole. Účinná látka je zde rázově pod velkým tlakem vystříknuta na cíl.	Větší odolnost povětrnostním vlivům a silnější účinek v cíli	Dvě rány, cena, bez mířidel



	Expanzní zbraně	Např. akustické a plynové pistole. Palné zbraně pro cvičnou střelbu, nabíjí se speciálními náboji: slepými, polymerovými, pepřovými, zábleskovými apod.	Minimální fatalita	Podoba s reálnou zbraní, špatné nošení, doba vytažení
	Osobní alarmy	Malý plastový přívěsek na klíče, který po stisknutí tlačítka vydává pronikavý zvuk. Pro zvýšení překvapení útočníka lze hodit do náručí.	Cena, velikost, moment překvapení	Neúčinnost
	Krakeny	Ruční kanóny, které vystřelují tenisové míčky rychlostí okolo 120 m/s.	Účinnost	Velikost, není dostupný v ČR
	Taktické svítilny	Svítilny z tvrzených materiálů, odolají pádům, úderům, mají stroboskop. Existují svítilny kombinované s obrannými spreji.	Moment překvapení	Nízká účinnost
	Tasery	Distanční elektrické paralyzéry, zbraně založené na principu elektrického šoku, která vystřelenými elektrodami paralyzuje nervovou soustavu zasaženého.	Odstup, okamžitá paralýza	Cena, v ČR není určen pro civilisty

Tabulka 1 Souhrn obranných prostředků

4.2 Doporučené prostředky

Pro další výběr vhodných obranných prostředků nebudeme uvažovat smrtící prostředky. V souladu s pilířem jedna (viz 3.1) se zaměříme na prostředky umožňující udržení dostatečné vzdálenosti od útočníka. Z tabulky lze vyčíst, že máme v podstatě na výběr mezi expanzní zbraní a pepřovým sprejem. Hlavní potíž u např. plynové pistole je podoba s reálnou zbraní, což může zvýšit agresi u útočníka. Nejvhodnějším prostředkem na delší vzdálenost se tedy jeví pepřový sprej, který při výběru správné varianty může být velmi efektivní.

Mezi nejúčinnější prostředky na bližší kontakt patří paralyzér a teleskopický obušek. Pro použití paralyzéra je potřeba velmi blízkého kontaktu, na rozdíl od teleskopického obušku, který umožňuje udržovat alespoň minimální odstup, což může být v případě ozbrojeného napadení klíčové.

Kombinace pepřového spreje a teleskopického obušku je i v souladu s doporučením Školy bojových umění a reálné sebeobrany Břeclav [6], proto se podíváme na oba prostředky blíže.

4.2.1 Pepřový sprej

Pepřový sprej (hovorově také pepřák nebo kasr) je nesmrtící obranný prostředek, který má protivníka dočasně paralyzovat. Zásahem účinné látky, kterou je kapsaicin, mu způsobuje silné podráždění očí a dýchacích cest, kašel, případně i dočasnou slepotu.

Pepřové spreje se vyrábí v několika různých variantách, rozlišujeme spreje s výstřikem ve formě:

- Pramene, proudu, tekuté střely (JET spreje) – dosah až 6 metrů, potřeba přesnějšího míření
- Mlhy, aerosolu (FOG spreje) – krátký dosah, větší prostor, nepoužitelnost v interiéru
- Pěny - na krátké vzdálenosti, zpožděné působení
- Gelu - na střední vzdálenosti, zpožděné působení

Na trhu jsou také pepřové spreje v podobě psacího pera, rtěnky nebo obranné spreje kombinované se svítilnou. Za zmínku stojí určitě i anti-panic varianty označované jako 360°. Jedná se o sprej, který lze použít v jakékoliv poloze. Jinými slovy jej při použití libovolně otáčet, naklánět.

4.2.2 Výběr pepřového spreje

Při volbě správného typu spreje a zvládnutí manipulace (tréninku) s ním dostaneme do rukou velmi efektivní obranný prostředek, který přináší několik výhod:

- Zastavit útok na vzdálenost cca 4m
- Účinný proti osobám, osobám pod vlivem alkoholu, zvířatům
- Zasažené osobě nezpůsobí fyzické zranění (velmi důležité z právního hlediska)
- Efektivní při obraně v automobilu

Zaměříme se na variantu spreje typu JET, která právě kritérium zásahu na větší vzdálenost splňuje nejlépe. Na trhu jich je nepřehledné množství, ne každý výrobce ale nabízí i tréninkové varianty, které jsou pro efektivní použití spreje nezbytné. Mezi výrobce s tréninkovou variantou patří např. TW1000 (zajímavostí jsou ergonomické varianty spreje), SABRE nebo ESP.



Obrázek 3 Pepřové spreje, zleva Sabre ostrý, tréninkový, TW1000 ostrý, tréninkový, ostrý ergonomický s a bez svítilny



Obrázek 4 Pepřový sprej ESP (zleva ostrý s a bez svítilny, tréninkový s a bez svítilny)

České ESP si v konkurenci nevede špatně. Vlajkovou lodí ESP mezi pepřovými spreji je sprejová svítilna TORNADO. Jedná se o technicky ojedinělý výrobek, kterému již byl udělen patent v USA, Evropě a Rusku. Tento sprej disponuje nadprůměrnými technickými vlastnostmi, níže pro informaci jejich výčet:

- Zvláštní balistický tvar paprsku umožňující lepší zásah
- Dosah : až 4,5m
- Průměr rozstřiku : 10-20cm
- Nehořlavý materiál
- Maximální 10% odchylka dosahu při použití od -20°C do $+50^{\circ}\text{C}$
- Schopnost manipulace od -20°C až do $+50^{\circ}\text{C}$
- Funkčnost i při odchýlení trysky až o 60o od rovnoběžné osy v každém směru
- I po pádu z výšky 2 m a při odchýlení trysky o 30o od osy je sprej těsný a nepropouští kapalinu
- Těsní i při 50°C
- Snadná obsluha pro leváka i praváka
- Snadná obsluha i ve tmě
- Snadná obsluha i v rukavicích
- Síla stlačení musí být $> 10\text{N}$
- Koncentrace aktivní látky v OC : $0,3 \pm 0,03$ procenta váhy capsaicinoidů
- Průměr rozstříkovaného aerosolu $> 2\mu\text{m}$
- Rozpuštěná a stlačená látka, nekarcinogenní
- Rozpuštěná a stlačená látka, nepoškozuje mateřský plod
- Nepoškozuje a nemění lidské geny
- Nekrystalizuje či nesráží se při teplotách : od -20°C do $+50^{\circ}\text{C}$
- Expirační doba (životnost) spreje je 3 roky



Při výběru vhodného je vhodné přihlídnout k tělesným proporcím z důvodu manipulace a možného skrytého nošení.

Důležitým údajem je objem účinné látky spreje, který by měl být minimálně 40ml. Pokud budeme uvažovat průměrně 8ml na jeden výstřik, máme k dispozici při obraně 5 výstřiků.

S pepřovým sprejem bychom měli absolvovat výcvik a jistý tréninkový dril, abychom jej mohli efektivně používat v realitě. Rychlost taseání a přesnost zásahu jsou pro použití naprosto klíčové. Pro tyto účely výrobci dodávají různé typy pouzder (kompaktní, naklápěcí, atd).



Obrázek 5 Pouzdra pro pepřové spreje

4.2.3 Teleskopický obušek

Teleskopický obušek (hovorově také teleskop, obuch, instantní klacek, atd.) je moderní úderná ruční zbraň určená jak pro ozbrojené složky, tak jako pomůcka pro sebeobranu civilních osob. Poprvé byl použit už ve druhé světové válce britskými jednotkami. Jeho dnešní podoba vznikla v 80. letech v USA.



Obrázek 6 Teleskopický obušek

Teleskopický obušek se skládá ze tří kovových trubek zasunutých v sobě, prudkým švihnutím se obušek rozloží do plné délky. Obvyklým materiálem je ocel (kalená, nekalená), případně speciální slitiny hliníku.

V reálné sebeobraně je vhodné nosit obušek skrytě a zároveň je důležitá rychlost taseání. Často se obušky nosí v kapse bundy, v zadní kapse kalhot či zastrčené za pasem kalhot, případně lze použít kovový klips na oděv. Délka obušku se obvykle uvádí v palcích a jedná se o délku otevřeného obušku. Většina výrobců nabízí obušky v několika délkách, od 12" do 26". Za nejvýhodnější se obecně považuje rozměr 16" nebo 21", který umožňuje pohodlné skryté nošení pod vhodným oděvem.



K teleskopickému obušku lze připevnit různá příslušenství, například LED svítilnu, parabolické zrcátko, páčidlo, rozbíječe skel apod. Existují různé držáky na teleskopické obušky, případně na kombinaci s pepřovým sprejem.



Obrázek 7 Příslušenství k teleskopickému obušku

4.2.4 Výběr teleskopického obušku

Než se budeme zabývat technickými aspekty, je potřeba si uvědomit, že každý člověk má jiný somatotyp, tedy váhu, výšku, délku paží, velikost dlaní, délku prstů, sílu apod. Nelze tedy obecně doporučit ideální obušek, ale je třeba k výběru přistupovat individuálně.

Kromě tělesných proporcí je třeba také zvážit naučené techniky. Bez náležitého tréninku se obušek nedá efektivně a bezpečně použít. Existuje více přístupů ve výuce obrany s obuškem. Například systém Sorudo [3] předpokládá použití obušku na velmi krátkou vzdálenost, zatímco systém ESP [4] se zaměřuje na udržení delší obranné vzdálenosti. Podle doporučeného způsobu použití se pak odvíjí i výběr obušku. Kratší, lehčí obušek poskytne vyšší komfort při nošení, zvýší dynamičnost obrany, ale zkrátí obrannou vzdálenost a bude mít nižší kinetickou energii při dopadu. Kdežto delší a těžší obušek sníží dynamičnost, bude se hůře skrývat, avšak úderů budou tvrdší a silnější a mohou být vedeny na delší vzdálenost.

Mezi nejdůležitější technická kritéria výběru patří:

- spolehlivost: prověřené výrobce, certifikované a testované pro profesionální účely
- kompaktnost: skryté nošení, zachovat okamžik překvapení (délky obušků 16-21 palců)
- odolnost: pouze kalené ocelové obušky, případně obušky z high-tec materiálů jako např. letecký hliník
- příslušenství: rozšíření možností použití obušku (svítilna, rozbíječ skel, ...)

Tímto vyloučíme obušky nekalené, neznačkové a nekompaktní, jinými slovy řečeno nevhodné pro reálnou sebeobranu.

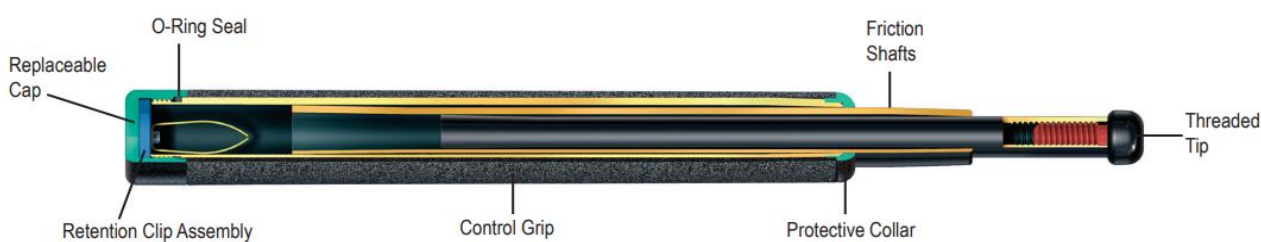
Výrobci teleskopických obušků je nepřehledné množství od trhovců přes no-name výrobce, dále výrobci jako ROTHCO, MIL-TEC, SMITH & WESSON až k pomyslné špičce jako jsou např. ESP, ASP, NexTorch.



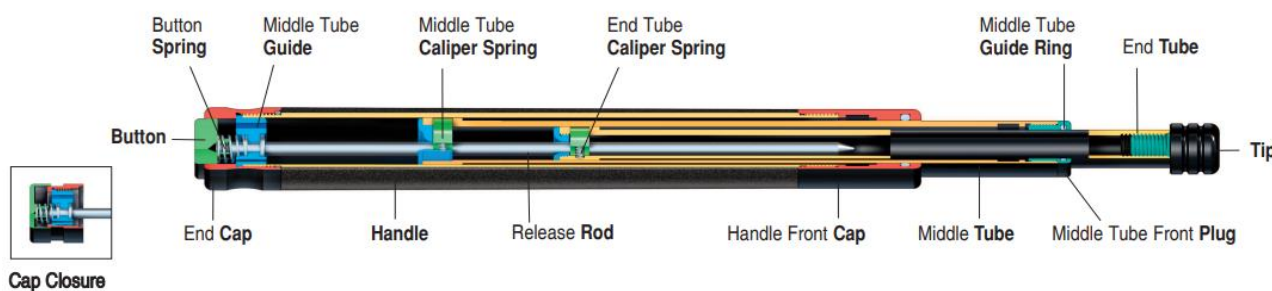
Z pohledu samotné konstrukce můžeme rozdělit teleskopické obušky na dva typy:

1. Obušky fungující na principu tření
 - obušky se otvírají jen švihem a zavírají rychlým švihem o zem (obušek směřuje kolmo k zemi, případně se může pro uvolnění kuželů lehce poklepat špičkou o zem)
2. Obušky se speciálním uzamykacím mechanismem
 - obušky se otvírají slabším rychlým švihem nebo vysunutím tahem za špičku obušku a zavírají stisknutím tlačítka, čímž se uvolní zámkový mechanismus a obušek lze lehce zasunout rukou (o dlaň)

Rozdíl v konstrukci je naznačený na obrázcích s řezem obušky ASP, kde je na první pohled patrný rozdíl ve složitosti jednotlivých konstrukcí.



Obrázek 8 Řez obuškem ASP Friction



Obrázek 9 Řez obuškem ASP Talon

V tabulce níže jsou uvedeny základní parametry vybraných řad teleskopických obušků od výrobců ASP, ESP a NEXTORCH, které mohou sloužit pro prvotní orientaci.



Legenda:

L1 [cm] délka v zavřeném stavu

L2 [cm] délka ve vysunutém stavu

ø [cm] průměr v nejširší části

m [g] hmotnost

Mat materiál: S (kalená ocel), Al (slitiny hliníku)

Zam systém uzavírání: F (třením), L (zámkem)

Cena cena na stránkách výrobce, přepočítaná dle kurzu ČNB k 24.08.2022

výrobce	typ obušku	L ₁ [cm]	L ₂ [cm]	ø [cm]	m [g]	mat	zam	cena
ASP	Protector P16	16,21	40,00	2,19	181	Al	F	2 280 Kč
	Protector P21	20,64	53,34	2,19	218	Al	F	2 553 Kč
	Agent 40	19,69	40,00	2,22	374 207	S Al	L	4759 Kč*
	Agent 50	22,86	50,00	2,22	435 235	S Al	L	4932 Kč*
NEXTORCH	Walker 16	19,10	40,10	2,20	376 210	S Al	L	2945 Kč 2206 Kč
	Walker 20	22,40	50,00	2,20	250	Al	L	2 454 Kč
ESP	ExB-18HS	17,80	45,00	2,15	340	S	F	642 Kč
	ExB-21HS	20,50	53,00	2,15	385	S	F	657 Kč

*cena je totožná pro ocelovou verzi a verzi ze slitin hliníku

Tabulka 2 Výběr teleskopického obušku

4.2.5 Tréninkové varianty teleskopického obušku

Ať už zakoupíme jakýkoliv teleskopický obušek pro účely reálné sebeobrany, je nutné si uvědomit zásadní věc. Bez řádného tréninku, nácviku a drilování technik tasení, úderů, bloků, pák, apod. je teleskopický obušek neefektivní a v mnohých případech může být až nebezpečný osobě, která jej chce v kritické situaci použít. Hrozí ztráta obušku a použití proti jeho vlastníkov.

Pro tyto účely jsou samotnými výrobci dodávány na trh cvičné obušky.



Obrázek 10 Cvičné obušky (vlevo zavřený, vpravo vysunutý)

Ty jsou z pravidla vyráběny buď v zavřeném stavu, nejčastěji pak ve vysunutém stavu, což s sebou nese jedno velké mínus – s takovými obuškami nelze trénovat celou reálnou situaci od tasení/vysunutí obušky až do odražení útoku. Jedinou výjimkou na současném trhu je tréninkový obušek BLUE BATON, který jako jediný umožní projít celou reálnou situací od začátku až do konce. Tento obušek se vyrábí v jediné délce, která odpovídá 21" obušce.



Obrázek 11 Cvičný obušek Blue Baton



5 Rozbor reálného napadení

Vratme se nyní k úvodnímu příběhu a zkusme nastínit několik scénářů, ve kterém by napadený byl vybaven obrannými prostředky dle doporučení (pepřový sprej, teleskopický obušek) a svým jednáním by minimalizoval riziko svého zranění.

Úvod: Padesátiletý muž se vydává z chaty lesní cestou ke 140 metrů vzdálené studánce pro vodu. Zhruba v polovině cesty míjí nákladní auto nakládající dřevo, opatrně ho obchází. Ve chvíli, kdy se vzdaluje, jej řidič auta slovně, velmi vulgárně napadá.

Scénář jedna – deeskalace

Muž z chaty je ve střehu, kontroluje si obranné prostředky, klidným pevným hlasem se omluví, zároveň gestikuluje otevřenou dlaní, jde dál, pokračuje v cestě, kontroluje pohyb agresora. Útočník je spokojený a nepokračuje v napadání. Konflikt je zažehnán, nikomu se nic nestalo.

Scénář dva – stopka

Pokud přesto útočník pokračuje ve slovních nadávkách a blíží se k obránci, pak se napadený otáčí čelem k útočnickovi, dává ruku před sebe s otevřenou dlaní v obranném gestu, druhou rukou nahmatá a připraví obranný sprej, důrazně vyzývá útočníka: „Stůjte“. Agresor zastaví útok, konflikt je zažehnán.

Scénář tři – konflikt s odstupem (použití pepřového spreje)

V případě, že se útočník nezastaví, napadený pomocí naučených technik použije obranný sprej – tasí, míří, zasahuje útočníka do očí. Útočník je po zásahu dezorientovaný, ale může stále útočit. Napadený je v pohybu, udržuje si bezpečnou vzdálenost. Jakmile agresor přestane útočit, obránce volá policii a v bezpečné vzdálenosti kontroluje útočníka, zda vzhledem k terénu (bláto, kaluže) není nutno mu poskytnout první pomoc. Vyčká na příjezd policie.

Scénář čtyři – konflikt na blízko (použití teleskopického obušku)

Pokud se obrana pepřovým sprejem nezdařila (nepřesný zásah, selhání spreje) a útočník se dál blíží k napadenému, ten tasí obušek a znovu velmi důrazně zvolá: „Stůjte“.

- a) Agresor nepokračuje v útoku – tasení obranné zbraně zafungovalo jako zastrašení a konflikt je zažehnán
- b) Útočník pokračuje v útoku, je neozbrojený – obránce se brání údery na nevitální zóny pro minimalizaci fatálních následků
- c) Útočník pokračuje v útoku a tasí zbraň (nejčastěji nůž) – obránce odráží útok použitím obušku, nejhorší možný scénář, pravděpodobná jsou vážná zranění na obou stranách

Na popsaném příběhu je vidět, že ideálním řešením je, aby ke konfliktu vůbec nedošlo. V případě použití obušku bude mít případ určitě právní dohru. Vzhledem k absenci svědků a kamer může mít obránce potíže s prokázáním nutné obrany a krajní nouze, nemluvě o možných zraněních, až fatálních, na obou stranách.



ZÁVĚR

„Na sebeobranu se lidé nechodí naučit rvát. Přicházejí proto, že se chtějí zbavit strachu.“ Pavel Houdek, [27]

Sebeobrana není pouhým fyzickým střetem, je celým souborem opatření, činností, myšlenek a vědomostí. Pohybová zdatnost a znalost technik je jejím základem, ale zasahují do ní disciplíny psychologie, právo, taktika, zdravotvěda a další.

Na reálném případě jde vidět, jak velký je význam správně zvolených obranných prostředků, pokud je umí napadený efektivně využívat. Doporučená kombinace správného typu pepřového spreje a teleskopického obušku zvyšuje mnohonásobně obranyschopnost napadeného.

Přes nesporný efekt obranných prostředků je potřeba zdůraznit, že v ideálním případě k jejich použití vůbec nedojde a situace reálného ohrožení končí v předkonfliktní fázi. Jakákoliv jiná varianta vždy přináší riziko fyzických, psychických a právních následků.

Je volbou každého z nás, zda před potenciálním nebezpečím a rizikem budeme zavírat oči, či zda přijmeme odpovědnost a využijeme práva bránit sebe a svou rodinu.

“Nikdy, nikdy a nikdy se nevzdávejte odpovědnosti za svou bezpečnost.” Rory Miller, [26]



Seznam tabulek a obrázků

Tabulka 1 Souhrn obranných prostředků.....	8
Tabulka 2 Výběr teleskopického obušku	14
Obrázek 1 Vzdálenost místa napadení od hlavní komunikace	3
Obrázek 2 Vzdálenost místa napadení od chaty	3
Obrázek 3 Pepřové spreje, zleva Sabre ostrý, tréninkový, TW1000 ostrý, tréninkový, ostrý ergonomický s a bez svítilny	9
Obrázek 4 Pepřový sprej ESP (zleva ostrý s a bez svítilny, tréninkový s a bez svítilny)	10
Obrázek 5 Pouzdra pro pepřové spreje	11
Obrázek 6 Teleskopický obušek.....	11
Obrázek 7 Příslušenství k teleskopickému obušku.....	12
Obrázek 8 Řez obuškem ASP Friction.....	13
Obrázek 9 Řez obuškem ASP Talon	13
Obrázek 10 Cvičné obušky (vlevo zavřený, vpravo vysunutý)	15
Obrázek 11 Cvičný obušek Blue Baton.....	15



Zdroje

Webové stránky:

[1]	https://www.mvcr.cz/soubor/zprava-o-situaci-v-oblasti-verejneho-poradku-a-vnitri-bezpecnosti-na-uzemi-ceske-republiky-v-roce-2021.aspx
[2]	https://www.visionofhumanity.org/wp-content/uploads/2022/06/GPI-2022-web.pdf
[3]	https://sorudo.cz/ https://sorudo.cz/obranne-prostredky-a-zbrane-z-hlediska-sebeobrany/ https://sorudo.cz/580-2/
[4]	https://www.euro-security.info/cs/ https://www.euro-security.info/cs/vice-o-sprejove-svitilne-tornado.html https://www.euro-security.info/cs/teleskopicke-obusky.html
[5]	https://www.fsp.muni.cz/inovace-SEBS-ASEBS/elearning/sebeobrana/technicke-prostredky https://is.muni.cz/th/wcc4r/Bakalarska_prace_-_Vyukovy_program_sebeobrany_pro_zacatecniky.pdf
[6]	http://www.sebeobranabreclav.cz/document/prirucka_realne_sebeobrany2019.pdf
[7]	https://www.rucevzhuru.cz/technika/243-obranne-prostredky-piexon-s-tekutou-stelou.html
[8]	https://shootrange.cz/blog/strelecke-zbrane-na-sebeobranu-bez-zbrojniho-prukazu.html
[9]	https://www.top-armyshop.cz/magazin-sebeobrana-strelne-expanzni-zbrane
[10]	https://www.zachranar.com/amp/obranneprostredky
[11]	https://www.sevo.cz/Boxer-jako-prostredok-sebeobrany-b32523.htm
[12]	https://www.asp-usa.com/collections/batons https://www.asp-usa.com/pages/infinity-restraint-catalogs
[13]	https://www.nextorch.com/collections/nex-batons
[14]	https://bluetrainingsystems.ca/blue-baton/shop-blue-baton/
[15]	https://www.stavnouze.cz/
[16]	https://www.svetzbrani.cz/
[17]	https://cs.wikipedia.org/wiki/Sebeobrana



[18]	https://citaty.net/
[19]	https://www.bkb.cz/prevence/zasady-pro-inteligentni-sebeobranu/
[20]	https://www.tw1000.com/
[21]	https://www.sabrered.com/
[22]	
[23]	
[24]	
[25]	

Knihy:

[26]	<i>Miller, Rory (2021). Realita násilí. Mladá fronta.</i>
[27]	<i>Houdek, Jasmína; Houdek, Pavel (2022). Moderní sebeobrana. Listen.</i>
[28]	<i>Maláník, Zdeněk; Gruber, David (2021). Sebeobrana všedního dne. David Gruber.</i>
[29]	<i>Černý, Pavel; Goetz, Michal (2004). Manuál obranné střelby. Grada.</i>
[30]	
[31]	
[32]	