



FITNESS 22. 06. 2016

## Tenis - populární míčový sport se hrál i na dvoře francouzského panovníka Ludvíka X.

**Obecně se soudí, že hru podobnou tenisu hrávali francouzští mnichové již někdy ve 12. až 13. století a nazývali ji Jeu de la courte paume. K...**

Tenis je míčová hra pro 2 nebo 4 hráče. Pokud hrají 2 hráči, jde o dvouhru, varianta se 4 hráči se pak nazývá čtyřhra. Hraje se i smíšená čtyřhra, při které v každé dvojici hraje jedna žena a jeden muž. Soupeři stojí proti sobě, na obdélníkovém hřišti, tzv. tenisovém dvorci, a pokoušejí se tenisovou raketou odrazit tenisový míček tak, aby ho soupeř nemohl vrátit protihráčova tenisového dvorce.

### Historie tenisu

Obecně se soudí, že hru podobnou tenisu hrávali francouzští mnichové již někdy ve **12. až 13. století** a nazývali ji **Jeu de la courte paume**. K odpalování míčku používali mniši vlastní dlaně, které nahradily rukavice, později rukavice s prsty spojenými sítkou a nakonec i dřevěné pátky. Ještě než papež stihl tuto hru jako rozmařilost zakázat, rozšířila se do francouzských šlechtických kruhů, kde získala velkou oblibu a šířila se dál přes moře do Anglie. Tenis byl ve Francii natolik oblíbený, že se dostal i na dvůr francouzského krále **Ludvíka X.**, kde se sázely velké částky na výsledky zápasů. Vášnivým vyznavačem byl později i **Jindřich VIII.**, který hrával hru se svými přáteli v paláci Hampton Court.

Je doloženo, že dnešnímu tenisu podobný druh venkovní hry existoval již v 6. století n. l., a že by se její kořeny daly nalézt v Egyptě a Persii. Ve starém Římě měli také hru podobnou tenisu nazývanou

Trigon. Později ve 12. století se hrála hra zvaná Gioco della pallone, kterou později vystřídala hra Gocco della corda. Ve 14. století měli Španělé velmi oblíbenou hru nazvanou Pelota.

## Kolébka tenisu

Kolébkou tenisu je **Anglie**, a to díky **majorovi Walterovi Cloptonovi Wingfieldovi**, který si roku 1874 nechal patentovat hru nazvanou **Sféristika**. Tahle hra se hrála na dvorcích, které byly v půlce zúžené a odtud mírně stoupaly k síti. Ve středu dvorce byla síť vysoká 1,5 m. Cílem bylo dopravit míč úderem rakety přes síť do soupeřovy poloviny dvorce tak, aby ho protihráč nemohl vrátit zpět. O rok později již vznikla **první pravidla tenisu**, a roku 1886 dostal dnešní podobu i tenisový dvorec. Vznikl tak **opravdový tenis**.

V prvních letech po vzniku hry docházelo k překotnému vývoji hry. Nejdříve se tenis hrál pouze od základní čáry a podávalo se zesponu, ale se založením wimbledonských turnajů začaly vznikat nové prvky a hra se formovala. Začala se používat hra na síti, začalo se smečovat. Loby a rotace byly v 19. století takovými novinkami v této již velmi populární hře, že se zvedaly vlny nevole nadšených fanoušků. Nakonec zvítězil názor, že útok má v tenise opodstatnění a že obohatí hru. Síť byla snížena na 91 cm a tenis se dále zdokonaloval zejména v podání a hry u sítě. Hráči začali používat kombinace prudkých přímých úderů se stopboly se spodní rotací.

## Pravidla tenisu

### Historie počítání

Tenisové počítání je pro laika poměrně složité a těžko rozklíčovatelné. Je inspirované klasickými ručičkovými hodinami. A proto se každý hráč po zahrání vítězného míče **posouvá po čtvrt hodinách k vytouženému bodu - tedy 15, 30, 45, bod**. Jenže vyslovit forty-five - tedy čtyřicet pět - je pro rozhodčí zbytečně složité, a tak došlo ke zkrácení na nyní už notoricky známé **forty** neboli čtyřicet. Stejně je to s nulou: nepoužívá se slova zero, avšak výrazu výslovností velmi podobnému slovu **love**. Souvislost s citovou záležitostí v označení nehledejte. Některé zdroje uvádějí, že původ slova vznikl ze spojení playing for love - volně přeloženo hrát za hubičku, pravděpodobněji však jde o zkomoleninu francouzského slova ‚l'oeuf‘ znamenající vejce, tedy výrazu, jehož se pro nulu hojně využívá i v baseballu či kriketu.

### Pravidla počítání

Získá-li první bod podávající, je stav 15:0, pokud přijímající, je stav 0:15. Udělá-li přijímající chybu, je stav pro podávajícího 30:0 nebo naopak 0:30 pro přijímajícího. Hráč, který získá tři body, dosahuje hodnoty 40 a vede tedy 40:0 nebo 40:15, 40:30. Pokud za tohoto stavu vybojuje i další bod, získává hru (game). Pokud soupeř vyrovná na **40:40, jedná se o shodu**.

Ten, kdo chce vyhrát při shodě, musí **získat dva body náskoku**. Nejdříve tedy tzv. výhodu (advantage) a potom teprve celou hru. Pokud jeden hráč získá výhodu, ale příští bod opět patří soupeři, nastává opět shoda.

**Set** vyhrává ten z hráčů, který **získá šest her (gamů)**. Musí však vyhrát rozdílem nejméně dvou her, čili 6:0, 6:1, 6:2, 6:3, 6:4. Pokud je stav 6:5, hraje se, dokud jeden ze soupeřů nezíská náskok dvou her. Zápas vyhrává ten, **kdo první získá dva sety** (hraje-li se na dva vítězné) **nebo tři sety** (hraje-li se na tři vítězné).

## Tenisové míčky

Jednotná norma na to, jak mají tenisové míčky vypadat, vznikla až v 18. Století. Do té doby, šlo o velmi malé míčky, které byly sešité z kůžiček a plněné byly vlastně čímkoliv. Od 18. století byl míčkem obalený valounek, který se vkládal do zvířecí srsti nebo látky, a pak ještě do vlněného obalu. Podobnými míčky se dodnes hraje na speciálních turnajích v Anglii.

V polovině devatenáctého století se objevují **míčky dnešního typu**. Dnešní míčky jsou **uvnitř duté**, vyrobeny jsou ze **dvou gumových polokoulí potažených látkou**, která se sešívá na automatech. Mají průměr **6,4 až 6,7 cm** a váží **57 až 59 gramů**. Mezinárodní tenisová federace může rozhodnout o tom, jestli budou na mezinárodní turnaje zavedeny míčky větších rozměrů, které by létaly pomaleji, protože rychlost dnešních servisů je příliš velká. Exkluzivitu na výrobu tenisových míčků pro Wimbledon získala v roce 1902 firma **Slazenger** a drží si ji dodnes.

Na každém wimbledonském turnaji, který trvá čtrnáct dní, se použije kolem 36 000 tenisových míčků a každý z nich je ručně testován. Jsou váženy, mačkány a pouštěny z výšky a zkoumá se rovněž jejich vzhled. Pak jsou zabaleny do zapečetěných kontejnerů a dopraveny na místo turnaje, kde se skladují při teplotě 20 °C.

## Tenisové dvorce

Tenisový dvorec se cizím slovem nazývá **kurt**. Kurt je hřiště určené pro tenisovou hru. **Povrch kurtu** může být travnatý, asfaltový, antukový, nebo může být pokryt umělým trávníkem. Na kurtech jsou čáry vymezující jednotlivá hřiště. Ty rozlišujeme podle toho, jestli jsou určena pro dvouhru nebo pro čtyřhru.

Dvouhra se hraje na hřišti **23,77 m dlouhém a 8,23 m širokém**. Pro čtyřhru je po obou stranách přidán pruh **1,37 m široký**. Tenisový dvorec je uprostřed **předělen sítí** zavěšenou na provaze nebo na kovovém laně o průměru maximálně 0,8 cm. Jeho konce jsou buď upevněny na horní ploše, nebo vedeny přes horní plochu dvou sloupků, které mají průřez buď čtvercový o straně nejvýše 15 cm, nebo kruhový o průměru nejvýše 15 cm. Tyto sloupky mohou přesahovat zavěšené lano sítě nejvýše o 2,5 cm. Středy sloupků jsou na každé straně vzdáleny 0,914 m od čáry ohraničující dvorec. Sloupky musí mít takovou výšku, aby provaz nebo kovové lano vedené přes jejich horní plochu bylo 1,07 m nad zemí.

## Tenisová síť

Síť musí být napjata tak, aby zcela **vyplňovala plochu mezi oběma sloupky**. Musí mít oka tak malá, aby jimi míč nemohl projít. Výška sítě uprostřed je 0,914 m, ve středu je síť stažena zcela bílým popruhem širokým nejvýše 5 cm.

Provaz nebo kovové lano a horní okraj sítě jsou potaženy z obou stran zcela bílou páskou širokou nejméně 5 cm a nejvýše 6,35 cm. Na síti, na popruhu, na pásce a na tyčkách pro dvouhru nesmí být umístěny reklamy.

## Povrch dvorce

Povrch kurtu může být buď pokrytý **trávou, antukou, asfaltem, umělou trávou, betonem** nebo v hale **kobercem**. Tvrdé povrchy jsou rychlejší než antuka, ale pomalejší než travnaté dvorce.

**Tvrdé povrchy** jsou hlavně asfaltové. Jsou středně rychlé a výhodu zde mají zejména tenisté, kteří

hrají silovou hru. Zásadní je obsah písku v povrchu. US Open je hrán na typu DecoTurf, tvrdém akrylátovém povrchu, zatímco Australian Open je hrán na syntetickém povrchu Plexicushion. Tyto povrchy jsou více rizikové, co do zranění tenistů.

V hale je nejčastějším povrchem koberec. Méně často antuka. Kobercové povrchy se liší svou **strukturou a tloušťkou**. To jsou vlastnosti, které udávají **rychlost, velikost odskoku míče a možnost rozsahu pohybu tenistů**. Koberec je nejrychlejším povrchem v tenise. Existuje mnoho druhů včetně umělé trávy.

## Ohraničení tenisového dvorce

Čáry, které ohraničují kratší strany dvorce, se nazývají **základní čáry**, čáry ohraničující delší strany dvorce se nazývají **podélné čáry**. Ve vzdálenosti 6,40 m od sítě jsou rovnoběžně se sítí **čáry pro podání**. Prostor po obou stranách sítě mezi čarami pro podání a podélnými čarami je rozdělen na dvě poloviny, zvané pole pro podání, střední čarou pro podání, která musí být 5 cm široká a je uprostřed mezi podélnými čarami a rovnoběžná s nimi. Každá základní čára je rozdělena v myšleném prodloužení střední čáry čarou 10 cm dlouhou a 5cm širokou, vyznačenou ze základní čáry kolmo dovnitř dvorce a zvanou **střední značka**. Všechny ostatní čáry musí být nejméně 2,5 cm a nejvýše 5 cm široké, kromě základní čáry, která může být široká nejvýše 10 cm. Všechny čáry musí být **stejně barvy**. Jsou-li na zadní straně dvorce umístěny reklamy nebo jiná sdělení, nesmějí být bílé nebo žluté barvy.

## Wimbledon

The Championships, Wimbledon nebo pouze Wimbledon, je **nejstarší a nejslavnější tenisový turnaj na světě**. Je třetí ze čtyř největších tenisových turnajů - Grand Slamu, každoročně hranou na přelomu června a července v londýnské části Wimbledon.

Úvodní ročník se na travnatých dvorcích **All England Clubu** konal v roce 1877. Důležitou roli ve Wimbledonu hraje **tradice a historie**. Šatny jsou původní dřevěné. Areál včetně dvorců neobsahuje žádné reklamní plochy a tenisté musí hrát v předepsaném bílém oblečení. Program zahrnuje soutěže mužské i ženské dvouhry, mužskou, ženskou a smíšenou čtyřhru, soutěže juniorů, legend a vozíčkářů. Od roku 1887 získává vítěz mužské dvouhry **pozlacený stříbrný pohár**. Ženská šampionka přebírá od roku 1886 stříbrnou "**mísu Venus Rosewater**" zdobenou mytologickými výjevy.