

Drena Trkulja Petković
Igor Pruginić
Zoran Delibašić

ULOGA I ZNAČAJ PODVODNOG RIBOLOVA KAO OBLIKA REKREACIJE SUVREMENOG ČOVJEKA

1. UVOD

Trend današnjice je omogućiti čovjeku da pomoću različitih rekreacijskih programa i sadržaja održi i poboljša svoje tjelesno i psihičko stanje. Jedan od takvih programa je i podvodni ribolov koji je danas sve rašireniji u svijetu, ali i kod nas.

Bit podvodnog ribolova i ostalih aktivnosti je da čovjek što više boravi u prirodi, u moru i uz more pa na taj način utječe na smanjenje negativnih učinaka suvremenog načina života i rada. U podvodnom ribolovu nema socijalnih i društvenih razlika jer su svi sudionici u vodi samo ribolovci koji su postali jedan dio podvodnog svijeta.

Za rekreacijski podvodni ribolov slobodno vrijeme je važan faktor. Podvodni ribolov se ne sastoji samo od odlaska na vodu, već od odabira mjesta, opreme i tehnike, te načina lova, ali i od mnogih drugih čimbenika.

Sudionike sportsko rekreacijskih sadržaja upoznaje se s uvjetima u vodi, životom morskih stvorenja, njihovom hranidbom i ponašanjem s posebnim naglaskom na zaštitu okoliša u kojem borave i koji je svakim danom sve ugroženiji.

Stoga je cilj ovoga rada prikazati ulogu i značaj podvodnog ribolova te mogućnosti njegove primjene u području sportske rekreacije i aktivnog odmora u prirodi.

2. PODVODNI RIBOLOV

Riječju ribolov obuhvaćeni su pojmovi sportskog i gospodarskog ribolova. Kako se gospodarski ribolov odnosi na lov riba radi stjecanja dohotka neće biti razmatran u radu.

Sportski ribolov je lov na ribu dopuštenim sportskim priborom, pri kojem se ribolovac pridržava propisanih pravila i sportske ribolovne etike.

Sportski ribolov dijeli se na:

- a) *natjecateljski: udičarenje i podvodni ribolov (na moru)*
- b) *rekreativni*

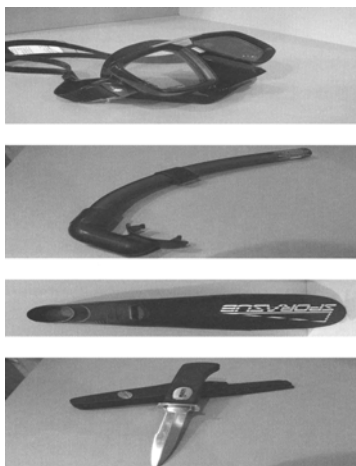
Podvodni ribolov je jedan od segmenata ribolova općenito koji se može pojaviti kao natjecateljski sport, ali i kao jedan od iznimno zanimljivih oblika rekreacije.

Bez obzira u kojem se obliku pojavio, ipak predstavlja iznimno kompleksnu i vrlo zahtjevnu disciplinu koja podrazumijeva visok stupanj spremnosti, dobro poznavanje mjesta gdje se lovi, opreme koja se koristi i poznavanje vlastitih psihofizičkih sposobnosti.

Pravilan i primjeren odabir opreme za podvodni ribolov u mnogočemu pojednostavljuje ovu aktivnost, a prihvatljive cijene standardnih i serijskih proizvoda za podvodni ribolov danas omogućavaju kompletno opremanje za prihvatljiv novčani iznos.

Oprema za podvodni ribolov sastoji se od osnovne opreme (*Slika 1.*) koju čine: ronilačko odijelo, peraje, ronilačka maska, disalica, podvodna svjetiljka, ronilački nož i podvodna puška i dodatne opreme koju čine: remen za olova, olova, signalna bova i konop, nizac za lovinu (*portapeš*) i ronilački sat s dubinomjerom.

Bez obzira na opremljenost podvodnog ribolovca drugim dijelovima opreme i kvaliteti te opreme, rezultati u podvodnom ribolovu ovisit će prije svega o primjerenosti odabranog modela podvodne puške (*Slika 2.*), tehnikama i taktikama podvodnog ribolova i ponašanju ribe na području ribolova.



Slika 1. Osnovna oprema (maska, disalica, peraja, nož)

Četiri su temeljne vrste pušaka za podvodni ribolov:

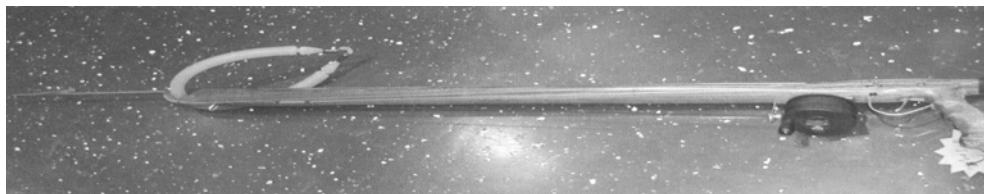
1. *podvodne puške s tlačnim oprugama*
2. *podvodne puške s elastičnim oprugama*
3. *podvodne puške na komprimirani zrak*
4. *podvodne puške ostalih koncepcija*

Odabir modela puške ovisi o preferencijama podvodnog ribolovca, dubini mora i obilježjima područja na kojima se obavlja podvodni ribolov, tako da nema jednoznačnog recepta koju pušku upotrebljavati.

Naime, najčešća je konstatacija da je primjerenija podvodna puška s elastičnim oprugama jer je brža i tiša, no isto tako postoje i argumenti za podvodnu pušku na komprimirani zrak.

Puške s elastičnim oprugama imaju iznimnu preciznost i nisku razinu buke prilikom okidanja. Jednostavne su izvedbe pa im je osnovna karakteristika jednostavno rukovanje u svim uvjetima, domet gotovo dvostruko veći u odnosu na klasičnu komprimirku istih dimenzija i više nego prihvatljiva cijena.

S druge strane, *puške na komprimirani zrak* imaju veliku snagu i domet, no za razliku od puške s elastičnim oprugama, preciznost uvelike ovisi o sposobnosti privikavanja podvodnog ribolovca na ovaj model puške.



Slika 2. Podvodna puška

3. TEHNIKE I TAKTIKE PODVODNOG RIBOLOVA

Tehnike podvodnog ribolova promatramo kao izbor pristupa u cilju da, sukladno mogućnostima, opremi i sredstvima koja imamo, ostvarimo zadovoljavajući ulov.

U temeljne tehnike ili strategije podvodnog ribolova ubrajamo: *lov po rupama*, *lov na čeku*, *lov u poniranju*, *lov prikradanjem* i *kombinirane tehnike*.

Taktike podvodnog ribolova promatramo kao različite putove i načine prilaza vrstama riba koje smo odabrali kao primarne ciljeve u podvodnom ribolovu kao što su: *pretraživanje po rupama*, *lov po odronima*, *plitka čeka*, *duboka čeka*, *čeka u modro*, *površinska čeka*, *uzobalno prikradanje*, *prikradanje oko pučinskih hridi*, *plitko šuljanje*, *duboko šuljanje* i *površinsko šuljanje*.

Naravno, postoje mnoge kombinacije tehnika i taktika koje su navedene, a te kombinacije modelira sam podvodni ribolovac ovisno o situaciji u kojoj se nalazi i koji mu je primarni cilj.

4. TIPIČNE LOVINE

Podvodni ribolov, za razliku od većine drugih sportova, pruža čak i početniku mogućnost kapitalnog ulova ako se poklope određeni elementi: nađe se na pravom mjestu u pravo vrijeme i hitac bude precizan.

No, osim o sreći, ulov će ovisiti o varijablama kao što su: *bioritam ribolovca*, *ciklički ritam riba*, *mjesečeve mijene*, *hidrometeorološki uvjeti* i mnoge druge varijable.

Općenito govoreći, bitno je znati kada je riba manje oprezna, kada se hrani, kada se odmara i kada je posebno oprezna, jer će to sve utjecati na uspješan lov.

Prvi zaroni su obično vezani za dubine od nekoliko metara, pa se početnici najčešće koriste tehnikom zaranjanja i šuljanja po plićaku.

Upravo iz ovih razloga, za početnike je uobičajeno da se prvi ulovi svode najčešće na hobotnice, lumbarak i škarpun.

5. OPASNOSTI U PODVODNOM RIBOLOVU

Ovisno o tehnikama i taktikama podvodnog ribolova, ovaj oblik aktivnosti se može primjenjivati u rasponu od povremene rekreativne aktivnosti do aktivnog nastupanja na natjecanjima različitog ranga.

Prakticiranje podvodnog ribolova na većim dubinama, pod strmim liticama, na dubokim odronima, klasična čeka u modro i duboko prikradanje svrstavaju se u ekstremne tehnike.

Rizici kod ovakvih tehnika rastu eksponencijalnim trendom, te se može reći kako je broj incidenata od kojih je dio završio sa smrtnim posljedicama relativno visok.

Podvodni ribolov, za razliku od mnogih drugih sportova, zahtijeva održavanje kondicije u moru ili bazenu tijekom zimskog perioda.

Pored fizičke pripremljenosti, važna je i psihička pripremljenost jer je podvodni ribolov pun izazova, te može doći do događaja koji mogu kod psihološki nepripremljenog podvodnog ribolovca izazvati stanje šoka i imati smrtne posljedice.

Neke od opasnosti podvodnog ribolova su: *stanje šoka*, *morski psi*, *otrovne i opasne ribe*, *propeler motora čamca*.

6. PREHRANA I FIZIČKA PRIPREMA PODVODNIH RIBOLOVACA

Podvodni ribolov je iznimno zahtjevan i naporan oblik sporta i rekreacije, a to je najbolje vidljivo po konstituciji osoba koje se njime bave redovito.

Potrošnja energije u podvodnom ribolovu je posebna i teško se nadoknađuje. Nakon ekstremnih višesatnih napora ni apetit nije najbolji, a organizam tek nakon nekoliko sati odmora i opuštanja pokazuje znakove potrebe da se izgubljeno nadoknadi uzimanjem hrane.

Svaki je podvodni ribolovac različit, pa stoga postoje i razlike u funkcioniranju i reakcijama njegovog organizma.

Energetske rezerve bitno utječu na koncentraciju, stupanj zamaranja i opće psihološko stanje, pa tako oni koji ne rone čitavu godinu zaborave na to i posljedica je najčešće pad imuniteta i slabljenje organizma.

Osnovna formula izbjegavanja takvih reakcija organizma je vođenje računa o fizičkoj kondiciji i zdravstvenom stanju tijekom čitave godine, s ciljem postizanja harmonije prehrane i fizičkih aktivnosti.

Svačiji organizam je drugačiji i treba znati prepoznati signale koje organizam šalje. Liječnici redovito kazuju kako bi trebalo par sati prije ronjenja pojesti obrok bogat potrebnim sastojcima.

Nekim podvodnim ribolovcima ne odgovara uzimati nikakvu hranu prije ronjenja, drugima organizam traži unos hrane čak i u kraćim pauzama tijekom ronjenja. Treći, pak, nakon naporna ronjenja nadoknađuju izgubljenu tekućinu i odlaze na počinak, a obilan obrok uzimaju tek sutradan kada se probude.

Neovisno o tome preporučljivo je redovito uzimati više manjih obroka, pogotovo u slučaju podvodnih ribolovaca starijih od trideset godina, kada treba izbjegavati obilne i masne obroke.

Ukoliko je to uobičajen način prehrane, organizam će lakše podnijeti višesatni podvodni ribolov.

Općenito, prehranu treba prilagoditi hidrometeorološkim prilikama, pa tako kada vladaju ljetne vrućine, preporučljivo je jesti lakšu i osvježavajuću hranu, a u zimskim mjesecima okrepljujuću i toplu hranu.

Podvodni ribolov zahtjeva adekvatnu psihičku i fizičku pripremu koju je preporučljivo provoditi kontinuirano tijekom čitave godine jer se tada tijelo održava u dobroj kondiciji. Dobro rješenje za tjelesnu pripremu je odlazak u teretanu, trčanje i treninzi na bazenu.

7. ZAKLJUČAK

Podvodni ribolov je jedan od segmenata ribolova koji se može pojaviti kao natjecateljski sport, ali i kao jedan od iznimno zanimljivih oblika rekreacije.

Bez obzira u kojem se obliku provodio, predstavlja iznimno kompleksnu i vrlo zahtjevnu disciplinu koja podrazumijeva visok stupanj spremnosti, dobro poznavanje mjesta gdje se lovi, opreme koja se koristi i poznavanje vlastitih psihofizičkih sposobnosti.

Najčešći razlog upuštanja u ovu rizičnu avanturu jest beskonačna ljepota svega onoga što se nalazi ispod morske površine, bistrog podmorja prošaranog podvodnim grebenima, grotama i prekrasnim livadama posidonije.

Podvodni ribolov je sport u pravom smislu te riječi jer je riba bitno promijenila svoje ponašanje i više ne čeka podvodnog ribolovca, već se on mora prikradati, skrivati od nje i odapinjati strijelu podvodne puške na sve većim dubinama.

U podvodnom ribolovu ribolovac sam bira svoj cilj, dok se u drugim vrstama ribolova riba grabi ili kupi mrežama i udicama, pa se iz mora često izvlače nedorasli primjerci.

Danas podvodni ribolov predstavlja i adekvatnu psihoterapiju jer smiruje i opušta, te ispunjava određenom energijom koja se ne može objasniti. Zato bi se u njemu trebali okušati svi koji su nezadovoljni životom, jer kroz podvodni ribolov život dobiva jedan novi smisao.

8. LITERATURA

1. Bartoluci, M. (ur.) (2004.). *Sport u turizmu*. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
2. Delibašić, Z. (2007.). *Stanje i perspektiva ronilačkog sporta u Hrvatskoj*. U M. Andrijašević (ur.), *Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije "Sport za sve u funkciji unapređenja kvalitete života"*, Zagreb, 2007. (str. 451-456). Zagreb: Kineziološki fakultet.
3. Grubišić, F. (1979.). *Ribe, rakovi i školjke Jadrana*. Split: ITRO Naprijed.
4. Ivanišević, A. (1987.). *Sportski ribolov na moru*. Zagreb: Mladost.
5. Macura, M., Domančić, J. (2003.). *Zakonsko normiranje profesionalnog i amaterskog ronjenja u RH*. Split: Marjan tisak.
6. Milanović, D. (ur.) (1997.). *Priručnik za sportske trenere*. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.
7. Šerić, N. (2007.). *Podvodni ribolov na Jadranu*. Split: Marjan tisak.