

# Svět outdooru

VYBAVENÍ, CESTY, EXPEDICE, OSOBNOSTI

2/2016

## Divoké hory jižní Evropy

Nejvyšší vrcholy Balkánu

### Lezecký svět

32 stran o lezení na skalách

Metodika,  
rozhovory, vybavení

### Vybavení zblízka

Rekordních

14 stran recenzí





LAB

SUUNTO  
NOVINKY!



Otestujte tyto nové přístroje  
Suunto Ambit3 Vertical  
a Suunto Traverse.  
Více informací na  
[www.suunto.cz](http://www.suunto.cz).

# POHYBUJTE SE SVOBODNĚ, HORY VÁM LEŽÍ U NOHOU

S vybavením X ALP, které díky špičkové technologii vyniká lehkostí i maximální ochranou, se můžete svobodně vydat k jakémukoli cíli. Hory vám leží u nohou.

©SALOMON SAS. ALL RIGHTS RESERVED.  
PHOTOS: CHRISTOPHER SJÖSTRÖM.

**SALOMON.CZ**

Výhradní dovozce a distributor pro ČR a SR:  
AMER SPORTS Czech Republic s. r. o., [www.amersports.cz](http://www.amersports.cz)



salomon



Více informací naleznete na [www.strc.cz](http://www.strc.cz).

- 15. 5. Prague Trail Run Hostivař
- 22. 5. Brdská 25
- 10. 7. Xtrail Krkonoše Vrchlabí
- 31. 7. Šumava Trail Run Zadov
- 2. 10. Vysočina Arena Trail Run
- 17. 4. Cross Country Baba – Kamzík SK
- 3. 9. Bratislava Trail Run SK

SUUNTO





## Obsah

- 1** Foto na obálce: Ján Smoleň  
při výstupu na Fitz Roy  
(foto Michal Sabovčík)

### BALKÁN

- 6** Divoké hory jižní Evropy  
(Jak na nejvyšší vrcholy Balkánu?)

### CESTY

- 12** Soutěsky jižní Francie  
(Cyklistika i vodní hrátky)
- 21** Až na dno propasti  
(Sloupsko-šošůvské jeskyně)
- 22** Liduprázdné hory  
(Kam se nejedzí v Kyrgyzstánu)
- 26** Weissmies  
(Tip na túru od horského vůdce)

### OSOBNOSTI

- 15** Světový rekord v highline  
(Danny Menšík)
- 16** Zkusím to znovu  
(Peggy Marvanová)

### SPECIÁL

- 27** Lezecký svět  
(32 stran o lezení na skalách)

### HORY A BEZPEČNOST

- 62** Tak už tam budem?  
(Plánování túry v horách)

### VYBAVENÍ

- 66** Buďte za vodou  
(Filtrace vody na cestách)

### EXPEDICE

- 60** Přes zamrzlé jezero Khuvsgul  
(Prvenství českých polárníků)
- 81** Co se děje  
(Přehled expedic)

### RECENZE

- 72** Lowe Alpine **AirZone Trek + 45:55**  
(batoh)  
Osprey **Kyte 36** (batoh)
- 73** Salomon **X-Alp LTR GTX** (boty)  
Garmont **Dragontail LT** (boty)  
adidas **XT Boost** (boty)
- 74** Vaude **Badile II** (kalhoty)  
Haglöfs **Amfibie II Long Shorts**  
(kratasy)  
Marmot **Scree Pants** (kalhoty)
- 75** Sensor **Stella** (spodní prádlo)  
**Feldten** (impregnace)
- 76** Suunto **Ambit 3 Vertical Lime**  
(hodinky)
- 77** Cumulus **Lite Line 300** (spacák)  
Marmot **Helium** (spacák)
- 78** Coleman **CXS+ 300 R** (čelovka)  
Jetboil **MiniMo** (vaříč)  
Real Turmat **Arcitic Field Ration**  
(expediční strava)
- 79** GSI **Pinnacle dualist Complete**  
(sada na vaření)  
Sea to Summit **X-series**  
(sada nádobí)
- 80** Leki **Breeze** (skládací židle)  
Coleman **Valdes 4 FastPitch Air**  
(stan)  
Gumotex **Twist N II**  
(nafukovací kajak)

## Vybrali jsme



**BALKÁN**

**6 - 11** Divoké hory jižní Evropy  
(Nejvyšší vrcholy Balkánu)



**OSOBNOST**

**16** Světový rekord v highline  
(Danny Menšík)



**RECENZE VYBAVENÍ**

Nezávislé recenze 35 produktů

### SPECIÁL: LEZECKÝ SVĚT

- LS8** Metodické střípky
- LS14** Rozhovor: Martin Stráník
- LS16** Z umělé stěny na skály
- LS18** Rozhovor: Jakub Konečný
- LS24** Tipy na lezecké oblasti
- LS27** Recenze lezeckého vybavení



Dostávejte Svět outdooru čtyřikrát do roka až do schránky. Předplatné za 79 Kč ročně!  
[www.SvetOutdooru.cz/predplatne](http://www.SvetOutdooru.cz/predplatne)



# Vychytané akce

## Co nesmíte minout

**EPO Survival (28. 5. 2016, Cholín)** – MČR v přírodním víceboji dvojic. [www.eposurvival.cz](http://www.eposurvival.cz)

**Atlas Adventure (3. – 5. 6. 2016, Davidův Mlýn)** – Extrémní adventure závod. [atlas.opava.cz/adventure](http://atlas.opava.cz/adventure)

**Seakajakové symposium (3. – 5. 6. 2016)** – Největší seakajaková akce v Čechách.

**Barevné nádvoří (červen – srpen 2016, Náprstkovo muzeum)** – Letní cyklus festivalů mimoevropských kultur. [www.nm.cz/Naprstkovo-muzeum](http://www.nm.cz/Naprstkovo-muzeum)

**Boulder Open Air (4. 6. 2016, Brno)** – Venkovní závod v boulderingu pro širokou veřejnost i závodní lezce.

**Horská výzva (10. – 11. 6. 2016, Beskydy)** – Extrémní závod dvojic. [www.horskavyzva.cz](http://www.horskavyzva.cz)

**Respect Festival (11. – 12. 6. 2016, Praha)** – Přehlídka world-music. [www.respectfestival.rachot.cz](http://www.respectfestival.rachot.cz)

**Tour de Ralsko (14. 6. 2016, Ralsko)** – MTB závod přes krásnou přírodu bývalého vojenského prostoru. [www.tourderalsko.cz](http://www.tourderalsko.cz)

**Krakonošova 100 (17. – 18. 6. 2016, Krkonoše)** – Jubilejní 50. ročník dálkového pochodu. [k100.ddmvrchlabi.cz](http://k100.ddmvrchlabi.cz)

**Inov-8 Gladiator Race Holice (17. – 19. 6. 2016, Holice)** – Legendární závod plný bahna. [www.gladiatorrace.cz](http://www.gladiatorrace.cz)

**Hiko Youngsters Camp I (25. – 26. 6., Praha, Troja)** – Výuka základů pádlování a freestyle na divoké řece. [www.cnawr.cz](http://www.cnawr.cz)

**Veletř Outdoor 2015 (13. – 16. 7. 2015, Friedrichshafen, Německo)** – Nejznámější evropský outdoorový veletř. [www.outdoor-show.com](http://www.outdoor-show.com)

**Xtrail Krkonoše (10. 7. 2016, Vrchlabí)** – Běh v terénu s délkou až 28 km. [www.strc.cz](http://www.strc.cz)

**Císař Summer Challenge (16. 7. 2016, Srbská Kamenice)** – Letní týmový závod v přírodním víceboji. [www.cisarchallenge.cz](http://www.cisarchallenge.cz)

**STRC Šumava (31. 7. 2016, Zadov)** – Seriál běhů v terénu. [www.strc.cz](http://www.strc.cz)

**Festival Banát (17. – 20. 8. 2016, Banát, Rumunsko)** – Hudební festival na netradičním místě. [www.festivalbanat.cz](http://www.festivalbanat.cz)

**Devils Extreme Race (19. – 21. 8. 2016, Lipno)** – Mistrovství Evropy v extrémním kajakingu. [www.devilsextemracerace.com](http://www.devilsextemracerace.com)

**Jesenický maraton (20. 8. 2016, Jeseníky)** – Náročný legendární maraton. [www.jesenickymaraton.cz](http://www.jesenickymaraton.cz)

**Mezinárodní horolezecký filmový festival (25. – 28. 8. 2016, Teplice nad Metují)** – Přehlídka horolezeckých filmů. [www.horolezECKyfestival.cz](http://www.horolezECKyfestival.cz)

**Folková Ohře (27. – 28. 8. 2016, Kynšperk nad Ohří)** – Hudební festival nejen pro vodáky. [www.dronte.cz](http://www.dronte.cz)

**Beskydská sedmička (2. – 4. 9. 2016, Beskydy)** – Extrémní sportovní závod dvojic. [www.beskydskasedmicka.cz](http://www.beskydskasedmicka.cz)

**Inov-8 Gladiator Race Josefov (2. – 4. 9. 2016, Josefov)** – Legendární závod plný bahna. [www.gladiatorrace.cz](http://www.gladiatorrace.cz)

**Dolomitenmann (10. 9. 2016, Lienz, Rakousko)** – Legendární extrémní závod štafet prověří nejlepší týmy světa. [www.redbulldolomitenmann.com](http://www.redbulldolomitenmann.com)

Další tipy na zajímavé akce najdete na [www.HedvabnaStezka.cz](http://www.HedvabnaStezka.cz) a [www.Pohora.cz](http://www.Pohora.cz).



# Rychle a zběsile

Mnoho lidí, které znám, trpí podobnou nemocí jako já. Posedla nás chorobná nestíhačnost. I když v průběhu života množství našich aktivit a povinností přibývá nebo ubývá, času máme pořád málo. V každodenním shonu je otázkou priorit, na co si uděláme čas.

Proto mám ráda léto. Ne snad, že bych neměla ráda sníh a zimu. Na léto ale miluju dlouhé dny a dlouhé výpravy mimo čas a prostor. Ztratit se na pár dnů až týdnů v horách je ten nejdokonalější odpočinek. Na horách člověk kouká na svět jaksí z nadhledu a nemusí řešit nic jiného, než co bude pít a jíst, kde bude spát a kam cesta povede za příštím sedlem. Snad proto se myšlenky,

jindy svévolně víříjí hlavou, na horách stávají spořádaně do šiku a vše je najednou jasné jak měsíc v úplňku.

Pokud by i Vám prospěl v hlavě generální úklid, vyrazte se toulat do hor! Ať už pěšmo, na kole nebo na laně, účinky této medicíny jsou stoprocentní.

**Za celou redakci Vám přeji krásné léto plné ryzích outdoorových zážitků!**

**Natalie Šírová**

*Šéfredaktorka Světa outdooru*



## Co dělá naše redakce?

Náš časopis není jen výsledkem lopoty u klávesnice počítače. Vše pro nás začíná venku - na cestách po světě, na horách s pohorkami a batohem na zádech nebo na laně na skalách. Stejně jako v letošním prvním čísle vás i tentokrát necháme nahlédnout do zákulisí našeho časopisu. Kam členy redakce Světa outdooru v poslední době vítr zavál?

### Vybavení pod drobnohledem

Celé jaro měl šéf testovacího týmu Světa outdooru Vojtěch Dvořák napilno s testováním lezeckého vybavení a přípravou Lezeckého světa, který právě držíte v rukou nebo sledujete na počítači. Poslední sníh si užil na skialpových túrách v Krkonoších, na Stubaui a v Ötztalu. Pak už ho zlákaly skály, zejména ty v Českém ráji a na české i polské straně Krkonoš, ale i feraty u Semil a v Děčíně. Několikrát taky stihnul prohnat kajak na Jizeře a vidět svět z perspektivy, kdy krajina kolem ubíhá, a vy se můžete jenom nechat unášet proudem.

### Sněžnicový výlet v Toteskách

Nemalá část naší redakce se v půli března rozhodla využít čerstvě napadanou sněhovou nadílku v Totes Gebirge, Mrtvých horách, a vyrazila tam na sněžnicovou túru. „Při plánování jsme podcenili obtížnost hledání správné a bezpečné cesty v hlubokém neprošlapaném sněhu a hory nás k našemu cíli, chatě Pühringer Hütte, nechtěly pustit. S pokorou jsme jim ustoupili a operativně změnili program. I přesto nás charakter Mrtvých hor nadchnul a naplno jsme si užívali jejich jedinečné rysy, tvary a panoramata. Navíc vládlo krásné slunečné počasí, které zbarvilo naše tváře do hnědých odstínů. Někteří chytli odstín doslova a do písmene rudý :),“ popisuje výlet šéfredaktor Pohora.cz Michal Kroužel.

Ten pak své sněžnice neodhodil ani po roztání sněhu a vyrazil na nich do estonských bažin. O jeho zážitcích z tzv. bog walkingu se můžete dočíst na webu Pohora.cz.



## Spolupracujeme

Svět outdooru je mediálním partnerem České asociace horských vůdců, sdružující horské vůdce s mezinárodní licencí (UIAGM), Českého spolku horských průvodců, sdružující horské průvodce s mezinárodní (UIMLA) a národní licencí (MŠMT), a Českého horolezeckého svazu.





# Divoké hory jižní Evropy

## Jak na nejvyšší vrcholy Balkánu?

Balkán, jeho historie a současnost, je výzva, jakých je v cestování velmi málo. Existuje vícero možností, jak ho poznat. Ať už pěšky, v sedle kola nebo po proudu řeky, Balkán stojí za to prozkoumat. Skrze výstupy na nejvyšší hory jednotlivých států je ale cesta dobrodružnější a v případě, že se výstup vydaří, i o to hodnotnější.

Balkánský poloostrov patří k poměrně hornatým územím. Hory, protínající území balkánských států, jsou divoké, nespoutané a často málo prozkoumané, v řadě z nich nepotkáte mnoho turistů. I sem ale míří trekaři stále častěji. Proto vyrazte vychutnat si samotu zdejší přírody co nejdřív!

## Střecha Balkánu

Nejvyšší vrchol celého Balkánu, bulharská Musala (2925 m), leží v pohoří Rila. Údajně prvním dobyvatelem bájně Musaly byl Filip Makedonský a název hory pochází z Muss Alah (Aláhův trůn).

Horské středisko Borovec nás překvapuje svou velikostí a na to, že jsou letní prázdniny, i tím, že je tu jaksí liduprázdno. Více lidí je tu v zimě, než v létě. Ranní spoj postarší kabinkovou lanovkou na vrchol Jastrebec do výšky 2369 m je spolehlivým způsobem jak ušetřit tisíc výškových metrů stoupání. Vzduh na hřebeni se tyčí proti nebi Musala a my po chodníku typu tatranské magistrály vcházíme do doliny plné květů.

### ☑ Bulharsko - Vrchol Musaly.

Pokračujeme směrem k chatě Musala (2389 m) a jezerům stejného jména a pak dál stoupáme k chatě Everest, zvané také chata u Ledového jezera (2720 m). Na poslední části výstupu nezaabloudí asi nikdo. Kovové tyče a perfektní žulový chodník vás dovedou až na nejvyšší bod Balkánu, vrcholové plato Musala, kde nečeká žádný ostrý vrchol, ale pravá vysokohorská proměna s hvězdárnou a observatoří.

### i MUSALA (2925 M)

**Výchozí bod:** Borovec (1350 m)

**Čas výstupu:** 6 – 7 hodin (bez lanovky), 2 – 3 hodiny (s lanovkou)

**Počet dní celé túry:** 1

**Značení:** červená značka

**Chaty:** Musala (2389 m), Everest (2709 m)

**Další trekové možnosti:** přechod Rily nebo Pirinu, výstup na Víchren (2914 m)

Malý bufet s čajem a drobnostmi tu poskytuje zázemí turistům. Krásným výhledům na pohoří Rila kraluje pohled na zčásti zamrzlé Ledeno jezero, které působí jako magické oko v dolině. Zbytky sněhu jen dotvářejí krásnou vysokohorskou romantiku.

Vrchol Musaly je frekventovaným cílem sběratelů vrcholů i dálkových trekařů. Dálkové pochody jsou v bulharských horách nesmírně oblíbené. No a stát na nejvyšším bodě Balkánu a skoro i na třítisícovce, to si nenechá ujít asi žádný nadšenec do turistiky a trekingu.

☑ Ledeno jezero a chata Everest z vrcholového hřebenu, Musala, Bulharsko.





✓ Vrcholová část výstupu  
na Mytikas, Řecko.  
Foto: Jirka Červinka.

## Sídlo řeckých bohů

Nejvyšší vrchol Řecká, Mytikas (2917 m), ležící ve vápencovém pohoří Olymp, je opravdovým klenotem balkánského jihu. Vrcholový hřeben a potřeba dvou dní k výstupu i sestupu ho řadí k těm těžším kouskům na balkánském poloostrově.

Z přímořského městečka Litochoro je možné vyvézt se autem až na parkoviště Prionia (1100 m). Kdo nepospíchá, může na něj vystoupat po svých malebném kaňonem dravé říčky Enipeas. Z parkoviště pokračuje cesta na chatu Agapitos Refuge (2100 m), kde najdeme nocleh i občerstvení. I když se dá výstup i sestup stihnout za jeden den, doporučuje se na chatě přespat. V letních parných dnech je túra náročná, v odpoledních hodinách se navíc počasí může rychle zkazit a často přicházejí bouřky. Od chaty Agapitos se dál krátce stoupá borovicovým lesem a pak chodníkem v suťovisku až na předvrchol Skala (2868 m). Tady začíná těžší část: ostřejší hřeben s několika sedýlky je značený

### MYTIKAS (2917 M)

**Výchozí bod:** Litochoro (305 m), parkoviště Prionia (1100 m)

**Čas výstupu:** 5 – 7 hodin (z Prionia)

**Počet dní celé túry:** 2

**Značení:** červeno-žluté

**Chaty:** Agapitos Refuge (2100 m), Apostolidis Refuge (2697 m)

**Další trekové možnosti:** přechod celého pohoří Olymp

žluto-červenými kruhy a několika feratovými lany. Výhled z vrcholu je nezapomenutelný, vidět je nejen na celé pohoří Olympu, ale i na Egejské moře. Sestup je možný tou samou trasou nebo pokračováním na chatu Apostolidis Refuge (2697 m).

### GOLEM KORAB (2764 M)

**Výchozí bod:** Mavrovo jezero (1200 m)

**Čas výstupu:** 4 – 5 hodin

**Počet dní celé túry:** 1 – 2

**Značení:** červeno-bílé, nepravidelné

**Chaty:** nejsou

**Další trekové možnosti:** výstupy nebo přechody v sousedních pohořích Prokletije nebo Šar planina

✓ V dolině pod Velkým Korabem, Makedonie.

## Vrchol na společné hranici

Golem Korab (2764m) v národním parku Mavrovo tvoří společně s dalšími vrcholy pohoří Korab hraniční hřeben mezi Makedonií a Albánií. Nejvyšší bod obou zemí byl donedávna dost nepřístupný, ale v situace se rychle mění.

Z makedonské strany je východiskem Mavrovské jezero. Turistické značení je skromné, ale přítomní pohraničníci v dolině rádi poradí cestu. Jediná přístupová cesta pod horu totiž vede kolem policejní stanice Strezimir (1500 m, vzdálená 14 km od hlavní cesty), kde je stálá hraniční služba. Odtud začíná červeno-bílé značení, které vede až na samý vrchol.

Dlouhý traverz pod hraničním hřebenem nás zavede do závěrečného kotle pod Korabem. Přibývají sněhová pole a malé potůčky, travnatý hřeben na vrchol zdobí vápencové skalky. Když se zadaří, výhled na tento skutečně ještě skoro nedotknutý kout Balkánu je jedinečný: ať už na albánskou stranu, na pohoří Šar planina nebo na výrazné štíty pohoří Prokletije. ✓



# Tajuplná Gjeravica

Druhý nejvyšší vrchol pohoří Prokletije (o pár desítek metrů vyšší Maja e Jezercës leží na území Albánie) byl až do roku 2008 zároveň nejvyšší horou Srbska. Dnes je Gjeravica (2656 m) součástí území nově vzniklého státu Kosovo. Turistika je tu zatím více méně vzácností, ale dlouho tomu tak nebude.

Výstup na vrchol není těžký, ale kvůli dlouhému přístupu a možnosti vychutnat si překrásnou balkánskou přírodu je lepší počítat se dvěma dny. Na horu vedou dvě varianty výstupu. Podle místních víc chozená trasa z městečka Junik vede dolinou Erenic a je značená červenou značkou. Druhá, slaběji značená varianta z městečka Decani s klášterem na jeho okraji vede dolinou Kožnjar. V obou případech není na škodu obstarat si dopravu terénním autem co nejvýš do doliny. Horské louky pod skalnatými štíty skrývají osamělé salaše a průzračná plesa. Vrcholový hřeben není obtížný a po jeho překonání se otevírají impozantní výhledy na kosovské a albánské hory. Zajímavé může být spojení výstupu na Djeravici z doliny Kožnjar a přechod do sousední doliny Erenic v trojdenním treku.

## i GJERAVICA (2656 M)

**Výchozí bod:** Junik (550 m), Decan (650 m)

**Čas výstupu:** 4 – 5 hodin (dolina Kožnjar), 6 – 7 hodin (dolina Erenic)

**Počet dní celé túry:** 2

**Značení:** červené značky, nepravidelné

**Chaty:** nejsou

**Další trekové možnosti:** vrcholy pohoří Prokletije

✓ Rozkvetlé horské louky, opuštěné salaše a pastýři se stády oveček, to jsou turistům dosud nepolíbené kosovské hory, Gjeravica, Kosovo.

✓ Horská vesnice Vusanje je výchozí bodem pro výstup na Zlou Kolatu, Černá Hora.

## i ZLA KOLATA (2534 M)

**Výchozí bod:** Vusanje (1060 m)

**Čas výstupu:** 6 – 7 hodin

**Počet dní celé túry:** 1

**Značení:** červené značky

**Chaty:** nejsou

**Další trekové možnosti:** : vrcholy pohoří Prokletije

# Pyramida na hranicích

Nejvyšší vrchol Černé Hory, Zla Kolata (2534 m), se nachází také v divokém pohoří Prokletije na hranicích s Albánií. Okolí poskytuje množství možností nejen pro turistiku, ale i pro cyklistiku a MTB.

Výstupová trasa vede z vesnice Vusanje přes starou pastýřskou osadu Zaruica a okolo nové salaše na horské louce do sedla Dvojni Prevoj (2430 m) – Čafa Kolata. Pozornost je třeba věnovat odbočkám nad salaši a ze sedla na Zlou Kolatu. Při správném odbočení nás čekají severní srázy Zlé Kolaty a o pár metrů nižší Dobré Kolaty. Výstupu na Zlou

Kolatu patří k těm těžším a je potřeba se na to připravit: ze sedla Dvojni Prevoj vede nebezpečný úsek podél strmého svahu, který může až do brzkých letních měsíců pokrývat sněh. Z vrcholu se otevírá pohled na sousední Dobru Kolatu a na celé pohoří Prokletije, které se rozprostírá dál na jih přes Albánii a Makedonii a jehož vrcholy svými tvary připomínají alpské štíty.



✓ **Krásy pohoří Fagaraš můžete objevovat během vícedenního přechodu hlavního hřebene. Na snímku Moldoveanu v pozadí, Rumunsko.**



## Horská perla pohoří Fagaraš

Je málo turistických nadšenců, které by karpatské pohoří Fagaraš nelákalo k návštěvě. Výstup na nejvyšší rumunskou horu Moldoveanu (2544 m) je proto nejlepší okořenit přechodem celého horského hřebene.

Výstup na Moldoveanu je možný z městečka Victoria nebo hlavního hřebene pohoří Fagaraš. V prvním případě jde o dvoudenní trek, v tom druhém minimálně o šest nebo sedm dní na překrásném hřebeni rumunských Karpat. Nejrozsáhlejší pohoří Rumunska s hlavním hřebenem o délce 70 km bylo vytvořené ledovcem, po němž v dolinách zůstala azurová horská plesa.

Z městečka Victoria se údolím Arpaşul za den (výstup 6 – 7 hodin) pohodlně přemístíme na vysokohorskou chatu Podragu (2136 m), přespat je možné přímo v ní nebo vedle ve stanu. Cestou doporučujeme navštívit i chatu Turnuri (1520 m), která se nachází na místě, kde končí karpatský les a začínají alpské louky s nádhernou karpatskou květenou. Od chaty vede celkem jednoduchý výstup na hlavní hřeben Fagaraše a přes sedlo Podragu (2307 m) až na Moldoveanu.

Na hlavním hřebeni je vícero útulen, jedna z nich je i poblíž sedla Vistea Mare (2527 m), odkud je možné po hřebeni pokračovat na západ nebo na východ. Přechod hlavního hřebene je skutečně nevšedním zážitkem. ▶

### **MOLDOVEANU (2544 M)**

**Výchozí bod:** Victoria (500 m)

**Čas výstupu:** : 4 – 5 hodin (z chaty Podragu)

**Počet dní celé túry:** 2

**Značení:** červené značky

**Chaty:** Turnuri (1520 m), Podragu (2136 m)

**Další trekové možnosti:** přechod pohoří Fagaraš (5 – 7 dní)

**Vango**  
50

slaví 50 let  
a jako dárek  
pro vás sleva  
**20% na vše!**

**DO PŘÍRODY**

Extremě lehký a skladný stan  
**HELIX 200**



4 990 Kč  
**3 992 Kč**

Velmi skladný spacák  
**PLANET 50**



2 190 Kč  
**1 752 Kč**

Velmi lehká a skladná  
samonafukovací karimatka  
**AERO STANDARD**



1 990 Kč  
**1 592 Kč**

**VŠE POŘÍDÍTE NA**  
**4camping.cz**





☑ Sestup z Bosanského Magliče je nejlepší si prodloužit túrou kolem jezera Trnovačko, Bosna a Hercegovina.

## Sousedé na hranici

Nejvyšší vrchol Bosny a Hercegoviny, Bosanski Maglič (2378 m), se nachází v Dinárských horách na samé hranici s Černou Horou. Jeho o dva metry vyšší soused Crnogorski Maglič je od něj oddělený sedlem, jímž prochází hranice obou států.

Malým centrem v národním parku Sutjeska je vesnička Tjentište, odkud se dá autem dostat až do horského sedla Prijedor (1688 m), kde je povoleno bivakování. Vysoké vápencové stěny Magliče se nad sedlem ukazují ve své plné kráse a spolu s horskými salašemi připomínají ráz alpské krajiny. Výstup ze sedla Prijedor, v některé literatuře



☑ Neznatelný hřeben ze sedýlka až na vrchol Midžoru, Srbsko.

## Procházka po horských loukách

Novodobým nejvyšším vrcholem Srbska se po odtržení Kosova stal Midžor (2169 m) v západní části pohoří Stara Planina na hranicích s Bulharskem. Výstup v tomto odlehklém koutě Srbska připomíná procházku oázou klidu a přírodní krásy.

Začátek trasy vede z osady Babin Zub lesem a prochází skrz lyžařské středisko Konjarnik. Potom už následují jen louky, květy, včely, nebo i stádo pasoucích se koní bez pastýře. Okolí vrcholu příjemně dokreslují strmé stěny z červené horniny. Pohledy z vrcholu jsou nádherné a krásně vidět je celé pohoří Stara Planina, které se táhne od Midžoru na východ a končí u Černého moře. Na zpáteční cestě nám skály nad lyžařským střediskem připomínají opravdu zuby, odtud zřejmě pochází i název Babin Zub. I když je léto v plném proudu, turistů je tu málo a po cestě na Midžor jsme nepotkali ani živáčka. Pro tenhle klid a nádherné prostředí by se túra neměla vynechat, když už se budete toulat po balkánských horách.

### ☑ BOSANSKI MAGLIČ (2378 M)

**Výchozí bod:** sedlo Prijedor (1688 m)

**Čas výstupu:** 3 hodiny

**Počet dní celé túry:** 1

**Značení:** červené pruhy

**Chaty:** nejsou

**Další trekové možnosti:** NP Sutjeska, Dinárské hory

**Autor:**

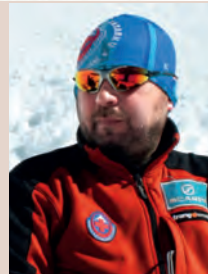
**Milan**

**Tomaškovič**

Rodák z Belianských Tater, horolezec, skialpinista a milovník hor má za sebou výstupy v Tatrách, Alpách, Ťan Šanu nebo v horách Mexika a dalších pohořích Evropy. V současnosti působí jako profesionální člen HZS Vysoké Tatry, horský průvodce UIMLA a zároveň předseda slovenské asociace horských průvodců.

Projekt „Hory Evropy“, který průběžně realizuje, je věnovaný kolegovi, záchranáři a horolezci Petrovi Šperkovi, který tragicky zahynul pod Nanga Parbatem.

Projekt „Hory Evropy“, který průběžně realizuje, je věnovaný kolegovi, záchranáři a horolezci Petrovi Šperkovi, který tragicky zahynul pod Nanga Parbatem.



### ☑ MIDŽOR (2169 M)

**Výchozí bod:** Babin Zub (1780 m)

**Čas výstupu:** 2 hodiny

**Počet dní celé túry:** 1

**Značení:** červené pruhy

**Chaty:** nejsou

**Další trekové možnosti:** přechod pohoří Stará planina



**i** DINARA (1831 M)

**Výchozí bod:** : Glavaš (500 m)

**Čas výstupu:** 3 – 4 hodiny

**Počet dní celé túry:** 1

**Značení:** červené

**Chaty:** nejsou

**Další trekové možnosti:** vrcholy  
dinárských hor, NP Krka

Pohled z vrcholu Sinjal  
na dinárské pohoří, Chorvatsko.

## Krasová královna

**Výstup na horu Dinara, zvanou též Sinjal (1831 m), může být zajímavým zpestřením dovolené v Chorvatsku. Zažít nenáročnou turistiku a vykoupat se v jadranském moři se dá zvládnout během jediného dne.**

Dinara je horský masiv ve střední části dinárské soustavy a zároveň nejvyšší pohoří Chorvatska. Paradoxně se ale nejvyšší bod celého masivu, Veliki Troglav (1913 m), nachází na území Bosny a Hercegoviny. Výchozím bodem na vrchol Dinara je horská vesnička Glavaš, vzdálená zhruba 100 km od jadranského pobřeží. Z oblasti kolem města Šibenik se sem autem dostanete za méně než hodinu a půl.

Na začátku mineme staré zříceniny hradu Glavaš a po chodníku pokračujeme na rozcestí na planině, kde se cesta rozdvouje. Odtud se vydáme přes vápencové krasové kotlinky a po hřebeni až na vrchol Dinary. Z ní se naskýtá nádherný výhled na pohoří Dinárského krasu a do sousední Bosny s nejvyšším vrcholem Veliki Troglav. Jediněčnost krasového území nám při návratu zpřijemní i osaměle stojící horské buky a lány kosodřeviny, které s bílým vápencem dotvářejí krásu masivu Dinary i nekonečných dinárských hor.



### RODINNÝ STAN VALDES 4 FASTPITCH™



Revoluční technologie odolných nafukovacích stanů se stává realitou. Postavte rodinný stan sami a během několika minut! Stačí jen nafouknout vysokotlaké vzduchové válce a můžete bydlet. Komfort ubytování dodávají nejmodernější technologie Blackout Bedrooms™ a vyklápěcí dveře na pantech.





☑ Trojstětek kaňonů Tarn a Ardèche doplňuje impozantní kaňon řeky Verdon, největší v Evropě. Foto: Robi Mahel.

# Kaňony jižní Francie

## Krajina pro outdoorové labužníky

**Krajina zjizvená smaragdovou stuhou. Průzračně modrá řeka si prořezává cestu náhorní planinou a vykrajuje impozantní kaňony, jako stvořené pro zážitkovou dovolenou. Krása, kterou by bylo škoda obdivovat jen očima. Lepší způsob je intenzivně ji prožít. Jak? Nejlepší na vlastní kůži.**

Outdoorový labužník má na výběr hned několik způsobů jak si zdejší krásy servírovat. Základní recept v podobě turistiky nezklame nikdy. Snad jen doprovod oslíka coby místní specialita pohoří Cévennes má potenciál posunout obvyklé putování do nové dimenze. Smaragdové řeky kaňonů se nejlépe hltají ze sedla kola, určitě ale stojí za to okořenit zážitky svezení se na kánoí či kajaku. Gurmán lačný adrenalinu si smlsne při canyoningu, objevování místních jeskyní nebo skalním lezením ve stěnách nad kaňonem. Delikatesy francouzské kuchyně coby dezert pro chvíle odpočinku už jenom dodají košťování Francie punc skutečného gurmánského zážitku.

### Klenot mezi jeskyněmi

Spolehlivým orientačním bodem při cestě na jih Francie je viadukt u Millau, pýcha moderního stavitelství, která s nejvyšším pilířem o výšce 326 m převyšuje i Eiffelovku. Ve vzduchu je skoro cítit středomořské klima, tím se ale zlákat nenecháme a zamíříme k Le Rozier, městečku na soutoku řek Tarn a Jonte.

Nejprve nás vtáhne divoké údolí řeky Jonte, které ukrývá jeskyni monumentální velikosti – Aven Armand. V monstrózním podzemním dómu se do šiku řadí víc než 400 stalagmitů, některé z nich, s výškou až 30 m, patří k nejvyšším na světě. Dneska se

do krápníkového království vstupuje 208 m dlouhým umělým tunelem s lanovkou. Zajímavější přístupová cesta ale vede nepatrnou dírou v zemi, kterou už v roce 1897 slanil do jeskyně průkopník Louis Armand. Tento fascinující zážitek, kdy se po slanění do černočerné jeskyně pod vámi najednou rozsvítí celý dóm s nádhernou krápníkovou výzdobou, si můžete v rámci speciálních prohlídek dopřát také, jen je potřeba sáhnout trochu hlouběji do kapsy.

### V sedle kola nebo s oslíkem

V městečku Florac se kaňon řeky Jonte potkává s kaňonem Tarn, po jehož břehu se nabízí krásná cyklovýjždka, kopírující proud trpytivé řeky. V městečku La Malène uhýbá do protějšího svahu vyzývavá serpentina až na hranu kaňonu. Jde to ztuhla, ale vyplatí se hecnout. Na vápencové náhorní planině Causse Méjean čeká jiný svět. Při jízdě mezi tichými venkovskými farmami a chundelatými beránky se můžete kromě výhledů do kaňonu odměnit i ochutnávkou místních ovčích sýrů, třeba na farmě v Hyelzas.



## i KAŇONY JIŽNÍ FRANCIE S CK KUDRNA

Je líbo okoštovat kaňony jižní Francie na vlastní kůži? Uvedenou kombinaci zážitků můžete prožít s partou podobně naladěných lidí na akci Kaňony jižní Francie od CK Kudrna, která sem vypravuje zájezd uprostřed léta i v klidnějším září.

[www.kudrna.cz](http://www.kudrna.cz) – cestovka s duší



Komu by se poznávání krajiny ze sedla kola omrzelo, může se nechat inspirovat místním, lehce svérázným způsobem po vzoru spisovatele R. L. Stevenzona. Ten v 19. století procestoval Národní park Cévennes ve společnosti vrtošivé oslice Modestine. Jeho román inspiroval podnikavé Francouze natolik, že vytvořili značené oslí stezky po jeho stopách včetně dokonale infrastruktury. Kromě ubytování, kde může složit hlavu poutník i oslík, jsou na trase i farmy, na kterých si můžete němý doprovod na trasu dokonce i pronajmout. Román Putování s oslicí do hor z roku 1879 se dá vedle němé tváře považovat za ideálního společníka na cestu.

## Vodní hrátky v přírodním aquaparku

Na východě navazuje kaňon řeky Ardèche,



📌 **Canyoning v přírodním aquaparku řeky Chassezac. Foto: Fredo Antier.**

ktej úplně vybízí vyměnit kolo za kánoi a vychutnat si krajinu z další perspektivy. Nejkrásnější je zhruba 32 km dlouhý úsek z Vallon-Pont-d'Arc do St. Martin de Ardèche, který je ideální rozdělit na dva dny s přenocováním na jednom ze dvou oficiálních tábořišť. Řeka není náročná, klidnou plavbu jen občas pročísnou hravé peřeje, jde tedy o vděčný zážitek i pro rekreační vodáky, který jen zřídka končí koupáním. Největší zkouška rovnováhy a rozcvička krční páteře přichází hned po prvních 5 km při průplavu mohutným skalním obloukem Pont d'Arc, turistickým magnetem na trase. Nad řekou se vypínají vysoké stěny kaňonu, okolní příroda je divukrásná, provrtaná jeskyněmi. V blízkosti skalního oblouku se ukrývá také Chauvetova jeskyně, po jejichž stěnách se prohánějí pravěké malby zvířat

už z období svrchního paleolitu. Jejich stáří se odhaduje až na 32 000 let a patří k nejzáčnejším na světě.

Zážitek pro fajnšmekry však slibuje pravý přítok Ardèche – řeka Chassezac. Její kaňon hlavně na horním toku vytváří ideální podmínky pro canyoning – hravou vodní atrakci šmrncnutou adrenalinem. Divoký tok se dramaticky kroutí v bizarních tvarech a vytváří přírodní skluzavky, vodopády a další překážky připomínající přírodní aquapark. Pro zachování únosné míry adrenalinu se určitě vyplatí absolvovat tuto outdoorovou kratochvíli s místními instruktory, kteří zajistí potřebné vybavení i bezpečný průstup nevyzpytatelným kaňonem. Cena se obvykle pohybuje kolem 45 – 60 eur na osobu.



📌 **Cyklistika nad kaňonem řeky Tarn. Foto: Míša Poborská.**



# Cestovatelské novinky



▲ Děti z vesnice Petiwung.

## Aplikace Nejrychlejší letenky

Projíždíte pravidelně weby zaměřující se na levné letenky a bere vám to příliš času? Možná vás nadchne nová aplikace, která to všechno bude dělat za vás. Díky ní budete mít veškeré akční letenky ve svém mobilu už v okamžiku zveřejnění. Pospěšte si, až do odvolání je tato aplikace, připravená ve spolupráci s HedvabnaStezka.cz, zdarma.

**TIP:** Stahujte na [www.nejrychlejsiletanky.cz](http://www.nejrychlejsiletanky.cz).

## Do Indie s on-line vízy

Od 26. března 2016 zavedla konečně i Indie pro občany České republiky elektronické turistické vízum. Teď tedy stačí na webové stránce [indianvisaonline.gov.in](http://indianvisaonline.gov.in) vyplnit žádost a počkat 72 hodin, do nichž obdržíte rozhodnutí. On-line víza do Indie lze získat pouze jako jednovstupní, o víza dvoustupňová musíte nadále žádat osobně na indické ambasádě v Praze.

## Černobyl 30 let po výbuchu? Nová divočina!

Letos je to přesně třicet let od výbuchu jaderné elektrárny v Černobylu na Ukrajině a je zajímavé sledovat, jak to tam dnes vypadá. Pokud čekáte krajinu bez života, možná vás překvapí, že se okolí havárie proměnilo v živou divočinu. „Opuštěná města i vesnice se pomalu, ale jistě mění v les. V jejich okolí žijí vzácní koně Převalského, daří se tu losům,

liškám i vlkům. Ukázalo se, že zvýšená radiace jim překáží méně, než přítomnost lidí,“ říká šéfredaktor webu Pohora.cz Michal Kroužel, který Černobyl navštívil v březnu.

## Učit děti ve vesnici Petiwung můžete i vy!

Pro nás je vzdělání samozřejmost, na spoustě míst světa se ale stále ještě jedná o výsadu. Podobně je tomu i na Lomboku, kde se o vzdělání dětí v zapadlé vesničce Petiwung začali starat Češi. „Místní školu podporujeme dva roky. Děti to totiž měly do nejbližší státní školy tak daleko, že by pravděpodobně přišly o možnost základního vzdělání,“ vysvětluje Marcel Žitník, který se na aktivitách podílí. Každý rok se organizaci podaří něco nového, jedná se ale spíš o drobné kroky. „Letos jsme například úspěšně završili výstavbu toalet. První slavnostní čůrání proběhlo 5. března. Zároveň jsme se vrhli do přestavby staré, již nevyhovující budovy školy, s myšlenkou rozšířit stávající základnu tak, aby se do vzniklého prostoru vešly tři třídy místo dvou,“ vysvětluje zapálený Marcel. Problém mají ale stále se sháněním dlouhodobějších dobrovolníků, kteří by se podíleli na výuce. „Kromě Andrey, která už třetím rokem zajišťuje kontinuitu pedagogické práce, se většina dobrovolníků nezdrží déle než měsíc, a to je stále málo na udržení smysluplné a kontinuální výuky. Proto uvítáme zájemce, kteří by se chtěli angažovat v dobrovolnické práci po delší dobu,“ dodává Marcel.



## AKTIVNÍ DOVOLENÁ NEJEN VE SKANDINÁVI

POZNEJTE TENTO SVÉRÁZNĚ NÁDHERNÝ KOUT SVĚTA NA NĚKOLIK ZPŮSOBŮ:

**NORSKO NA KOLE, NORSKO A ŠVÉDSKO POZNAVAČKA, NORSKÉ HORY – JEDNODENNÍ TURY I VÍCEDENNÍ PŘECHODY, PRÁZDNINY U VIKINGŮ, OSTROVY ZA POLÁRNÍM KRUHEM, DO FINSKÝCH NÁRODNÍCH PARKŮ**

VÝBORNÍ PRŮVODCI,  
VESELÁ PARTA,  
SKVĚLÁ POLOPENZE

PŘEHLED VŠECH AKCÍ NA KOLE, DO HOR NEBO ZA POZNÁNÍM

**WWW.KUDRNA.CZ**



OSOBNOST: **DANNY MENŠÍK**

PŘIPRAVILA NATÁLIE ŠÍROVÁ,

FOTO: FABRICE WITTNER / SLACK.FR

# Světový rekord na kilometrové lajně

Danny Menšík patří k nejlepším českým slacklinerům, jeho specialitou jsou dlouhé highliny. Letos v dubnu překonal společně s Francouzem Paulinem světový rekord v délce highline, když po úzkém popruhu vysoko nad zemí přešel vzdálenost jednoho kilometru.

**Jak ti bylo na začátku lajny tak dlouhé, že ani nevidíš na konec?**

Byl jsem v klidu, ale cítil jsem trochu respekt. Bylo to opravdu obrovské a říkal jsem si, že na té lajně strávím věčnost, než budu na druhé straně.

**Kilometrová highline víc než 500 metrů nad zemí znamená, že skoro létáš vzduchem. Jaké byly pocity mezi nebem a zemí?**

Na jednu stranu bylo super být tam sám a mít ten prostor sám pro sebe. Člověk pak má dost času přemýšlet nad hodně věcmi, ale zároveň si uvědomuje, jak je malinký a nicotný v porovnání s okolím. Připadal jsem si jako mravenec na prádelní šňůře.

**Přechod téhle highline trval kolem 40 minut. Jak moc to bylo vyčerpávající?**

Hodně. Došel jsem to v úplném tranzu a hrozně šťastný, že už to nemusím jít znovu. Ruce mě bolely, jako bych měl na nich celou dobu závaží.

**Jaké dojmy jsi měl na konci jako novopečený rekordman?**

Ohlédl jsem se a nevěřil jsem, že je vůbec možné něco takového přejít. Pořád mi to přijde jako hrozný nesmysl. Přejít takovou vzdálenost je vlastně naprosto nereálná věc, která se náhodou povedla. Jsem rád, že jsme to byli právě my, kdo ukázal cestu do nekonečna.

**Rekordy v délce highline se za posledních několik let extrémně rychle mění.**

**Jak daleko je možné ještě zajít? Existuje na to vůbec vybavení?**

Určitě se dá přejít i víc než kilometr. Na takových vzdálenostech ale začnou být velkým problémem meteorologické podmínky. Vítr si s takovými lajnami dokáže hodně pohrávat a v horách při bouři je opravdu velká pravděpodobnost, že lajnu zasáhne blesk (už se to i stalo, pozn. Dannyho). Vybavení na takové highline existuje, ale je drahé. V budoucnu bude tedy čím dál těžší dokázat, aby hodnota rekordu stála za vynaložené náklady a úsilí.

**Výkon je takhle dlouhou lajnu vůbec natáhnout. Jak to probíhalo?**

To je naprostá pravda. Natahování trvalo dva dny a opravdu se mi hodně ulevilo, když se nám to podařilo, protože několikrát chybělo málo k neúspěchu. Spojení stran se provádí pomocí dronu na ovládání a rybářského vlasce, potom se přetáhne tenké lanko



**DANNY MENŠÍK**

Na lajnách chodí pátým rokem a za tu dobu se dvacetiletý Danny Menšík prochodil mezi světovou špičku. Letos v dubnu překonal společně s Francouzem Nathanem Paulinem světový rekord v délce highline, když přešel 1020 metrů dlouhou highline, nataženou ve francouzských horách nedaleko Nice ve výšce 600 metrů nad zemí. Dosavadní rekord o délce 495 metrů tak oba překonali víc než dvojnásobně. Danny Menšík je členem adidas outdoor týmu.



a po něm samotná lajna. Je to ještě složitější, ale to by bylo na dlouho.

**Prolamování rekordů se zdá být tvým koníčkem. Loni jsi společně se dvěma Francouzi přešel tehdy nejdelší highline na světě o délce 469 metrů, rekord zanedlouho někdo překonal. Máš do budoucna plány přejít něco ještě delšího?**

Zatím ne. Chci teď dělat hlavně co nejhezčí lajny v horách. Chtěl jsem být první, kdo přijde s kilometrem, což se povedlo. Mytická hranice je překonána, to mi stačí. Další takhle kulaté číslo je až deset kilometrů, takže nemám už takovou motivaci jít dál. Teď mířím spíš za kvalitou než za kvantitou.

**TIP:** Delší verzi rozhovoru si přečtete na webu [Pohora.cz](http://Pohora.cz).





# Zkusím to znovu!

## Peggy Marvanová o extrémním závodě v Laponsku

**Markéta „Peggy“ Marvanová je drobná jednadvacetiletá blondýnka, která si libuje v extrémních výzvách. Má za sebou několik cyklistických závodů po Čechách a také pár velmi ambiciózních závodů ve světě.**

Svámi výkony se snaží pomáhat potřebným a motivovat k tomu další sportovce. Letos se vrátila z nepodařeného pokusu o extrémní výzvu v dalekém a mrazivém Laponsku. Markéta nyní trénuje v pražských ulicích jako messenger.

***Poviš nám něco o svých posledních úspěších, které jsou pro tebe podstatné?***

Loni jsem jela svůj nejdelší závod v životě – Grand Tour Divide, dlouhý 4400 km. Cesta z kanadského Banffu na mexické hranice mi zabrala 21 dní 9 hodin a 10 minut. Během cesty jsem nesměla mít žádnou podporu zvenčí, byla jsem odkázána jen sama na sebe. Setkala jsem se tam s medvědem, otravnými komáry a sáhla si na dno sil. Naštěstí mě vždy povzbudila myšlenka na Dáju (postižená dívka, které Peggy svým závodem vydělávala na speciální kolo). Nebudu přeci říkat, že už nemůžu, když jsou tu jiní, kteří opravdu nemůžou.

***Letos v únoru jsi přijala extrémní výzvu v Laponsku – 900km trasu tzv. Lapland Extreme Challenge. Co bylo prvním popudem pro absolvování tohoto závodu.***

Myšlenka zúčastnit se závodu v Rovaniemi se zrodila už při 10denní expedici na sněžných kolech v Laponsku v roce 2014. Krajina a ráz Laponska se mi tolik zalíbily, že jsem se tam

chtěla co nejdřív vrátit. V roce 2015 jsem tam absolvovala 150 km variantu závodu – běh se saněmi. Nebyla to moc šťastná volba. Sníh se bořil a saně mě tížily. Nebýt tenkrát povzbudivých esemesek od fanoušků, závod bych nedoběhla. Nakonec jsem se umístila na krásném 33. místě a jako druhá žena v kategorii běžců. A nebyla bych to já, kdybych se tam nevrátila, a to rovnou na extrémní závod.

***Na fotkách z letošního Laponska mě překvapilo, že jste si své vybavení vyndávali z kufru staříčké felicie. To jste si ně jeli z Čech až na sever Finska? A kdo řídil?***

(smích) Felicie je nejlepší auto na světě. Všude vás doveze a všechno opravíte na koleni. Dokonce i v tamních podmínkách nám po návratu nastartovala už napotřetí! Největší problém byl s malým kufrům, kam jsme kola narovnali jen stěží. Ještě větší problém nastal, když jsme se do kufru chtěli nasoukat i my, a to za účelem spánku. Všechno jsme ale zvládli.



V řízení jsme se střídali – můj přítel, tři polštáře a já. Vzhledem k mé výšce byly ty polštáře nezbytné. Já už řídím od osmnácti. Pamatuju, jak jsem s čerstvými papíry jela průvodcovat do Bosny. Dostala jsem dodávku, osm lidí, a tak jsem prostě jela. Tenkrát jsem měla před zkouškou ve škole, tak místo polštářů jsem měla pod zadkem vyrovnané učebnice matematiky. Navíc řídím jediné naboso, což spoleceujícími určitě zvedlo náladu.

### Jak tedy probíhal samotný závod?

Rozhodla jsem se letos pro fatbike (sněžné kolo s širokými gumami) a pro morální i fyzickou oporu – mého přítele Adama, který se výzvy účastnil se mnou. Už na předzávodním mítinku nám organizátor řekl, že nemáme žádnou šanci dostat se k jednotlivým průjezdním bodům, protože je extrémně mnoho sněhu a cesty nejsou proježděné. Přesto nám popřál mnoho štěstí a zdaru.

## i ÚSPĚCHY

### 2015

Rovaniemi 150 – běh na polárním kruhu na 150 km s expedičními sáněmi, 2. místo

Great DIVIDE mountain bike race – nejdelší MTB závod světa bez zabezpečení, dokončen za 21 dní

### 2014

Rock Point zimní horská výzva (222 km) – 1. místo / 1. místo celkově

1000 MILES Trans Czechoslovakia – 1. žena / 12. místo celkově

24h MTB Beroun (MČR 2014) – 1. místo

### 2013

24h MTB Jihlava (304 km) – 2. místo

1000 MILES – nejmladší účastník historie – 1. místo / 30. místo celkově

24h MTB Liberec (MČR 2013) (402 km) – 1. místo – Dvojice mix

24h MTB Beroun (318 km) – 1. místo

### 2012

24h MTB Beroun (286 km) – 1. místo

Těžká pohoda 24hodinovka Vesec (441 km) – 2. místo – Dvojice mix

Markétu Marvanovou na jejích výzvách doprovází vybavení od Rock Pointu.



My se však nevzdali a vyrazili. Sázela jsem na svou taktiku, která ale nepočítala s několika desítkami centimetrů prашanu, kterými bylo nutné kolo tlačit. Zkrátka to nešlo. Na místní povětrnostní podmínky byla i moje taktika krátká a po šesti dnech jsme to vzdali. Smutná z toho ale nejsem – dojeli jsme nejdál, co se kdy kdo vůbec dostal, a to je pro nás osobní výhra.

### Jak jste s nepřízní počasí bojovali?

S počasím jsme se museli vypořádávat operativně. Některé úseky byly projeté sněžnými skútry, jiné bychom bez GPSky ani nenašli. Místy až dvoumetrová sněhová pokrývka, která ležela na jindy sjízdných cestách, znevažovala jakýkoli způsob přepravy.

Dalším oříškem byly velmi nízké teploty. První noc se nás ujali místní, neuvěřitelně vstřícní Finové, kteří nás nechali přespat u nich v domě. Další noci jsme si vždycky v mapě vytipovali nějaký přístřešek (laavo) nebo srub, kde se většinou dalo zatopit, a tak šla noc v pohodě přečkat. V jednom srubu ale byla úplně nezaizolovaná podlaha, kterou profukoval chladný vzduch. Tu jsme vytopili o pět stupňů oproti vnější teplotě – a to bylo -18 °C. Jednu noc jsme bivakovali venku. Silně sněžilo, a tak jsme si udělali provizorní přístřešek z našich kol, aby nás sníh do rána nezasypal.

### Jaká nebezpečí, kromě zimy, tam na vás číhala?

Za celou dobu jsme nepotkali žádné zvíře a skoro ani živáčka, takže opravdu jediným nebezpečím bylo neodhadnutí aktuálních podmínek a nepříznivé počasí. A čemu jsem vůbec nevěřila, strhla se tam s námi lavina. Krajina se může zdát úplně rovná, ve skutečnosti jsou to ale samé mírné kopečky. Na jednom takovém se najednou vzduchem ozval pisklavý až řezavý zvuk a celý svah se s námi utrhnul. Naštěstí se jednalo jen o pár centimetrů, ale i tak to byla obrovská rána. ▶



▶ Při spaní v záhrabu sloužila kola místo střechy.



▶ Peggy Marvanovou na jejích výzvách doprovází vybavení od Rock Pointu





**TERNUA**

### TERNUA Neutrino

Jak udělat oblečení lehké jako pírko ale zároveň funkční a odolné? Baskická značka Ternua řeší tuto otázku v nové kolekci funkčního oblečení Adrenalite. Ultralehká bunda s membránou Pertex Shield+ se vyznačuje mimořádnou sbalitelností, prodyšností a přitom dokonalou ochranou před deštěm a větrem. S velkým cítem výrobce „ořezal“ všechny zbytečnosti a důležité funkční prvky zůstaly zachovány. Pánská i dámská bunda Neutrino je ideální pro vyznavače outdoorových aktivit ve stylu „fast and light“.

Bundu Neutrino lze zakoupit v prodejnách a na webu **rockpoint.cz**

#### Otázka, která je na místě: Zkusíš to znovu?

Myšlenka závod si zopakovat mi proběhla ihned po tom, co jsem se rozhodla ten letošní vzdát. Když jsem se svého přítele konečně odvážila zeptat, jestli to se mnou pojede zkusit příště, skoro půl dne mlčel. Při zkoumání jeho tváře jsem ale usoudila, že o tom přemýšlí. A jak jsem předpokládala, jeho odpověď zněla kladně. Po návratu a opětovném setkání s pořadatelem závodu se naše sebemenší pochyby okamžitě rozptýlily. Sám od sebe nám totiž nabídl startovné na rok 2017 zdarma. Takže co se týče plánů, máme oba jasno!

**TIP:** Další rozhovory s inspirativními sportovci najdete na [Pohora.cz](http://Pohora.cz).



Jediné, co se změní, bude náš dopravní prostředek. Kolo nahradí severské lyže. Speciální dlouhé lyže, které by měly zvládnout i takové množství sněhu, které tam bylo letos.

#### Jak tě znám, do té doby nevydržíš bez dalších větších závodů, máš tedy něco v plánu?

To bych skutečně nebyla já, abych seděla jen doma na zadku. (smích) Koncem jara jedeme zase s přítelem do Skotska na závod Highland Trail 550. Není to dlouhá trať, ale bude na ní zřejmě nějaký zádrhel, protože ho loni z šesti žen dokončila jen jedna. Chci se o to tedy pokusit a přijít tomu na kloub. Dál bych letos chtěla na Matterhorn. A pak někam na trek do Himálají. Lákají mě hory, mám ráda zimu a taky si tam trochu odpočinu od kola.

#### Vidíš ještě dál do budoucnosti?

Až dostuduju a zkusím ještě pár výzev, odstěhuju se do hor, pořídím ovečky a budu farmařit. Chtěla bych si tam sama postavit srub a mít spoustu dětí.

#### Děkujeme za rozhovor!



☑ Oporou byl Peggy při letošním závodě v Laponsku její přítel Adam.





# Běh v oblacích

## Jak se zrodil alpine running

**Hory byly, jsou a budou odjakživa stvořeny k tomu, aby je člověk různými způsoby zkušel zdolat. Jedním ze způsobů, jak překonávat nástrahy horských velikánů, je tzv. rychlovýstup neboli výstup s minimální zátěží v co nejrychlejší čas. Sport, jehož obliba stoupá stejně strmě jako jeho trasy v horách.**

### Lidé vždy toužili překonávat „nepřekonatelné“

Historie zdolávání hor je letitá jako lidstvo samo. Různé formy horolezectví a chození po horách mají staletou tradici, neustálé posouvání hranic sportu přivedlo do hor postupně i extrémní běžce. Kromě horských ultramaratonů nebo skyrunningových závodů se běžci začali vydávat na horské výstupy na hraně horolezectví. Rychlostní výstupy s minimálním vybavením jsou trendem posledních let a rychle získávají na oblibě prakticky po celém světě.

Největší popularitu rychlovýstupům přinesly výkony Katalánce Kiliana Jorneta, který v létě 2013 vyběhl na Mont Blanc (4 809 m), nejvyšší horu Evropy, za 4 hodiny 57 minut a 40 vteřin. Za tuto dobu vystoupal z městečka Chamonix v nadmořské výšce 1040 metrů o 3650 výškových metrů výše a urazil 28,5 km. Jeho výkon strhl celosvětovou vlnu v překonávání rychlostních výstupů na neznámější a nejvyšší vrcholy nejen v Evropě.

### Nejrychlejší horolezci světa

Jako každý sport má i zdolávání vrcholů své špičkové sportovce, mezi neznámější patří Kilian Jornet, Ueli Steck, Karl Engloff a další. Švýcarský horolezec Ueli Steck promlouvá do světového horolezení už přes 20 let. V roce 2007 při sólovýstupu obávanou severní stěnou Eigeru prolomil časový rekord, svůj tehdejší výkon už dvakrát překonal. Rychlovýstupy podniká ale i na osmitisícových velikánech. Loni upoutal také svým projektem „84 vrcholů“, během nějž za 80 dní zdolal všech 82 čtyřtisícových vrcholů Alp.

Asi nejlepším horským běžcem a horolezcem v jednom je v současnosti už zmíněný Španěl Kilian Jornet. V rámci svého osobního projektu nazvaného Summits of My Life (v českém jazyce Vrcholy mého života, pozn. redakce) vytvořil nové rekordy ve výstupu na Mont Blanc, Matterhorn, Kilimandžáro, McKinley nebo Aconcagua (rekordy na Aconcagua a Kilimandžáro byly v roce 2014 a 2015 překonány Ekvádorcem Karlem Egloffem, pozn. redakce).

S rozrůstající se popularitou nového sportu nastal i rozvoj sportovního vybavení, které umožňuje nejen snadnější pohyb v horách, ale zajistí i větší bezpečnost a pohodlí. Právě Kilian Jornet spolupracuje s firmou Salomon na vývoji kolekce zvané S-LAB, určené pro rychlý pohyb v horách. Firma Salomon spojila při vytváření kolekce své zkušenosti z výroby vybavení v oboru horolezectví a trailového běhu. Jejich produkty tak splňují kritéria, která požadují sportovci s největšími ambicemi.

### i SPECIÁLNÍ VÝBAVA PRO HORSKÝ BĚH

Na letošním veletrhu ISPO v Mnichově se společnost Salomon prezentovala novými výrobky pro horský běh, za které získala i prestižní ocenění. Zvláštní pozornost si zaslouží speciální obuv S-LAB XA Alpine nebo batoh S-LAB Peak 20, určené právě pro pohyb v nejtěžších horských podmínkách.

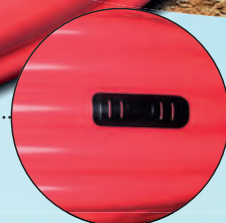


### Alpine running aneb rychle po horách nejen v Alpách

Nový druh zábavy začal být neoficiálně označován jako „alpine running“. Druh sportu, který spočívá v hltání kilometrů s minimálním zatížením v podobě výbavy a v maximální rychlosti. Tímto stylem se začaly lámat rekordy ve výstupu na hory dříve určené jen pro horolezce.



**NOVÁ  
DOBRODRUŽSTVÍ  
NA DIVOKÉ  
VODĚ**



## NOVÉ SAFARI

- ~ nyní prostornější a stabilnější
- ~ vyšší nosnost – až 130 kg!
- ~ **podrží vás v peřejích, ale je stále skvěle obratné**
- ~ hmotnost pouze 12 kg

Cesta k novým vodáckým dobrodružstvím je otevřena.



Parták pro každé dobrodružství

[www.gumotexcluny.cz](http://www.gumotexcluny.cz)



**Safari**



**GUMOTEX**  
BOATS & OUTDOOR



# Až na dno propasti

## Po stopách prvních průzkumníků jeskyní

**Postupujeme zvolna chodbami Sloupsko-šošůvských jeskyní a blížíme se ke Stupňovité propasti. Odtud, z jejího dna, je vstup do spodních pater Sloupsko-šošůvských jeskyní, a hlavně na dno Nagelovy propasti. Už zdálky slyšíme temné hučení podzemního toku Sloupského potoka. Čím jsme blíží, tím je hukot silnější a na začátku sestupu do Stupňovité propasti už skoro není slyšet vlastního slova.**

Začínáme chápat, že to, proč jsme sem dnes přijeli, se neuskuteční. Nedávné deště zvedly hladinu Sloupského potoka a to se samozřejmě projeví i v jeho podzemní části. Chodby, kterými je možné se na dno Nagelovy propasti dostat, jsou zaplavené rychle se řítícími vodami. Přesto je sestup skoro až k samotné hladině potoka impozantní. Pro hluk se skoro nedá mluvit, vodní tříšť neprospívá ani fotografování. Zůstáváme na spodním můstku a sestup posledních pár metrů po železném žebříku k hladině nám už nepřipadá rozumný. Tady naše cesta protokrát skončila, ale příště už to určitě vyjde.

### Objevování podzemního labyrintu

Dvoupatrové podzemí Sloupsko-šošůvských jeskyní budilo vždy spíše strach. Prvním, kdo

se odvážil nechat se spustit až dolů, byl v roce 1748 Johann Antonius Nagel, matematik a fyzik císařského dvora ve Vídni. Byl pověřen výzkumem a zdokumentováním jeskyní mocnářství, v rámci čehož uskutečnil i odvážný sestup do spodních pater Sloupské jeskyně. „Když jsem se v tomto opuštěném skalním labyrintu ohlížel, padla na mne taková hrůza, že jsem se na všech údech třásl a svých hříchů jsem ze srdce litoval. Mezi všemi jeskyněmi, které jsem kdy viděl, je tato nejošklivější, jak každý se zděšením může poznat, kdyby měl chuť ji prohledat.“

Na konci 19. století začal v jeskyních Moravského krasu aktivně působit profesor Karel Absolon. Navázal na výzkumy svého děda Dr. Jindřicha Wankela a objevil nové prostory ve Sloupských jeskyních. Asistoval také Josef Brouškoví (ve starší literatuře Břouškoví) při poznávání a zkoumání jeskyní Šošůvských. Ty byly objevovány v letech 1889 – 1914 a postupně propojovány a zpřístupňovány veřejnosti.

### Na návštěvu k jeskynním lidem

V současnosti jsou považovány za jednu z nejkrásnějších jeskyní u nás, hlavně pro svou nádhernou výzdobu a členitost. Patří k největším ze čtrnácti zpřístupněných jeskyní a navazují na podzemní systém Amatérské jeskyně, která má zdokumentovanou délku přes 40 kilometrů. Výzkum v nich objevuje stále další prostory a dají se očekávat ještě mnohá překvapení.

V roce 2015 byla v jeskyních Moravského krasu dokončena interaktivní expozice Jeskyně a lidé, která provádí návštěvníky historií od dob nejstaršího osídlení Moravského krasu. V jeskyni Kůlna, která je součástí návštěvního okruhu Sloupsko-šošůvských jeskyní, je instalován soubor kopií originálních nálezů a působivé dioráma neandertálských lovců, jejichž život představuje audiovizuální projekce.

### PROHLÍDKA JESKYNÍ

Sloupsko-šošůvské jeskyně tvoří rozsáhlý dvoupatrový komplex chodeb, domů a mohutných propastí. Mezi řadou propastí Sloupských jeskyní vyniká svou velikostí 90 metrů hluboká Nagelova propast. Prostory šošůvských jeskyní nejsou tak rozměrné, ale zaujmou bohatou krápníkovou výzdobou.

Informace o možnostech návštěvy Sloupsko-šošůvských jeskyní nebo Nagelovy propasti, ceníky a otevírací hodiny najdete na webu [www.caves.cz](http://www.caves.cz).





# Liduprázdné hory

## Kam se (ne)jezdí v Kyrgyzstánu

„To už jste asi stý Češi, které tu za dva týdny potkáváme,“ slyším od dvojice děvčat nedaleko chaty Raceka v pohoří Ala Arča, kam jsme zavítali na posledních pár rezervních dní před odletem domů po měsíčním cestování Kyrgyzstánem. A byli to první Češi, které jsme potkali my.

Kyrgyzstán je totiž jednou z nejhornatějších zemí světa a nabízí nesčetně trekařských i horolezeckých možností, přesto podstatná část (nejen českých) turistů vyráží do Karakolu a hor v jihovýchodní části Kyrgyzstánu, cestou zpět se zastaví u jezera Issyk Kul a na letadlo

zpátky počkají při výletu k chatě Raceka v Ala Arče nad Biškekem, případně i při výstupu na některou ze snadných čtyřtisícovek v okolí.

Údolí Altyn Arašan, Skazka, Děti Oguz a Inylčėk pod sedmitisícovkami Pik Pobedy a Chan Tengri, případně pokus o výstup na Pik Lenina (7134 m), jednu z nejsnáze dostupných sedmitisícovek, jsou nejčastějšími položkami v itineráři. Tato cesta je nepochybně nejjednodušší



 Pastevecká obydlí poblíž řeky Karavšin, údolí Ak Suu.

### i

#### TREK ÚDOLÍMI KARAVŠIN A LAJLAK

Pro tenhle trek je třeba získat povolení pro vstup do pohraniční oblasti, v okolí vesnice Čorku se krátkému průjezdu Tádžikistánem nevyhnete. Taxi z Batkenu do Sary Džálu i z Ozgerjuše do Batkenu vyjde tak na 2000 Kč, podle schopnosti smlouvat. V Ozgerjuši je možné si odvoz sehnat, v případě treku opačným směrem je třeba mít odvoz ze Sary Džálu domluven předem. Pro cestu z Biškeku do Batkenu nebo zpět je smysluplné využít leteckou dopravu – aerolinka Tez Jet létá několikrát týdně za cenu kolem 1300 Kč jedním směrem.



## **i** POHRANIČNÍ ZÓNY

Pro vstup do oblastí u hranice s Čínou a Tádžikistánem je vyžadováno povolení, tzv. border permit. Týká se to tedy celé jižní hranice Kyrgyzstánu včetně navštěvovaného údolí ledovce Inylček. Povolení se dá zajistit přes různé turistické agentury předem (ceny od 400 Kč/os., platba většinou přes Money-Gram, Western Union atp., vyřízení trvá 2 – 6 týdnů, fyzické převzetí dokumentu nutné) nebo na místě, ale i tehdy to trvá několik dní a cena závisí na schopnosti smlouvat.

a do Kyrgyzstánu se jezdí i proto, že je to relativně levné a jednoduché. Jako jediná země střední Asie nevyžaduje po Čechách ani Slovácích víza (pro cesty do 60 dnů), není nutné se registrovat v místě pobytu, dokládat ubytování v hotelu, a letenky i na léto je navíc možné sehnat za ceny kolem 10 000 Kč, mimo sezonu i výrazně levněji. Přesto je škoda zůstat jen na této základní trase.

**TIP:** Podrobnější informace k trekku přes sedlo Ak Tjubek najdete v katalogu treků na [Pohora.cz](http://Pohora.cz).



## Kyrgyzská Patagonie

Žulové skalní stěny v údolích Ak Suu a Kara Suu (to jsou oblíbená jména řek, potažmo údolí – znamenají bílá, resp. černá voda) nad Karavšinem lákají především lezce, často je oblast přirovnávána k Patagonii nebo Yosemiteům. Ovšem i pouhá procházka pod tisíci-metrovými skalními stěnami stojí za to, zvláště když je zasazena do příjemného 7–10denního treku, vedoucího přes 4331 m vysoké sedlo Ak Tjubek.

Základní a nejlogičtější trasa z Voruchu proti proudu řeky Karavšin až k několika pasteveckým obydlím u soutoku řek Ak Suu a Kara Suu je bohužel z politických důvodů neprůchodná, jelikož Voruch je tádžickou exklávou. Vychází se tedy z osady Sary Džál a sestupem 1500 výškových metrů k řece Karavšin (pozn. red.: v roce 2015 byla i tato cesta uzavřena, povodeň totiž strhla důležitý most, ale dá se předpokládat, že už letos bude opraven). Povinnou prohlídkou dvou spektakulárních údolí můžete strávit celý den. Kromě kolmých stěn bude dráždit spoušť vašeho fotoaparátu především nádherná pravidelná pyramida Piku Pyramidalnyj, která uzavírá údolí Kara Suu.



**Údolí Kara Suu a Pik Pyramidalnyj.**

Výstup do sedla Koš Majnok prověří fyzické síly, sestup do příjemně zeleného údolí řeky Orto Čašma zase zvedne náladu před výstupem do sedla Ak Tjubek, nejvyššího bodu treku. Nejdřív travnatými a pak kamenitými stráněmi **▶**



**▶ Divoká krajina rezervace Sary Čelek, vlevo sedlo Katurma.**



## i ENKLÁVY

Především v západní části Kyrgyzstánu je několik enkláv patřících Uzbekistánu nebo Tádžikistánu, které mohou komplikovat pozemní dopravu. Většina silnic z dob SSSR nerespektovala rozdělení jednotlivých svazových republik, silnice z Oše na západ tedy překračovala několikrát státní hranice (ať již přímo nebo právě přes enklávy). V současnosti je už na většině trasy postavená nová vnitrokyrgyzská silnice, přesto je vhodné se před nástupem do maršrutky ujistit, kudy pojede – původní cesta je rychlejší a místní mohou hranice překračovat bez problémů.

vystoupáte do sedla a pak po kamenech sjedete do údolí další řeky Ak Suu. Podél ní můžete sestoupit k řece Lajlak a do vesnice Ozgerjuš, odkud už jezdí maršrutka či taxi.

Trek si můžete snadno o několik dní prodloužit. Stačí překonat další sedlo a sejít až podél řeky Urjam, případně ještě o údolí dál. V obou případech se údolím dostanete k řece Lajlak a do Ozgerjuše.

### Cestou z Biškeku do Oše

Příjemným rozdělením dlouhé pozemní cesty mezi Biškekem a Oší může být výlet do biosferické rezervace Sary Čelek, která je chráněná i v rámci UNESCO. Z města Taš Kumyr je to k bráně parku ve vesnici Arkit 70 km, ale dalších 15 po sjezdové cestě je to k jezeru, je tedy rozumné zajistit si odvoz až tam. Tipem na výlet je určitě přechod na východ přes sedlo Katurma k jezeru Kara Suu, které je obklopeno zelenými pastvinami. Snazší variantou je sestup podél stejnojmenné řeky zpět k silnici na Taš Kumyr, atraktivnější a náročnější je ale určitě přechod k severu, přes dvě třitisícová sedla Kara Kulža a Čijin Taš se dá sejít na severní stranu pohoří do Leninpolu nedaleko města Talas.

SKLÁDACÍ HOLE  
MALÉ I PRAKTICKÉ I LEPŠÍ



▲ Kyrgyzčata v Arkitu.





📍 Jezero v údolí Čong Ak Suu.

## Na sever od Issyk Kulu

Rybí trhy v Balykčy nebo turistický resort Čolpon Ata bývají nejčastějšími zastávkami na severní straně jezera Issyk Kul, jehož hladina je ještě o pár metrů výš než vrchol Sněžky a z horských jezer je rozlohou větší jen andské Titicaca.

Mezi jezerem Issyk Kul a kazašskou hranicí se nachází pohoří Kungej Alatau, které skýtá několik trekových možností. V západní části se nabízí trek údolím řeky Čong Kemin s následným přechodem přes 3890 metrů vysoké sedlo Kok Ajryk na jih směrem ke „kyrgyzskému moři“. Přes sedlo vede i silnice spojující Issyk Kul s kazašským Almaty. Ovšem i na kyrgyzské poměry je to silnice jen s velkou dávkou fantazie – sedlo je sjízdné jen pár měsíců v roce, po cestě je několik hlubokých brodů, hrozí závaly, a navíc na cestě není oficiální hraniční přechod. Přejezd sedla Kok Ajryk ale může být zajímavou výzvou pro milovníky horských kol.

Další vhodný přístupový bod do Kungej Alatau se nachází o pár desítek kilometrů východněji. Nad vesnicí Grigorievka je soutěska řeky Čong Ak Suu. Přímo v ní je široká nabídka atraktivních služeb turistům (předražené šašliky, svezení na koni, kyčovitě suvenýry, fotka s dravcem na ruce...), je tedy rozumné ji co nejrychleji projet a začít túru až na zelených planinách nad soutěskou, kde se dá proti proudu řeky Čong Ak Suu pokračovat mezi kyrgyzskými jurty dál. Pro návrat k Issyk Kulu můžete přejít přes sedlo Kum Bel (3598 m) do vesnice Korumdu. Náročný vysokohorští turisté mohou podél Čong Ak Suu pokračovat proti proudu až takřka k jezírku, z něhož řeka vytéká, a přes čtyřtisícové sedlo Ak Suu přejít do už zmíněné doliny řeky Čong Kemin. Na sestupu je ale nutné překonat ledovec, na němž se podmínky rychle mění, ale neleží-li na něm sníh, jde ho relativně bezpečně přejít i bez ledovcového vybavení. Odměnou za nesnáze je pak nádherně modré jezero Džasyl Kel. Několikakilometrová zacházka k němu nepochybně stojí za to, ale je třeba se po sestupu z ledovce držet na pravém břehu řeky.

## Prostor pro objevování

Ani zdaleka jsem ale neuvedl všechny možnosti, které Kyrgyzstán nabízí. Kdo rád objevuje málo navštěvovaná místa, má dostatek možností. V pohoří Kokšaal Tau západně od Narynu, na Alajském hřbetu jižně od Oše nebo v pohoří Čaktal a Talaském Alatau najdete dostatek cest, kudy možná letos půjdete jako jediní.

### **i** INFORMACE NA CESTU

Do Kyrgyzstánu se nejčastěji jezdí v červenci a srpnu, kdy je i nejstabilnější počasí. Dříve hrozí, že některá výše položená sedla nebudou průchodná, od září je nutné očekávat ztlačně nižší teploty především v noci a nesmí překvapit ani nový sníh. V zimních měsících je nutné počítat s tím, že ani hlavní silniční spojení (např. z Biškeku do Oše) nemusí být průjezdná.

Vnitrostátní dopravu zajišťují stejně jako v dalších východních zemích maršrutky, které alespoň jednou denně zajíždějí i do relativně malých vesnic. Mezi Biškekem a Ošem nabízejí různé aerolinky několik letů denně v ceně kolem 1000 Kč jednosměrně, což má smysl zvážit jako alternativu k více než desetihodinové pozemní cestě. Jediným vnitrostátním železničním spojením je vlak z Biškeku do Balykčy a zpět, jezdí denně.

Turistické mapy až na lokální výjimky neexistují, pro navigaci v horách nejlépe poslouží staré sovětské vojenské mapy, dostupné např. na [www.loadmap.net](http://www.loadmap.net), pro většinu Kyrgyzstánu i v měřítku 1:50 000.



# Kličkování mezi trhlinami

## Třikrát jinak na Weissmies

**Sníh, led, trhliny, séraky, skála a mixy. To vše najdete, pokud se vydáte na Weissmies (4017 m), jednu z dominant Walliských Alp.**

Výstupy na tohoto bílého velikána můžeme zařadit do klasických horských výstupů, při kterých kombinace horského mixového lezení a přechodu přes dechberoucí hluboké trhliny zanechá v každém nespočet nejen horolezeckých vzpomínek. Na horu, která se řadí mezi lehčí alpské čtyřtisícovky, vede hned několik tras.

### Normálkou přes ledovcové trhliny

Jedná se o jednodušší ledovcovou túru v oblasti Saastalu, kterou podnikli jako první už v roce 1855 Jakob Christian Häusser s horským vůdcem Peterem Josefem Zurbriggenem. Základnou této normální cesty je malebná obec Saas Grund v nadmořské výšce 1559 metrů. Nejrychlejší nástup je možný lanovkou přes Kreuzboden (2400 m) až k chatě Hohnsaashütte (3101 m). Odtud se po deseti minutách nastupuje na ledovec Triftgletscher, na kterém už při nástupu číhají první trhliny. Po prokličkování mezi nimi čeká menší slalom mezi séraky a terén se strmě zvedá až pod sněhovou čapku s kótou 3815 m. Dál normálka pokračuje po jihozápadním sněhovém hřebeni až na vrchol. Cestou od nástupu až těsně pod vrchol se vyskytuje mnoho trhlin a hrozí pád séraků.

Sestupová trasa: stejnou cestou

Výstup: 3 – 4 hodiny

Sestup: 1,5 – 2 hodiny k Hohnsaashütte

### Jihovýchodním hřebenem

Trasa výstupu vede jihovýchodním hřebenem (WS/2-E2,PD, skála do II UIAA, sníh/led do 35°). Tento výstup začíná o několik kilometrů dál v Saas Allmagell (1660 m). Určitě tam nebude tak plno jako u předešlé trasy, chybí tam totiž lanovka. Nejdřív je potřeba nastoupat 1200 výškových metrů na chatu Allmageller (2896 m). Okolí chaty nabízí výborné terény pro vícedélkové sportovní lezení na západní stěně Portjengratu. Od chaty pokračuje výstup až do sedla Zwischbergenpass (3287 m), odkud se na vrchol dá postupovat dvěma variantami. První vede dál po hřebeni, druhá za hřebenem sestupuje do jiho-jihovýchodní stěny (podle podmínek). Dál výstup vede po sněhu až do výšky zhruba 3700 m a pak po hřebeni až na Jižní vrchol ve výšce 3972 m. Na hlavní vrchol se odtud dá dostat po sněhovém hřebínku.

**Sestupová trasa: normální cestou**

Výstup: 3 – 4 hodiny

Sestup: 1,5 – 2 hodiny k Hohnsaashütte

### Poctivé lezení po severním hřebeni

Lezecká trasa vedoucí na vrchol severním hřebenem (ZS+/4a-E4) aneb poctivá hřebenovka začíná u chaty Hohnsaashütte (3101 m), nebo u chaty Weissmies hütte (2726 m) s nástupem delším zhruba o hodinu. Trasa vede nejdřív asi hodinu po ledovci Hohlaubgletscher až do sedla Lagginjoch (3499 m). Z něj se nastupuje na severní hřeben, po kterém se stoupá přes skalní věžičky dvojkovým terénem, přes plotny a skalní hroty. Nejtěžší místo o obtížnosti 4a (3640 m) je dobře zajištěno, některé pasáže se dají obejít. Následuje sněhový hřeben, který vás dovede až na vrchol. Pokud se na hřebeni drží sníh, výstup se stává obtížnějším, při silnějším větru výstup nedoporučuji.

**Sestupová trasa: normální cestou**

Výstup: 5 – 7 hodin,

Sestup: 1,5 – 2 hodiny k Hohnsaashütte

### Tak už víte, kam v létě vyrazit?

**Autor:** Roman Kozelka

**Horský vůdce UIAGM, otec dvou dětí a zakladatel nově vzniklé CK Summit travel, specializující se na výstupy a trekking v exotických destinacích. Je pořadatelem Českého poháru v boulderingu, spoluautorem projektu Lezení do škol a členem Hudy Mountain Guide týmu.**





# Lezecký svět

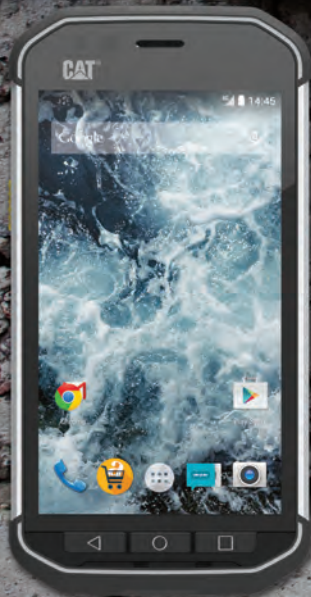
A shirtless male rock climber is shown in profile, ascending a vertical rock face. He is wearing bright yellow climbing pants, a blue and yellow harness, and black climbing shoes. He has white sunglasses and a white wristband. A blue rope is attached to his harness. The rock face is textured and brownish-yellow.

Metodické  
střípky –  
Na skalách  
bezpečněji

Recenze vybavení  
13 lezeckých značek

O lezení  
s Martinem  
Stráníkem  
a Jakubem  
Konečným





CAT® S40

**BUILT FOR IT.**

ODOLNÝ PROTI PÁDU Z VÝŠKY  
AŽ 1.8 METRU

ODOLNÝ PROTI VODĚ, PRACHU A NÁRAZU\*

VYSOKÝ JAS DISPLEJE

VELKÁ KAPACITA BATERIE

OBRAZOVKA SE SKLEM CORNING®  
GORILLA® GLASS 4

TECHNOLOGIE PRO PRÁCI V RUKAVICÍCH\*

PODPORA PRÁCE S MOKRÝMI PRSTY

IP68 A MIL SPEC 810G

**RUGGED, REFINED.**



**PLOVOUCÍ  
POUZDRÓ  
PRO CAT® S40**

VYROBENO Z EVA PĚNY

ZVÝŠÍ OCHRANU PROTI  
PÁDU NA 2.5 METRU

TELEFON NEKLESNE  
POD HLADINU

PŘI ZAKOUPENÍ CAT® S40  
V ALŽE, DOŠTANETE  
POUZDRÓ ZDARMA!

Alže patří do konca Evropy.



© 2016 Caterpillar. All Rights Reserved. CAT, CATERPILLAR, BUILT FOR IT, their respective logos, "Caterpillar Yellow", the "Power Edge" trade dress as well as corporate and product identity used herein, are trademarks of Caterpillar and may not be used without permission. Bullitt Mobile Ltd is a licensee of Caterpillar Inc. Other mentioned or shown brand names are trademarks or registered trademarks of their respective owners.

\*Otvory pro karty SIM a SD jsou bezpečně uzavřeny. Vodotěsný až do hloubky 1 m po dobu 60 minut. Nemůžeme zaručit funkčnost u všech druhů rukavic.

[www.catphones.com](http://www.catphones.com)

**BUILT FOR IT.**

★★★★★

outdoor performance  
since 1884

**feldten**

You feel it.

**DRŽTE VODU NA UZDĚ...**

IMPREGNAČNÍ, ČISTÍCÍ A PEČUJÍCÍ  
PROSTŘEDKY PRO VAŠI OBUV,  
OBLEČENÍ A OUTDOOROVÉ  
VYBAVENÍ



**Wax  
Spray**

Impregnanz und pflegt gewachste  
oder polierte Materialien.  
Proofs and cares waxed or  
oiled material.



[www.feldten.eu](http://www.feldten.eu)





## OBSAH

- 4** Novinky ze světa lezení
- 5** Tipy na vybavení
- 6** Co nového v českých skalách?
- 8** Metodické chytáky
- 14** Rozhovor: Martin Stráník
- 16** Z umělé stěny do skal
- 18** Rozhovor: Jakub Konečný
- 20** Vybavení pro lezce
- 24** Tipy na lezecké oblasti
- 27** Recenze lezeckého vybavení

## Udržitelný rozvoj lezení

**Jako lezci pokročilí nebo i jako začátečníci můžete dodržováním několika jednoduchých pravidel přispět k bezkonfliktnímu soužití s ochránci přírody, místním obyvatelstvem nebo mezi námi lezci samotnými. Jen když to bude klapat, budeme mít kde lézt...**

Všichni je známe, ale občas se nám je nechce dodržovat. Jaká tedy jsou? Alespoň ty nejzákladnější:

- Včas se informujte o omezeních a zákazech v oblasti, kam se chystáte. A tohle doporučení se snažte dodržovat.
- Na cestování za lezením zkuste využívat veřejnou dopravu. Může to být pro vás nový zážitek, odpadnou vám starosti s parkováním, a navíc si po lezení můžete v klidu dát pivko. Když to bez auta nejde, jezděte společně.
- Parkujte tam, kde se má. Nelegální parkování bývá trnem v oku domorodců. Parkování vadí lidem víc než samotné lezení po skalách. Stejně tak chodte po vyšlapaných přístupových cestách.
- Odpadky si vždycky odnese s sebou, výkaly zahrabejte do země a ohně rozdělávejte jen na povolených místech. Pokud blízko lezecké oblasti existuje možnost nocování a stravování v penzionech, ubytovnách nebo kempch, využijte ji. Přinesete profit místním lidem a osobní kontakt s nimi odstraňuje případné předsudky vůči horolezcům.
- Pod skalami se zdravte.
- Neházejte si lana na hlavu.
- Pamatujte, že váš volně pobíhající pes není každému příjemný.
- Na písku nelezte po dešti, s máčem a na rybu.

Takže než vylezete na nějaký vrchol pískovcové věže, podáte si s kamarádem ruku a s děvčetem si dáte pusy, a než se zapíšete do vrcholové knihy, snažte se dodržet těchto pár jednoduchých pravidel tak, aby nám to naše lezení a skály vydržely co nejdéle.

**Hore zdar!**



# Novinky ze světa lezení

## Netradiční horolezecký průvodce



Na sklonku loňského roku vyšel nový, netradičně zpracovaný lezecký průvodce „Nejkrásnější cesty na písku“. Jedná se o výběr 223 nejhezčích cest z oblastí: Hruboskal-

ska, Prachovské skály, Tisá, Rájec a Ostrov s obtížností od V do VIIc. Průvodce je tedy určen spíš těm, kdo lezou „na pohodu“ a jde jim o hezké lezecké zážitky s kamarády, ne o sportovní výkony. Každá cesta je zvlášť vyfocena a zakreslena do fotky červenou čarou včetně přesného umístění kruhů. Více informací na: [www.nejkrasnejsicesty.cz](http://www.nejkrasnejsicesty.cz)

## Svátek horolezectví

Už 33. ročník Mezinárodního horolezeckého filmového festivalu proběhne v Teplicích nad Metují v termínu 25. – 28. 8. 2016. Toto kulturní akci české lezecké scény si nemůžete nechat ujít. Kromě filmů se můžete těšit na bohatý doprovodný program. Termín festivalu se postupem času ustálil na posledním srpnovém víkendu, a dělá tak pomyslnou tečku za dvěma měsíci prázdnin. Více informací na: [www.horolezckyfestival.cz](http://www.horolezckyfestival.cz)

## Pecka ve velké stěně

Teprve páté opakování 25 let starého kultovního horského prásku Riders on the Storm (7c+, A2, 1300 m) se podařilo mezinárodní lezecké trojici Mayan Smith-Gobat, Ines Papert a Thomas Senf. Tuto vícedélkovou cestu vedoucí východní stěnou Central Tower, Torres del Paine v Patagonii dokončili po 15 dnech v období od 16. ledna do 20. února 2016.

**TIP:** Další informace o horolezeckých expedicích si přečtěte na webu [Pohora.cz](http://Pohora.cz).



## Climb for Life

Cílem kampaně je zvýšit povědomí lidí o důležitosti dárcovství kostní dřevě a přesvědčit je, že stát se potenciálním dárce je relativně malá akce, která ale může někomu zachránit život. K těm, kdo se do kampaně zapojili a stali se potenciálními dárci kostní dřevě, patří i Adam Ondra, který vyzývá ostatní lezce, aby se také přidali. Více informací na: [www.kostnidren.cz](http://www.kostnidren.cz)



## Hyperstatické lano na ledovec

Petzl představil na veletrhu ISPO 2016 hyperstatické lano na Rad Line o průměru pouhých 6 mm, které je určeno na ledovec, slaňování a ledovcovou záchranu. Totálně statické lano ve spolupráci s Tiblocem a Micro traxion vytvoří kladkostroj. Balík 60 m lana váží pouhých 1320 g, tedy jen 22 g na metr. Doufáme, že ho co nejdříve otestujeme.

**TIP:** Podrobné recenze a testy lezeckého vybavení najdete na [www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni).

## Follow Your Quest

Follow Your Quest je výzva od značky Tendon, českého výrobce lan, pro všechny, kteří mají chuť posouvat vlastní limity. Prostě se hecni se a realizuj svůj quest. Napiš o něm článek s fotkami, natoč video a zapoj se do soutěže. Nezapomeň, že výsledek je pouze třešničkou na dortu. Samotný proces by tě měl bavit a motivovat dojít zdárně k cíli. Nejzajímavější (video) reporty budou na základě ohlasu oceněny výjezdem do skal za účasti špičkového světového lezce Adama Ondry. Více informací na: [www.mytendon.cz/follow-your-quest](http://www.mytendon.cz/follow-your-quest)





## NOVINKY A ZAJÍMAVOSTI v lezecké výbavě

### Rock Empire Streak Easy SMU

#### Komfortní sedák pro sportovní lezení

Sedací úvazek pro velikosti S – XL od firmy Rock Empire je plně nastavitelný a komfortní úvazek pro sportovní lezení. Je vybavený třemi QB rychlosponami a čtyřmi poutky na materiál. Úvazek o váze 426 g má ergonomicky tvarovaný a polstrovaný pas. Nohavičky s inovovaným tvarem se dají nastavit podle potřeby.

Infocena: 1290 Kč

[www.hudy.cz](http://www.hudy.cz)



### Tendon Master 9,4

#### Lano pro těžké prásky ve skalách

Výborné sportovní lano o průměru 9,4 mm ve stylovém provedení zaujme nízkou hmotností 58 g/m a skvělými technickými parametry. Díky konstrukci opletu SBS je lano odolnější vůči oděru, ale zároveň měkké a dobře manipulovatelné. Ideální volba pro těžké prásky ve skalách. Dostupné ve třech barevných odstínech.

Infocena: 3703 Kč  
(60 m v Complete Shield  
UIAA Water Repellent)

[www.mytendon.cz](http://www.mytendon.cz)



### Boot Bananas

#### Když lezečky a boty zavání, dej si do nich banány!

Boot bananas za pomoci absorpčních minerálů a esenciálních olejů s antibakteriálními vlastnostmi, udržují vaši obuv suchou a svěží. Bavlněný povlak ve tvaru banánu uvolňuje jemný deodorizační pudr do vnitřku obuvi a tím likviduje zápach a bakterie. Jakmile absorbují určité množství vlhkosti, postupně „zhnědnou“ jako banány.

Infocena: 360 Kč

[www.bootbananas.cz](http://www.bootbananas.cz)



### Direct Alpine Joshua a Yuka

#### 100% české kalhoty nejen pro lezce

Lehké bavlněné kalhoty v dámské a pánské variantě se ideálně hodí nejen na sportovní lezení a bouldering, ale i na běžné každodenní nošení. Propracovaný střih a kvalitní materiál s podílem elastanu zajišťují pohodlí při jakékoli aktivitě. Kalhoty jsou 100 % českým výrobkem a upoutají atraktivním asymetrickým barevným provedením s kontrastními švy. Výběr ze široké nabídky barev.

Infocena: 1990 Kč

[www.directalpine.cz](http://www.directalpine.cz)



### HG Sport Jezevčík Variant 60 l

#### Voděodolný vak udrží vaše věci v suchu

Taška určená pro transport nejen vodácké výbavy ochrání vaše vybavení proti vlhku. Velký vstupní otvor umožňuje snadnou manipulaci s obsahem a odepínatelné ramenní popruhy zase snadnější přenášení na delší vzdálenosti. Oblíbená je svým praktickým tvarem také jako brašna na kola, motorky a čtyřkolky. K dostání i v dalších dvou velikostech 80 l a 100 l.

Infocena: 960 Kč

[www.hgsport.cz](http://www.hgsport.cz)



### Mammut Climax SMU 9,8

#### Lano pro sportovní lezení

Hledáte kvalitní lano za atraktivní cenu? Lano Climax SMU 9,8 od značky Mammut je perfektní volbou pro milovníky sportovního lezení, především díky jeho průměru 9,8 mm a nízké hmotnosti 62 g/m. Je vhodné pro používání jak venku, tak i na umělých lezeckých stěnách. K dostání je v délkách 30, 40, 50, 60 a 70 m.

Infocena: 2220 Kč (50 m)

[www.hudy.cz](http://www.hudy.cz)







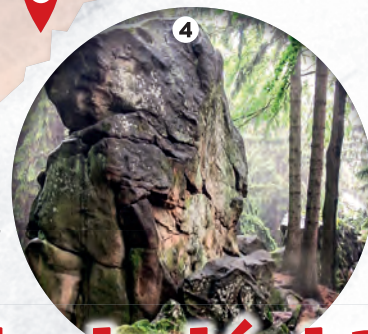
2 **Kašparák, Okurka, cesta Přerostlá okurka.**  
Foto: Petr Jandík.



3 **Bouldering v Ludvíkově.**  
Foto: Denis Paíl.



1 **Solvayovy lomy, Panoptikum, cesta Vacátka.** Foto: Petr Jandík.



4 **Svantovítova skála.** Foto: Petr Adámek.

2 ÚSTÍ NAD LABEM

1 PRAHA

3 OSTRAVA

BRNO

# Co nového v českých skalách?

## Tipy na jarní a letní lezení

V České republice je v 15 regionech přes 12 tisíc skal, na které vede více než 70 tisíc výstupových cest. Stále se objevují další cesty, skály i oblasti, z nichž vám doporučíme několik nových nebo nově se rozvíjejících.

### Solvayovy lomy

Mezi Bubovicemi a Svatým Janem pod Skalou byly objeveny dvě zajímavé vápenkové skály, poskytující dobře zajištěné sportovní lezení střední obtížnosti. Skála Panoptikum je téměř kolmá hladká plotna o výšce 29 metrů. Vede tu 15 cest s názvy podle případů rady Vacátka. Cesty jsou sportovně odjištěné, s obtížnostmi od 3 do 8 - s převahou sedmiček. Stěna je orientovaná na jihozápad a po poledni na ni svítí slunce. Druhá skála Paraple má 13 cest, většinou šestky a je o něco lámavější.

Počet cest:	28
Obtížnost (UIAA):	3 – 8-
Výška:	29 m
GPS:	49°58'20.759"N, 14°8'40.617"E
Parkování:	Bubovice nebo Sv. Jan pod Skalou
Přístup ke skalám:	30 minut
Vybavení:	lano 60 m, 10 expresek, helma
On-line zdroj:	<a href="http://www.horosvaz.cz/skaly-sektor-885">www.horosvaz.cz/skaly-sektor-885</a>

### Kašparák

Nově objevená vyvěřelinová oblast na vrcholu Chotovického vrchu (Kašparáku, Kašpáku), asi jeden kilometr od Nového Boru. Čedičové polo- věže, masivy a bouldery o výšce do 17 metrů jsou kompletně schované v lese a orientované většinou k severu. Proto je oblast zvláště vhodná pro parné léto. Cesty jsou sportovně odjištěné borháky, obtížnost se pohybuje od 1 do 9 s převahou pětěk až šestek, najdou se tu i dobrá místa pro bouldering.

Počet cest:	96
Obtížnost (UIAA):	1 – 9
Výška:	17 m
GPS:	50°44'44.264"N, 14°32'32.179"E
Parkování:	U staré vodárny na úpatí Chotovického vrchu
Přístup ke skalám:	10 minut
Vybavení:	lano 40 m, 7 expresek, helma, případně bouldermarka
On-line zdroj:	<a href="http://www.horosvaz.cz/skaly-sektor-727">www.horosvaz.cz/skaly-sektor-727</a>



## Ludvíkov u Vrbna pod Pradědem

Rozsáhlá břidlicová lezecká oblast v obci Ludvíkov, která je co do množství výstupů třetím největším skalním celkem Hrubého Jeseníku. Moderní cesty zajištěné borháky jsou doplněny klasickými cestami s nutností použití vlastního jištění. Obtížnost se pohybuje v rozmezí od 2 do 10 UIAA, nejčastější jsou čtyřky až šestky. Ludvíkov je také oblíbená boulderingová oblast. Nejvyšší stěny dosahují výšky až 30 metrů a jsou kolmé a převislé. Celá oblast je v lese pod stromy a hodí se do parného léta.

Počet cest:	103
Obtížnost (UIAA):	2 – 10
Výška:	30 m
GPS:	50°06'55.5"N 17°20'37.0"E
Parkování:	v Ludvíkově u hřbitova
Přístup ke skalám:	5 – 10 minut

Vybavení: lano 70 m, 10 expresek, případně vklíněnce nebo bouldermatka  
On-line zdroj: [www.horosvaz.cz/skaly-sektor-917](http://www.horosvaz.cz/skaly-sektor-917)

## Svantovítova skála

Šedesát metrů široký a kolem deseti metrů vysoký masiv z velmi tvrdého pískovce nedaleko Vsetína směrem na vodní nádrž Bystřičku. Skládá se ze tří oddělených skal, Ploutve, Svatky a Svatouška, s cestami obtížnosti od 2 do 8, nejvíc je šestek a sedmiček. Oblast je oázou klidu a bude se líbit těm, kdo mají radši lezení bez obecenstva.

Počet cest:	38
Obtížnost (UIAA):	2 – 8
Výška:	10 m
GPS:	49°24'30"N, 18°2'20"E
Parkování:	u nádrže Bystřička
Přístup ke skalám:	od přehrady 45 minut
Vybavení:	lano 30 m, helma, 4 expresky nebo bouldermatka
On-line zdroj:	<a href="http://www.horosvaz.cz/skaly-skala-3791">www.horosvaz.cz/skaly-skala-3791</a>

### i ČESKÝ HOROLEZECKÝ SVAZ



Záleží ti na kvalitě jištění a chceš, aby bylo na našich skalách možné lézt i v budoucnu? Přidej se ke členům ČHS, kteří svými příspěvky financují obnovu a údržbu jištění na skalách v ČR, o které se stará skoro 200 dobrovolných správců z celé republiky. Lezení v chráněných oblastech je možné pouze díky časově omezeným povolením a výjimkám, o které ČHS pravidelně žádá u správ CHKO, krajských a dalších úřadů.

Více na: [www.horosvaz.cz/ochrana-prirody/povoleni-lezeni](http://www.horosvaz.cz/ochrana-prirody/povoleni-lezeni)

# Naši správci ročně osadí 4 000 ks jištění



Jirka Guttenberg vyměňuje první kruh v cestě "Den po té" VII, Litická stěna, Kokořínsko (f: Standa Mitáč)



# Metodické střípky

## Na stěně a na skalách bezpečněji

Metodiky byla napsána už hora, která kdyby vrhnula stín, přikryla by celý Prachov a dalo by se tam v klidu lézt i v parném létě. Jak to dělat správně, to se dozvíte ve všech z nich. Když někdo napíše novou metodickou bibli, 99 % věcí je už většinou známo a jenom zbytek jsou novoty. Co ale zůstává, jsou pořád stejné chyby. Rozhodli jsme se vám ukázat nejčastější a nejrozšířenější nešvary či metodické pozůstatky z let minulých a případně navrhnout alternativu.

Stoprocentní bezpečnost je relativní a můžeme se jen snažit se k ní přiblížit. Jestliže vás nepřesvědčíme o užitečnosti té či oné vychytávky či metodického postupu, alespoň jsme vás přiměli zamyslet se a případně se ptát.

### 1. METODICKÝ EVERGREEN ANEB PARTNERSKÁ KONTROLA

Když je všechno v pořádku a jistič řetězec funguje jak má (tedy sedací úvazek, lano a jistič), musí to být velká smůla, když i přesto dojde k nehodě. Proto je bezpodmínečně nutné, aby proběhla partnerská kontrola: lezec má zapnutý sedací úvazek a je správně navázaný, jistič má lano správně v jističi pomůcce, která je spojena se sedacím úvazkem zajištěnou karabinou s pojistkou.

Ani přetočený sedák, nohavičky či jistič oko nepůsobí dobře – profesionálně. Dbejte tedy na „ústrojní kázeň“ a snažte se alespoň blufovat a vypadat jako profíci.



❗ 1. Partnerská kontrola by se měla stát rutinou, nemělo by ale sklouznout k jejímu odbývání.

### 2. MOC TENKÁ LANA

Nové moderní technologie přinášejí i nová a tenčí lano. Kdo na to ale nemusí být připraven, je lezec a jeho jistič pomůcka. Pozorně si přečtěte na svém jistítku, pro jaký průměr lana ho výrobce doporučuje. Na nových jistítkách nebo v návodech k nim přiložených



❗ 2. Při pořizování nebo před prvním použitím zkontrolujte, zda je vaše jistítko určeno pro průměr vašeho lana.

bývá i označení, pro které průměry lan je daný jistič prostředek ideální (označení např. \*\*\*) a kde je jeho použití už méně vhodné.

### 3. NEZNÁMÝ JISTIČ

Může se vám stát, že na stěně potkáte a dáte se dohromady do lezení s někým, koho neznáte, nebo je úplný začátečník. Doporučujeme začít lehkou cestou, kde se vzájemně poznáte. Dál je vhodné, aby si lezec odsednul hned u prvního nebo druhého fixního jištění a nechal se spustit na zem, a pak teprve začal znovu lézt celou cestu. Díky tomuhle manévru zjistíte, jak na tom váš jistič je a jestli vás bezpečně spustí ze slaňáku. Takhle bezpečně jen kousek nad zemí zkontrolujete celý jistič řetězec včetně spony sedáku a navázání. Partnerská kontrola před tím je samozřejmostí.





3. Jištění nováčkem prověřte odsednutím do prvního fixního jištění.

#### 4. BOREC NA KONEC

Před každým lezením si nejdřív udělejte na konci lana uzel, aby vám při spuštění neprošlo jistítkem a s ním neskončil lezec na podlaže rychleji, než řeknete „borůvkový koláč“. Stačí mít na konci lana, které je zajištěno k poutku na lano-plachtě, jednoduchý uzel. Uzly (nejlépe na každém prameni lana zvlášť) dělejte i při slanění. Zvlášť, když nevíte na místo, kam slaňujete, nebo při slanění z vícedělkovky.



4. Ideálně dělejte uzel do oka na lanoplachtě.

#### 5. PRUSÍK NAD JISTÍTKEM

Na skalách a na horách je stále k vidění způsob zajištění slanění pomocí dlouhého prusíku, uvázaného nad slaňovací pomůckou. Jasně nevýhody jsou dvě: zaprvé se vám při slanění přes hranu po projetí slaňovací pomůcky prusík na hraně zasekne a zadruhé se po zatížení špatně povoluje, a komplikuje tak další slanění.



5. Dojišťování prusíkem nad slaňovací pomůckou vám může nadělit krušné chvílky.

#### 6. DEJTE NA 6 MM ARGUMENTŮ

Pokud to se sebezajištěním při slaňování, záchranou, sebezáchranou nebo při pohybu na ledovci myslíte vážně, používejte prusíky o průměru 6 mm. Jedná se o kompromis dostatečné pevnostní rezervy a držení na laně. Kulaté reep šňůry mívají pevnost okolo 1000 daN. Když odečtete pevnost v uzlu, dostanete se i na 60 % původní pevnosti, čili na 600 – 720 daN. Pevnost reep šňůry o průměru 5 mm (bez uzlu) je už pouze 510 daN!



6. Když má prusík správný průměr a délku, je to láska na první pohled.



## 7. JISTÍKA PADLÁ NA HLAVU

Velmi častou chybou je připnutí jistítka k sedáku vzhůru nohama. Při špatném založení jisticího lana do většiny poloautomatických jisticích prostředků bývá taková chyba fatální. Při založení do kyblíku nebo do osmy se jedná o jasný diskomfort, a navíc jistič drží lano tzv. „přes ruku“ a lano vede do jistítka ze špatné strany. Ideálně by do kyblíku lano mělo vést ze spodní strany, tedy od země, kde lano leží na plachtě, a vycházet vrchní stranou směrem k lezci. Brzdící lano tak správně sedí ve výřezu kyblíku k tomu určenému.



7. Jistění s obráceným kyblíkem je jako zatloukání hřebíku levou rukou.

## 8. KARABINA NAPŘÍČ V SEDACÍM ÚVAZKU

Horolezecký evergreen. Pravděpodobně zvyk ještě z dob, kdy si sedáky horolezci šili sami na koleně a kvalita a pevnost sešitých komponentů byla víc než pochybná. Pro spojení jisticí pomůcky a sedáku je určeno jisticí oko (někdy také nazývané slaňovací). Jistítka bývají v takovém případě spojení se sedákem v přirozené poloze. Pevnost jisticího oka je předimenzovaná, a máte-li pochybnosti o pevnosti svého jisticího oka kvůli opotřebení, vyřadte celý sedák.



8. Jistítka nebo lano v tomto případě zatěžuje zámek karabiny. V některých kombinacích může dojít i k jejímu otevření.

## 9. KUDLANKA

Častý jev na stěnách nebo na skalách: Jističi se pekelně soustředí a jistí, co to jde. V pořádku. Ale co ty ruce? V tomto případě lano prochází jenom přes karabinu a kybl tu neplní žádnou funkci. Brzdící ruka, která svírá lano pod kyblíkem, musí být správně pěkně dole.



9. „Neboj, skoč! To bude jako do peřinky.“

## 10. AKCE VOLNÉ RUCE

Máte kybl nebo jistíte přes půlloďák a nevíte, co dělat, když potřebujete mít volné ruce a pustit jisticí lano? Tuhle dovednost byste měli zvládat i ve čtyři ráno u Tošováka, když na vás vybafnu. Naučte se ji. Může se vám to hodit i při slaňování.

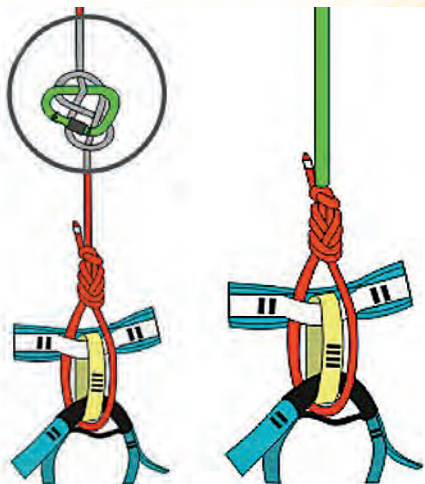


10. Jeden ze způsobů jak zajistit kybl. V tomto případě při slanění.



## 11. VOLNÝ JAKO PTÁK

Jak zamezit vycvaknutí posledního jištění při lezení na top rope? Při lezení s dětmi je to jednoduché. Nenechávejte je vycvakávat mezijištění. Navíc ještě můžete udělat asi metr před navázaným lezcem na laně uzel, který zabrání dobrání až k vratnému bodu na konci cesty. V případě vycvakávání mějte ve vratném bodě šroubovací karabiny. Ty by měly lezce zastavit ve vybírání jištění.



☒ 11. Karabina vložená do osmičkového uzlu zabrání jeho utažení. I zhruba metr dlouhá hadice, navlečená na laně, může dobře zafungovat.

## 12. DLOUHÉ VOUSY

Při navazování děláte příliš dlouhé lano v pojišťovacím uzlu nebo pojistný uzel příliš daleko od vlastního uzle. V čem je problém? Rozvazuje se. Dál můžete při cvakávání nabírat špatný konec lana. Zaznamenaný jsou i případy cvaknutí volného konce a odsednutí do něj. Správné navázání hledejte v návodech nebo v metodikách, kterých je všude jako hranolků nebo manažerů.



☒ 12. Pojistný uzel važte co nejbliže hlavnímu uzlu. Správné navázání najdete v každém návodu k sedacímu úvazku.

## 13. GEAR MANAGEMENT

Udržujte pořádek na štanďu i na sedáku a každou karabinu mějte připnutou v poutku zvlášť. Nemějte v jisticím oku sedacího úvazku nebo ve štanďu nic, co tam nepatří, protože to všechno generuje chyby. V materiálových poutkách mějte systém: dlouhé smyčky zkratke, karabinu mějte každou zvlášť apod. Možná si myslíte, že hromada matroše vypadá profesionálně, ale opak je pravdou.



☒ 13. Najít pod jištěním tu správnou karabinu nebo smyčku může u modelu „Hastrman“ trvat nekonečně dlouho.

## 14. EXPRESKA

Použijte expresky a jejich karabiny stále stejným směrem. Horní karabinu z expresky cvakujte vždycky do mezijištění a spodní jen do lana. Proč? Horní karabina v setu bývá omačkaná od plaket nýtů, skob a starých kruhů a tyhle otřepty při vložení lana mohou ničit jeho oplet. ☒



☒ 14. Hoblujte stěnu, ne lano!



## 15. HODINY PÍSKOVCOVÉHO LEZENÍ

Šetřete naše hodiny. Na takové šetrné zacházení s hodinami je vždycky času dost. Při vytahování smyčky z hodin za ni tahejte pomalu, aby se krček pískovcových hodin co nejmíň opotřeboval. Do hodin nevažte liščí smyčku, protože je tím zatěžujete víc, než když tam jenom provlečete smyčku.



▲ 15. Hodiny na písku nejsou přesypací.

**Autor:** Vojtěch Dvořák

Vojtěch Dvořák leze po horách od svých patnácti let, kdysi byl členem reprezentačního družstva ČR pro lezení po horách a velehorách. Od roku 2009 působí jako horský vůdce UIAGM. Mimo jiné je spoluautorem metodických materiálů Singing Rock a HUDY a autorem nekonečného komiksového seriálu Wattova Wokna v Montaně. Jako šéf testovacího týmu Světa outdooru má na starosti recenze vybavení, odborné a metodické články.

udržet? Zkuste přidat tření vložením lana do kyblíku podle obrázku. V případě, že slaňujete opravdu nouzově na HMS karabině pomocí polovičního lodního uzlu, přidejte ještě jednu otočku do karabiny.

## 17. ČTĚTE NÁVODY!

Tam například najdete, jak se s vaším novým jistítkem zachází a co výrobce doporučuje, nebo vyloženě zakazuje. Můžu s Camp Matikem jistit druholezce ze štandu? Musím jistítko Edelrid Jul 2 při spuštění držet jenom palcem? Můžu do Salewa Ergo použít jakoukoliv karabinu? U textilních výrobků se dozvíte, kdy váš sedák, smyčku nebo lano vyřadit. Nebojte se vzít si návod na stěnu a všechny doporučené způsoby si vyzkoušet, případně najít ten, který vám z těch uvedených nejvíc vyhovuje.

**TIP:** Všechny návody jsou ke stažení na stránkách výrobců.



▲ 18. Poznali jste? Suché skály, Český ráj.

## 18. BRUSIČ, S.R.O.

Nikdy nekončící příběh: prolíknout lano přímo kruhem nebo slaňákem, a hurá jistit na rybu. Tohle je po lezení na mokřem písku asi největší zhyralost, která existuje. Proto když chcete lézt na rybu, tedy s horním jistěním (top rope), dejte do vratného bodu alespoň dvě expresky nebo šroubovací karabiny. Případně protáhněte vratný bod smyčkou tak, aby lano nedřelo ani skálu.

## 19. JSOU KYBLÍKY V REVERSO-MODU VŽDYCKY „HANDS-FREE“?

Kyblíky, které mají třetí díru pro zavěšení



▲ 16. Stav nouze vyžaduje nouzová řešení.

## 16. BIČ A PRYČ

Může se vám stát, že budete okolnostmi přinuceni slanit na tenkém laně (třeba na reep šňůře, dvojitém nebo polovičním laně) na jednom prameni. Jak to udělat, aby vám jistítko neprojdělo a vy jste jeli tak rychle, abyste byli schopni lano vůbec



▲ 17. Čtěte návody. Jsou obrázkové!





19. Jeden druholezec už sedí v kyblíku. Druhý teprve dolézá. V tomto případě nemusí kyblík bezchybně fungovat.

do štanu a umožňují dobírání jednoho nebo dvou druholezců, nemusí vždycky fungovat 100%. Existují minimálně dvě situace, kdy může tato funkce selhat.

**První případ:** Lano je příliš tenké a při zatížení v kyblíku, který je v „reversomodu“, se dostane pod jisticí lano.

**Druhý scénář:** Při lezení dvou lezců se může stát, že když si jeden z druholezců odsedne a druhý lezec dolézá ke štanu v traverzu, tedy ve výši zavěšeného jisticíka, nemusí kyblík jeho případný pád dostatečně zadržet.

Co s tím? Mějte lano vždycky pod kontrolou. Při dolezení na štanu udělejte na laně za jisticíkem ještě křečkový uzel tak, aby lano případně kyblíkem vůbec neprošlo.

## 20. NOSÍ SE KARABINY ZÁMKY K TĚLU, NEBO OD NĚJ?

Jedná se o základní a jediné striktně vymezující rozdělení horolezců. Takže se dělíme na „horňáky“ a „spodňáky“. Tak to je! Takže si dávejte karabiny na sedák, jak chcete. Jenom v tom mějte systém a pořádek. Viz bod číslo 13.



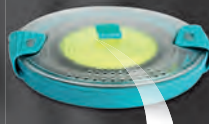
20. Nacvakejte si karabiny na sedák a já vám řeknu, co jste za člověka.

# SEAT@SUMMIT XSERIES

Kompaktní systém pro vaření v přírodě



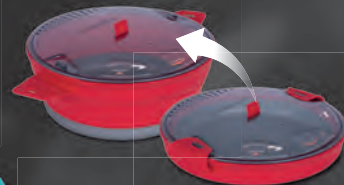
## XSET 31



## XPAN



## XPOT Skládací hrnec



## XPOT KETTLE Skládací konvice





# Silák z Chocně

## Martin Stráník září v boulderingu

**Martina Stráníka v přírodě potkáte nejčastěji s bouldermačkou na zádech. Boulderingu neboli lezení po kamenech se věnuje na maximum. Co ho na něm tak uchvátilo, že si tento silák pověsil lano na hřebík a sedák uklidil do kouta?**

### **Lezeš ještě na laně?**

Lanu se momentálně skoro vůbec nevěnuju. Loni jsem si po dlouhé době zopakoval osmičkový uzel v oblasti Srbsko a podařilo se mi přelézt cestu Mimikry 10+ na Flash. Byl to pěkný požitek být opět na laně, ale na čtenější opakování „osmičky“ to momentálně nevidím, mé srdce patří boulderingu.

### **Co je na boulderingu tak úžasného?**

Bouldering je úžasný v svém rozsahu, variabilitě kroků, materiálu a míst, kam za ním vyrazím. Co se týká lezecké stránky, je to většinou lezení „bez omáčky“, musíš předvést maximální výbušnou sílu a zároveň i precizní techniku v několika krocích. Výhodou je i to, že můžeš vyrazit sám a vychutnávat si klid přírody.

### **Máš ještě něco v Česku k přežení? Chystáš se do Ameriky?**

Jo, těch výzev po Česku je pořád velké množství. Tenčí se mi seznam boulderů, kterým bych rád přidal opakování, ale projektů a nepřelezených linií je naštěstí stále hodně. Ameriku mám v hlavě poměrně dlouho a konečně to vypadá, že bych během následujících zimy mohl okusit tamní bouldering. Rád bych zavítal do oblastí jako Hueco, Bishop nebo Red Rocks.

### **Jaká je nejlepší boulderingová oblast pro lezce tvého formátu, ale i pro začátečníka?**

V rámci ČR bych určitě doporučil Bor a Sněžník, které poskytují velké množství boulderů

všech obtížností na kvalitním pískovci. Za hranice bych boulderisty poslal na žulu do Švýcarského kantonu Ticino nebo na písek do Fontainebleau nedaleko Paříže.

### **Můžeš pro naše čtenáře ještě zopakovat tvoje stanovisko k sekání chytů (kauza se sekáním chytů na Petrohradě, pozn. redakce)?**

Jakoukoliv umělou tvorbu chytů na skalách odsuzuju. Co se týče Petrohradu, tam jsem viděl množství upravených směrů. Nemyslím si, že musí být na každý kámen několik boulderů za každou cenu. Pokud není materiál dostatečně kvalitní nebo je směr pro autora nelezitelný, myslím si, že je lepší jít o dům dál, než směr uměle upravovat.

### **Jsi tréninkový systematick nebo se řídíš pocitem?**

Spíš se řídím pocitem, snažím se trénovat každý den a v závislosti na únavě nebo víkendovém programu volím typ tréninku.

### **Vím, že nejdůležitější jsou čísla a historie se neptá, jak si co přelezl, ale přesto. Co je tvoje největší lezecká slabina?**



Mou největší slabinou je určitě malá ohebnost těla, která se projevuje především v technických boulderech. O téhle slabině vím už dlouho, ale moc se mi nedaří ji eliminovat. Pořádný strečink je pro mě větší utrpení než trénink na campusu.

### **Máš nějaký univerzální tréninkový tip či návod?**

Nevím, jestli univerzální, ale v poslední době jsem si hodně oblíbil hodinovku na liště – každou minutu pět shybů na článkové liště nebo takový okruh tři shyby na malé liště, tři kliky, čtyři shyby na lepší liště, čtyři kliky, tři shyby na malé liště s výdrží v každém shybu, a pak tři minuty pauza. Jinak klasicky lézt a lézt.

### **Dodržuješ nějaký lezecký rituál?**

V hlavě si zopakovat klíčové kroky, pořádně utáhnout lezečky a párkrát se zhluboka nadechnout. Dál mám od přítelkyně trenýrky pro štěstí, ty musím mít na sobě.

### **Bratři Kličkové museli mamince slíbit, že nikdy nenastoupí do ringu proti sobě. Jak je to s vámi? (Martin má staršího bratra Štěpána, pozn. redakce)**

V ringu jsme se často ocitali v dětských letech a já vždycky prohrál. Na závodech proti sobě nesoupeříme úplně nejradši, protože ten druhý je vždycky velkým soupeřem. Ale myslím si, že si pokaždé přejeme ten nejlepší možný výsledek, pochopitelně tedy druhé místo.

### **Jaká jsou podle tebe nejdůležitější pravidla soužití lezců pod kameny?**



**☑ V boulderingu je zapotřebí být komplexním lezcem, mít velkou sílu v prstech, celém těle, ale umět i dobře pracovat s tělem z hlediska techniky.**

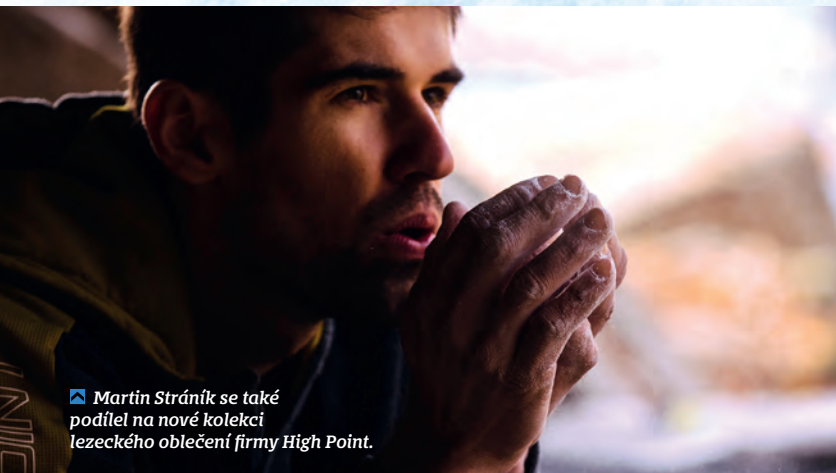
Chovat se s rozumem a respektem k přírodě. Za nejdůležitější považuju vždycky po sobě všechno uklidit a nenechávat v přírodě odpadky!

### **Spolupracuješ s českými značkami. Jak intenzivně? A jak ti případně naslouchají?**

Momentálně spolupracuju s firmami Singing Rock, High Point a Scarpa. Jsem spokojený, firmy se mnou komunikují, poskytují kvalitní vybavu, a především od nich cítím velkou podporu mého lezení. Jsem vděčný i za finanční podporu, bohužel není tak vysoká, abych se mohl stát profesionálním sportovcem. Ale právě díky této podpoře můžu každý víkend vyrazit do skal či na závody, a to občas i do vzdálenějších destinací.

### **Co ti lezení dalo a co ti případně vzalo?**

Lezení mi dalo především plno krásných zážitků, spoustu přátel a díky němu jsem procestoval kus světa. Určitě ovlivnilo i mou osobnost, myslím si, že k lepšímu. Na mysl mám například cílevědomost, které mě naučilo, protože lezení spočívá právě ve vytyčení cílů a jejich zdolávání. Na druhou stranu mně vzalo spoustu času, který jsem mohl investovat do jiných činností, ale neměnil bych.



**☑ Martin Stráník se také podílel na nové kolekci lezeckého oblečení firmy High Point.**

### **i MARTIN STRÁNÍK**

Pěťadvacetiletý rodák z Chocně Martin Stráník je několikanásobným mistrem ČR v boulderingu i v lezení na obtížnost. Na kontě má přelezy velkého množství boulderů: 9 z nich s klasifikací 8B+, v roce 2014 přelezl své první 8C Practice of the Wild v Magic Woodu a v roce 2015 přidal The Story of Two Worlds 8C. Jeho posledním úspěchem ve světovém poháru v boulderingu je stříbro ze švýcarského Meiringenu v dubnu 2016.







Na skalách si ze začátku vyberte o pár stupňů lehčí cesty, aby vám jejich dolezení přinášelo radost.

# Krok za krokem

## Z umělé stěny na opravdové skály

**Když vyrazíte poprvé z umělé stěny do přírody na opravdové skály, nejdřív vás asi překvapí absence šatny se skříňkami a sprchou a střechy nad hlavou. Venku může foukat, a dokonce někdy i pršet!**

Dalším zjištěním pro vás bude absolutní nedostatek barevných chytů. V přírodě nebudete lézt po barvách, chyty na vás nesvítlí už z dálky. Orientovat se začnete kromě očí i citem a hmatem. Dále počítejte s tím, že na skalách je jenom málo věcí podle normy. Postupové jištění může být rozmístěné nepravidelně. Nebo vůbec. Na co se tedy připravit a na co se těšit?

### Stručně a jasně

- Především respektujte pravidla chování v lezeckých oblastech: dodržujte dobu omezení lezení, parkujte na povoleném místě, chovejte se ohleduplně, na písku nepoužívejte magnezium apod.
- Vyberte si pro začátek vhodnou oblast. Nastudujte si v průvodci četnost jednotlivých obtížností tak, abyste si v oblasti vůbec zalezli. Raději s lezením začněte na cestách o obtížnosti jeden až dva stupně lehčích, než jste schopni přelézt na umělé stěně.
- Nejdřív lezte jednodélkové cesty, dlouhé 10 až 25 metrů, které jsou dobře odjištěné. To znamená takové, kde jsou fixní jisticí body od sebe vzdáleny méně než tři metry.
- Nestyďte se lézt s helmou. Moderní přilby jsou lehoučké a prakticky ani nevíte, že je máte na hlavě. Helmu používá i jistič!
- Podle popisu v průvodci nebo názvu na skále najděte cestu, kterou chcete lézt. Prohlédněte si celou linii. Najděte očima fixní jištění. Zkuste projít vizuálně a mentálně celou cestu.
- Stejně jako na stěně, i ve skalách praktikujte vzájemnou kontrolu lezců: řádné zapnutí úvazku, správné a úplné navázání, založení lana do jisticí pomůcky, zajištění karabinu

a uzel na konci lana. To všechno před každou cestou.

- V některých cestách není možné spoléhat jen na fixní jisticí body, je potřeba umět založit vlastní dočasné jisticí prostředky, případně zvládnout i další úkony, které v tělocvičně nejsou běžné, například slánění nebo dobírání druholezce.

**TIP:** Jak zakládat mezijištění i všechny ostatní praktické znalosti pro bezpečné lezení na skalách se nejlépe naučíte pod vedením zkušeného instruktora nebo horského vůdce.

- Jistič by si měl najít vhodné místo na jištění. Místo pod nástupem by mělo být co nejrovnější. Jistič by neměl hrozit pád někam do hlubin nebo jakékoliv ohrožení shora.
- Prodlužujte mezijištění tak, aby lano vedlo co nejpříměji. Tření lana může lezce zle potrápít. Z lezení se tak může stát posilování, nebo dokonce horor.
- Naučte se zřetelně a jasně komunikaci. Ne vždycky se dá na skalách domlouvat v průběhu lezení. Lezec může odlézt tak, že ho nevidíte, u delších cest někdy ani



pořádně neslyšíte. Povelý si proto ujasněte ještě před vlastním lezením. Dohodněte se, jestli se prvolezec nechá spustit, jestli bude dobírat druholezce nebo slaňovat.

- Mějte do cesty dostatek materiálu (expresek a karabin). Včetně dostatečně dlouhého lana.
- Použijte lano délky alespoň 60 m, na kterém můžete lézt cesty dlouhé až 30 metrů. Dělejte na konci lana uzel. Při jištění i při slaňování.
- Používejte na lano ochranný vak. Važte si svého lana!
- Lano čas od času přemotávejte a dejte pozor na zauzlování. Na umělé stěně je to nepříjemnost, ale vždycky se dá odsednout nebo přelézt do lehčí cesty. Na skále to může znamenat pěkně krušné chvíleky.

**TIP:** Na skalách jsou daleko častěji než na překlízce potřeba různé uzly. Naučte se, jak vázat a použít alespoň ty základní: loďák, půllod'ák, prusíkový uzel...

## Black out

- V případě, že druholezec leze na top rope (s horním lanem) a vybírá během výstupu mezijištění,



ujistěte se, že nevybere i to poslední (vratný bod). Umístěte tam nejlépe šroubovací karabinu, tak, aby ho to trklo.

- V případě, že sdílíte s jinou dvojicí vratný bod (zpravidla slaňák na konci

## i PRO PRVNÍ VÝPRAVY DO SKAL DOPORUČUJEME

- Jednoduché lano dlouhé alespoň 60 m, uložené nejlépe v obalu na lano s plachtou.
- Dostatek expresek nebo karabin.
- Dočasné jisticí prostředky (sada vklíněnců, na písek smyčky, šťáradlo).
- Normovanou jisticí pomůcku, nejlépe kyblík k jištění i slaňování.
- Karabinu s pojistkou zámku.
- Šitou smyčku 80 cm pro sebejištění a karabinu s pojistkou zámku.
- Šitou smyčku 120 cm pro zajištění na stromě či hrotu.
- Pojistný prusík (1,5 m, průměr 6 mm) pro sebejištění při slaňování.
- Horolezeckou přilbu.
- Lékármíčku.
- Repelent.



☒ **Optimální jsou pro začátek sportovně odjištěné cesty s rozestupy jištění do tří metrů.** Foto Natálie Širová.

cesty), dbejte na to, aby se vaše lana v tomto bodu nedotýkala, a nedošlo tak k jejich propálení.

- Jistič vždy drží lano i pod jisticí pomůckou a ví jak se takové jistítko používá. Netelefonuje, nekouří a soustředí se pouze na jištění.

**TIP:** Po stažení lana z cesty přímo na lano plachtu, berte do další cesty konec lana, který leží seshora na hromadě. Takový konec lana se dobře odebírá a netaháte ho zespoda z hromady, kde se může uzlovat a zachytávat.

## Poslední rada

Nebuďte zklamaní, když nějakou cestu nevylezete, i když na ni podle cest v tělocvičně papírově máte. Lezte dál, lezte jiné cesty, objevujte nové oblasti, zkrátka si lezení v přírodě užívejte.



☒ **Lezení na skalách má být hlavně radost, proto nezoufejte, pokud se Vám v některé cestě nezadaří.** Foto: HUDY.



✓ **Jakub Konečný** na dubnovém ČP v lezení na obtížnost překvapil, když dolezl jenom o čtyř a půl za Adamem Ondrou, a vysloužil si ak druhé místo. Foto: Standa Mítáč.

# Ne, tohle není vtip!

## Posun ze 7c na 8c a za jednu sezonu?

**Jméno Jakub Konečný vám pravděpodobně nic neříká, pokud se tedy intenzivněji nezajímáte o to, co se děje v lezeckém sportu. Ale všechno nasvědčuje tomu, že se nám před očima rodí velký talent.**

Tenhle sedmnáctiletý kloučička z Lipníku nad Bečvou loni o prázdninách ohromil všechny, kteří jeho výkony na skalách zaregistrovali. A to především svým působením ve slovinské oblasti Mišja Peč nedaleko Ospu, kde se mu podařily dva přelezy za 8c během jediného dne.

**Lezeš zhruba čtyři roky, tedy od svých 13 let. Jak ses k tomuto sportu dostal a čím si tě získal?**

Vlastně to bylo jen kvůli tomu, že v Lipníku žádné jiné kroužky než oddíl nebyly a rodiče chtěli, abych jen neseděl doma. Přišly první závody, první skály a čím dál víc mě to bavilo.

**Jak vypadá tvůj tréninkový týden a jaké máš v Lipníku podmínky pro lezení?**

V Lipníku máme lezeckou stěnu, která je vysoká asi šest metrů a leze se na druhém. Potom boulderovku, kde absolvuji převážnou část svého tréninku. Není největší, ale na tom, myslím, moc nezáleží. Trénuju dvoufázově, čtyřikrát až pětkrát do týdne. Po škole jedu sílu na kampusu a při boulderingu, plus visy a večer vytrvalost. Vychází to zhruba na tři hodiny tréninku denně.

**Do jakých skal nejčastěji jezdíš? A jaký typ skály a charakter lezení ti nejvíc sedí?**

Nejčastěji jezdím do Krasu a nejvíc mi asi vyhovuje vápno. Sedí mi převísle cesty po malých, zalamovacích lištách, které jsou delší a vytrvalostní. Od přírody jsem víc vytrvalec než silák. Kolmáče moc nemusím.

**V loňském roce jsi vletěl do skalního lezení jako raketa. Jaký jsi ten rok udělal z hlediska škály pokrok? Byla to tvá první pořádná sezona na skalách? Nebyla. Když jsem s lezením začínal, první sezonu jsem byl jenom na skalách, a to mi podle mě dalo hodně. Další rok už možnost jezdit na skály nebyla, takže jsem začal objíždět závody. A potom, během jednoho roku, jsem se posunul o celý jeden stupeň ze 7c na 8c.**

**Podle tvého deníčku na lezec.cz sis celkem oblíbil slovinskou oblast Mišja Peč? Čím si tě získala?**

V Peči je to super, hodně těžkých cest a není to k nim daleko. Navíc hezké lezení, co k tomu víc říct (smích). Letos bych se chtěl podívat do mnoha dalších oblastí.

**Lipník asi moc lidí z lezeckého hlediska nezná. Mohl bys čtenářům vyjmenovat skalní či boulderové oblasti v okolí, případně něco doporučit?**

Kousek od Lipníka máme Helfštyňské plotny, ale na ty si člověk musí zvyknout. Pak lom



Gabrielka, takový lomový kvak. Ale máme to relativně kousek do Krasu, na Sulov a i na skály kolem Žiliny.

**Někde jsem se dočetl, že jsi v dětství taky „turističil“. To moc lezců zrovna nemusí. Když už v sobě máš tohle podhoubí, tak si říkám, jestli tě neláká taky lezení v horách? Máš i nějaké „horolezecké“ vzory?**

Ještě než jsem začal lézt, jezdil jsem s rodiči hodně na výlety, snad každý víkend. Docela často to byly hory, ve kterých jsem vždycky vyhledával exponovaný terén. Ale teď už jezdím jen s kámoši na skály a po závodech. Horolezecké vzory nemám, zatím mě lezení v horách moc neláká, možná v budoucnu.

**Kromě skal a boulderů objíždíš taky dost závodů. Jakého úspěchu si na závodní úrovni nejvíc ceníš a proč?**

Nejvíc si vážím druhého místa z evropáku na obtížnost v Mitterdorfu a vlastně i všech mezinárodních závodů, kde jsem se dostal do finále. A taky dablu (lezení paralelně vyřazovacím způsobem, pozn. red.) v bouldrech a na laně.

**Tobě se daří nejen na skalách a závodech, ale také na bouldrech, kde máš prozatím maximum 8A. Co tě na jednotlivých pojetích lezení (boulder, skály, umělka) nejvíc baví?**



▣ Při boulderingu v Bystřičce.

Nejvíc mě baví skály, ale bez tréninku na stěně by to taky nešlo. Nejtěžší boulder mám asi na Bystřičce „Hrobař low“. Ale závodní bouldering je úplně o něčem jiném než ten na skalách, samé struktury, velké oblíny, kolmárny, skoky, a to moc nemusím.

**Letos v lednu jsi dokázal, že máš vlohy i pro atypické disciplíny, když se ti podařilo zvítězit v rámci závodu „Desetiboj“ v Ostravě. Čím si vysvětluješ své vítězství, kde se před tebou museli sklonit i takoví borci, jako je Adam Ondra nebo Martin Stránilík?**

Nějak speciálně jsem na to netrénoval, ale když jsem kampuoval, vždycky jsem šel více do silové vytrvalosti a ne moc do té pravé síly. Na desetiboji nebyly disciplíny až tak o síle, takže mi to sedlo, ale normálně se s Adamem nebo Martinem srovnávat vůbec nemůžu.

**Dostal jsi od Adama i nějaké tréninkové rady?**

Trénuju sám, ale je pravda, že jsem nějaké rady dostal.

**Máš za sebou, přes svůj mladý věk a relativně krátkou lezeckou kariéru, i nějaké zranění přímo spojené s lezením a jak k němu případně došlo?**

Pár drobných, které vždycky tak nějak přešly. Asi největším zraněním byla zlomená kost v zápěstí, když jsem na evropáku v Imstu vynechal dvě expresky. Jistič mě chytil natvrdo, stěna v Imstu zezačátku převislá moc není, a náraz docela bolel.

**Co ti lezení dalo a co ti případně vzalo?**

Lezení mi dává super zážitky, ať už ze skal či závodů, kde je prožívám sám nebo s přáteli. Lezení mi bere všechn volný čas, ale baví mě to.

**Děkujeme za rozhovor!**



▣ Foto: Stanča Mitáč.



Lezení a horolezectví jsou sporty s určitou mírou rizika. K absolutní bezpečnosti se snažíme pouze přiblížit tím, že používáme certifikované vybavení a osvojíme si správné metodické postupy. Pokud se nenaučíme bezpečnou techniku jištění a používáme nevhodné vybavení, hrozí při lezení nebezpečí pádu, který může mít i vážné následky.

V lezení nejde vlastně o nic jiného, než o boj s gravitací. To je krásné, ale někdy i nebezpečné. Do tohoto boje je potřeba nastoupit se správnou výzbrojí. Vytvořili jsme pro vás redakční „check list“ pro lezce tří úrovní. Seznam je samozřejmě subjektivní a každý lezec má své osvědčené vybavení, bez kterého do skal nevyrazí. Berte to tedy jako doporučení nebo inspiraci k pořízení dalšího lezeckého „cajku“.

# Vybavení na skály

## LEZECKÉ MUST HAVE

### ZAČÁTEČNÍK

#### S jakým vybavením začít?

Pokud jste začali s lezením na umělé stěně, půjčili jste si první vybavení tam. Stačily vám lezečky, sedák, jistítko s karabinou, máčo pytlík a lano. Vy ale po zimě strávené na umělé stěně chcete vyrazit do skal a vybavení budete potřebovat víc.

Pro začínající lezce jsme připravili seznam vybavení pro cesty s fixním jištěním a trvale osazenými jisticími stanovišti (kromě lana je všechno určeno pro jednotlivce). V seznamu neuvádíme oblečení, boty, průvodce, batohy, sluneční brýle, repelenty apod. Soustředili jsme se na hardware. Vždycky ale mějte lékárníčku, vak na lano s plachtou a nabitý mobil. Při nákupu vybavení se seznamte s návody k použití. Dozvíte se v nich, kdy dané vybavení vyřadit, dál například doporučené průměry lan u jistítek, důležité údaje u lan a podobně.

### POKROČILÝ

#### Co dokoupit, když nás to opravdu chytne?

Už máte za sebou jednu nebo víc lezeckých sezon a lezete stále lépe a lépe. Láká vás to do větších stěn a do delších cest. Ve skalách trávíte čím dál víc času. Rozšířený seznam vybavení by měl uspokojit vaše choutky. Počty karabin a smyček můžete navyšovat, expresky kombinovat a zkusit ty, které vám vyhovují nejvíc.

**TIP:** Pokud vybíráte vybavení na skály nebo i obecně do přírody, zjistěte si jaké má výrobek recenze. Zkušenosti ostatních lezců vám pomůžou rozhodnout se, jestli je výrobek přesně to, co hledáte. Nezávislé recenze lezeckého vybavení najdete na [www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni).

### XP

#### Lezení po skalách je váš život

Ve skalách se cítíte jako ryba ve vodě a začínáte si troufat i do cest bez fixního jištění. Kromě lezení na písku, které má svá specifika, používáte vklíněnce a friendly. Jednoduché lano můžete v opravdu těžkých cestách vyměnit za lana poloviční nebo dvojčata. Vklíněnce a friendly vzhledem k pořizovací ceně budete pravděpodobně sdílet se spolulezcem.

## CREATIVE TECHNOLOGY

### MEGA JUL

EDELRID hardware developer Simon Graf with one of his finest creations. The Mega Jul is a masterpiece of German engineering.

"We've succeeded in designing a device that provides additional safety for all types of climbing. The Mega Jul's user-friendliness, lightweight design, inherent durability and universal application make it one of the most innovative belay devices on the market. We're proud of what we've achieved."





## ZAČÁTEČNÍK



1. Jednoduché dynamické lano, průměr cca 10 mm, délka min. 60 m
  2. Šitá smyčka, délka 120 cm, pro zajištění na stromě či hrotu, slouží i k prodloužení mezijistištění nebo vratného bodu
  3. Šitá smyčka, délka 80 cm, pro vytvoření odesávací smyčky k sebezajištění
  4. Pohodlné lezečky
  5. Máčo pytlík s magnéziem (spona na popruhu má píšťalku)
  6. Expresky s drátěnou západkou, které jsou lehké, jednoduché a spolehlivé
  7. Sedací úvazek se třemi sponami a čtyřmi poutky
  8. Jistící kyblík s extra otvorem pro jistištění druholezce
  9. Karabina HMS s twist lockem tak, abyste ji nikdy nezapomněli zajistit
  10. Šroubovací karabina typu „D“ pro vytvoření blokující funkce kyblíku při jistištění druholezce
  11. Šroubovací karabina HMS pro vytvoření odesávací smyčky s dostatečnou světlostí do různých slaňáků
  12. Lékárnička
  13. Helma
- + Vak na lano s plachtou
  - + Deodoranční sprej do lezeček
  - + Kleštičky na nehty
  - + Prusík 1,5 m, průměr 6 mm, pro bezpečné slanění
  - + Kartáček na čištění chytů







XP



1. Jednoduché nebo poloviční dynamické lano, délka 70 m
2. Volné, lehké karabiny
3. Sada šroubovacích karabin
4. Sada friendů
5. Jističí kyblík se šroubovací karabinou
6. Lehounké poloautomatické jističko s karabinou (s příčkou proti přetočení)
7. Dyneemové smyčky, různé délky
8. Sada vklíněnců, případně hexentriků, abalaků
9. Máčo pytlík
10. Sada prusíků (1 x 1,5 m, 1 x 3 m, průměr 6 mm)
11. Štáradlo
12. Sada smyček 60 cm s karabinami

13. Sada expresek, mix
  14. Komfortní sedací úvazek se 4 poutky a tahacím okem
  15. Kladka, Tiblock, extra prusík, kladka s blokantem, čili rescue sada
  16. Rukavice
  17. Lékárnička
  18. Lezečky
  19. Helma
- + Vak na lano s plachtou  
+ Deodoranční sprej do lezeček  
+ Kleštičky na nehty a tejpovací páska  
+ Kartáček na čištění chytů  
+ Energetické tyčinky





# Kam vyrazit za lezením?

Když jsme oslovili kamarády, lezce a horské vůdce, aby nám doporučili svou nejoblíbenější lezeckou oblast, svůj píseček, netušili jsme, jak nás někteří překvapí. Inspirujte se tipy lezců a objevte s námi zajímavé lezecké oblasti.

## 1. Rychlebské okruhy

**Lukáš „Asu“ Abt**

*LK Javaanes, Nadzemí, Tendon*

Všem milovníkům boulderingu a horských kol bych doporučil tzv. Rychlebské okruhy v blízkosti Černé Vody asi 15 km severně od Jeseníku. Po Fontainebleau je to jediná oblast v Evropě, kde jsou vytyčené tzv. Okruhy pro jednotlivé obtížnostní kategorie. Ve spojení s horskými koly a trailly Rychlebských stezek tak vzniklo světově jedinečné kolbiště pro milovníky adrenalinu, ale i rozvážných pohybů. Jedná se o žulové balvany, a tedy o technické lezení po oblínách, nebo o rulové stěny a lezení po lištách a žiletkách.

**Vhodné období:** Nejlepší jaro a podzim, ale dá se i v létě. Všechno je vesměs na severních úbočích.



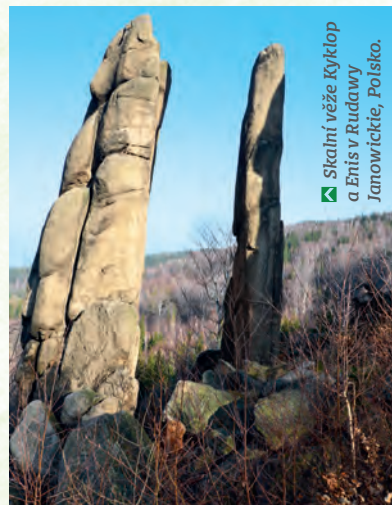
▲ Boulder Atomový kryt, Rychlebské okruhy. Leze: Š. Stránilík. Foto: O. Nevěřík.

**Speciální vybavení:** Bouldermatka, lezečky, mágo a kartáček na čištění chytů.

**Dostupnost:** z Prahy asi 250 km, z Jeseníku asi 15 km severně přes Jelení hřbet a sedlo Na Pomezí do Černé vody.

**Ubytování:** Jakýkoliv penzion v okolí, případně Základna Rychlebských stezek.

**Více informací:** [www.rychlebske-okruhy.cz](http://www.rychlebske-okruhy.cz)



▲ Skalní věže Kýtkop a Enis v Rudawy Janowickie, Polsko.

## 2. Výhledy na Krkonoše z polské strany

**Petr B.**

*Instruktor lezení*

Pro začátečníky, milovníky divoké přírody, vícedélkového lezení, boulderingu a žuly bych doporučil lezecké oblasti Gory Sokole a Rudawy Janowickie. Kousek od hranic s ČR tam najdete krásnou pevnou žulu,



vhodnou pro začátečníky, ale i pro borce drtící čísla. Oblast Gory Sokole nabízí všechno – od tradičních cest ve spárách a koutcích až po sportovní krásně odjištěné prásky. Je tu na padesát věží, 920 cest a přes 200 boulderů. Skály v Rudawy Janowickie nejsou příliš vysoké (max. 25 m), zato je tu ale na 120 věží a výchozů se zhruba 900 cestami a 300 bouldery. Největší dominantou je Skalní most a perličkou štíhlá věžička Enis, čnící jako prst.

**Vhodné období:** Optimální od jara do podzimu.

**Speciální vybavení:** Lano 60 m, vklíněnce a friendly.

**Dostupnost:** Z Prahy asi 300 km směrem Harrahov, a pak Jelenia Gora a Karpniki.

**Ubytování:** Schronisko Szwajcarka, Trzcinsko, Kemp 9UP ([www.Sokoliki.net](http://www.Sokoliki.net), [www.Taborpodkzywa.pl](http://www.Taborpodkzywa.pl)).

**Více informací:** Průvodce je možné koupit na přímo místě, mapa 1:25000 Rudawy Janowickie, [www.Galileos.pl](http://www.Galileos.pl).

## 3. Německá Jura

**Steffi Bauer**

*Rafiki tým*

Moje oblíbená lezecká oblast, kterou bych doporučila milovníkům vápna, je Frankenjura. V téhle největší a neznámější lezecké oblasti v Německu si přijdou na své lezci každé



Steffi Bauer v německé Frankenjuře.

pokročilství. V oblasti opředené lezeckou historií najdou začátečníci řadu sportovně odjištěných cest obtížnosti UIAA 4 – 7, na zájemce o legendární lezecké výzvy čekají cesty jako Ghettoblaster 10/10+, Wallstreet 11- nebo Action Direct 11 od ikony německého lezení Wolfganga Güllicha, který ve své době posouval hranice obtížnosti v lezení.

**Vhodné období:** Nejlepší jaro a podzim, pokud se vydaří počasí. Léto je pro těžší cesty většinou příliš horké a vlhké, pro pohodový rodinný lezecký výlet je ale ideální.

**Speciální vybavení:** Lano 60 m, případně i vlastní jištění.

**Dostupnost:** Z Prahy 250 – 300 km směrem Plzeň a Norimberk.

**Ubytování:** např. kemp Oma Eichler [www.gasthof-eichler.de](http://www.gasthof-eichler.de).

**Více informací:** [www.frankenjura.com](http://www.frankenjura.com), <http://routen.climbing.de/index.php3?Tab=Frankenjura>.

## 4. Boulderingové lahůdky ve Fontainebleau

**Juráš Šefl**

*Horský vůdce UIAGM a člen ČAHV, horoguru.cz*

Moje oblíbená lezecká oblast, kterou bych doporučila milovníkům boulderingu, písku, krásných lesů a dobřého vína je Fontainebleau ve Francii. Jedná se o největší pískovcovou bouldrovou oblast Evropy, kam sahají kořeny boulderingu. Zaleze si tu opravdu každý: oblast má okruhy boulderů pro děti, začátečníky i spousty nejtěžších kousků v Evropě.

**Vhodné období:** Nejlepší podmínky jsou na jaře a na podzim. V létě bývá dost teplo, ale používání magnezia je povoleno a některé oblasti jsou celkem schované ve stínu.

**Speciální vybavení:** Bouldermatka a kobereček na očistění lezeček.

**Dostupnost:** Z Prahy 1000 km směrem Plzeň, Norimberk, Saarbrücken, Metz, Fontainebleau.

**Ubytování:** Spát se dá v autě na parkovištích u skal, na některých místech je možné postavit i stan.

**Více informací:** V tištěném průvodci nebo na internetu.

## 5. Do Turecka za lezením i v zimě

**Katka Smolová**

*Šéfredaktorka HedvabnaStezka.cz*

Pro ty, kteří nevydrží celou zimu bez lezení venku, bych doporučila oblast nedaleko tureckého města Antalya. Skalní stěny jsou buď v horách u vesničky Geyikbairi, nebo nedaleko pláže u bývalé římské osady Olympos. Všechny oblasti se vyznačují poklidnou atmosférou a širokým výběrem cest. Oblasti v okolí nabízejí terény, na kterých si zaleze úplně každý od začátečníků přes zkušenější až po lezecké mistry. Náročné sektory s převýslými



Za boulderingem vyrazte do francouzského Fontainebleau. Foto: Lukáš Bíba.



slaví 50 let  
a jako dárek  
pro vás sleva  
**20% na vše!**

**DO KEMPU**

Stan s prostornou předsiní  
**BETA 350 XL**



6 090 Kč  
**4 872 Kč**

Velmi skladný a teplý spacák  
**LATITUDE 200**



2 190 Kč  
**1 752 Kč**

Lehká a skladná  
samonafukovací karimatka  
**TREK STANDARD**



1 190 Kč  
**952 Kč**

VŠE POŘÍDÍTE NA  
**4camping.cz**

cestami jsou blízko jednodušších cest, takže i pokud spolu lezou lezci s odlišnými schopnostmi, užijí si to oba.

**Vhodné období:** Orientačně od září do června. Vyjma prosince a února, kdy může být deštivěji. Rozhodně sem nejezděte v letním horku.

**Speciální vybavení:** Není potřeba. Udělejte si ale v zavazadle prostor na delší lano, cesty jsou tu poměrně dlouhé.

**Dostupnost:** Letecky do Antalye, zmiňované Geyikbairi leží asi 45 km severozápadně od města. Dostanete se tam buď zdlouhavě místní dopravou, taky si můžete už na letišti půjčit vlastní auto, anebo si z kempu objednat transport.

**Ubytování:** V krásných kempech hned u skal, osobně doporučuji JO.SI.TO camp.

**TIP:** Nezůstaňte jen u lezení. Můžete si vyslápnout pár kopců, zajet si zalyžovat, ochutnat místní kuchyni nebo se vykoupat v dokonale průzračném moři.



📌 **V zimě můžete za lezením vyrazit třeba do Turecka.**  
Foto: Kateřina Smolová.

## 6. Sportovní oldschool Mekka v Buoux

### Kuba Rak

*Pěšák v trutnovském HUDY sportu*

Moje oblíbená lezecká oblast, kterou bych doporučil pro milovníky hezké přírody a lezení v kolmém po dírkách, je Buoux ve Francii. Oblast je zajímavá materiálem, po kterém se leze: jedná se o mix vápence a pískovce. Buoux je „oldschoolová Mekka“ sportovního lezení, ve které se nacházejí podle mě nejhezčí „lehké“ cesty ve Francii. Zaleze si tu každý, od začátečníků po mistry. Nejlíp ale ti, co se pohybuji kolem 7b fr.



**Vhodné období:** Jaro, zhruba do konce dubna, podzim od října. Sektory jsou převážně na slunci. Když vyjde počasí, dá se lezt i celou zimu.

**Speciální vybavení:** 80 m lano, většinou je všechno odjištěné borháky, pár cest se leze i po vlastním.

**Dostupnost:** Z Prahy 1400 km směr Plzeň, Heilbronn, Karlsruhe, Mulhouse, Besancon, Lyon, Avignon, Apt a Buoux.

**Ubytování:** Camping le Luberon, Camping Le Vallon, Camping les Cèdres.

**Více informací:** [www.climbing.com/news/buoux-revisiting-frances-crag-of-the-1980s](http://www.climbing.com/news/buoux-revisiting-frances-crag-of-the-1980s).

📌 **Brzké jaro a pozdní podzim můžete strávit na skalách v Buoux.**



#### Rychlá fakta

Hmotnost: 350 g (vel. 42 2/3)  
Podrážka: Traxion™ a Stealth  
Vložka: OrthoLite  
Tlumení: Adiprene+  
Dodává: adidas  
Infocena: 3499 Kč  
Více info na: [www.adidas.cz/obuv-outdoor](http://www.adidas.cz/obuv-outdoor)  
Tester: Vojtěch Dvořák

#### Zaujalo nás

podešev Stealth s krytím špičky a lezeckou zónou  
fixace tkaniček a velké obouvací poutko  
design

## adidas Terrex Solo

### Rychlá a lehká bota

V lehké pružné obuvi s opravdu prodyšným svrškem ze síťoviny zvládnete nejenom cestu do skal, ale i lezecký nástup, a hlavně ji díky nízké hmotnosti unesete na sedáku či v batohu pro sestup. Tomu je uzpůsobené i zadní poutko, které díky své velkorysle velikosti pojme pro nazouvání i dva prsty nebo karabinu na zavěšení na sedák. Vzorek boty Traxion se nezanášá a gumová lezecká špička, vyrobená z materiálu Forefoot Stealth, je vhodná i na lezení. Antimikrobiální vložka OrthoLite omezuje zápach. Volné konce tkaniček se dají zajistit pod gumičku Lace Bungee. Testováno na skalách i na via ferratách.



## Pinguin Attack 45

### Útokem vpřed, nahoru i dolů



Attack 45 je dvoukomorový batoh s odnímatelným víkem a bederním pásem s kapsou na pravé straně. Zádový systém je odvětrávaný pomocí polstrovaných ostrůvků, mezi nimiž je ventilační prostor. Ramenní popruhy mě překvapily svou měkkostí. Pomocí dostatečně dlouhých popruhů na batoh zafixujete karimatku, mačky, lyže, cepíny a pod víko lano. Komory jsou odděleny stahovací přepážkou na samosvorku, na pravé straně má batoh i boční vsup na zip. Z víka a bederního pásu se dá vytvořit ledvina. V samostatné kapse víka najdete integrovanou pláštěnku, která bez problémů překryje batoh i s připnutou pěnovou karimatkou.

#### Rychlá fakta

Hmotnost: 1750 g  
Počet komor: 2  
Objem: 45 l  
Integrovaná pláštěnka: ano  
Odnímatelné víko/bederák: ano/ano  
Výrobce: Pinguin  
Infocena: 2490 Kč  
Více info na: [www.pinguincz.cz](http://www.pinguincz.cz)  
Tester: Vojtěch Dvořák

Detailní recenze na [www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)

#### Zaujalo nás

velká integrovaná pláštěnka  
variabilita batohu  
velké odnímatelné víko

#### Rychlá fakta

Hmotnost: 516 g (42 EUR)  
Podešev: Vibram XS GRIP, 4 mm  
Svršek: Syntetická štípenka  
Podšívka: Super Royal  
Dodává: Triop  
Infocena: 1885 Kč  
Více info na: [www.triop.cz](http://www.triop.cz)  
Tester: Vojtěch Dvořák

Detailní recenze na [www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)

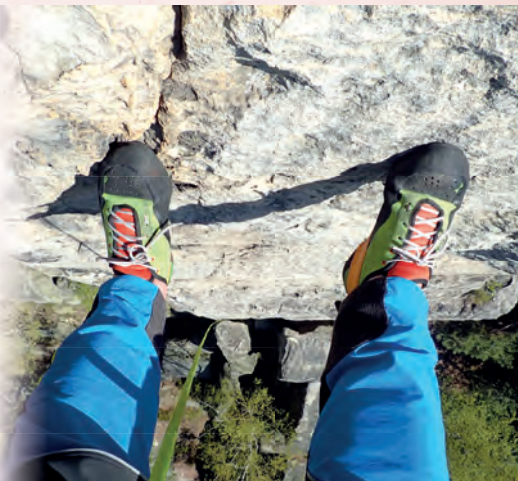
#### Zaujalo nás

nový a barevný design  
prohnutá špička  
lepička na horní straně špičky pro hákování

## Triop Genus

### Impérium vrací úder

Po letech se vrací ve třetí generaci kultovní model lezečky českého výrobce. Na první pohled zaujme odvážným designem. Výrazná oranžová patní guma drží nohu na svém místě. Asymetrická a zdravě prohnutá bota dobře sedí a je příjemně tvrdá, takže dovoluje ustát malé stupy. Značková lepička drží jako přibitá. Velkorysle pogumování zamezuje dření svrškového materiálu a pomáhá při špičkování. Dvojice poutek ulehčuje nazouvání a vyzouvání. Patě by slušelo větší přetažení lepičky tak, aby nevznikal tak výrazný přechod, a Genus by pak mohl být univerzální parták na skály a do stěn. Všimli jste si, v čem leze Jakub Konečný?







## Salewa Ergo Belay System

### GO ER GO!

Set Salewa Ergo Belay System je složený z lehkého poloautomatického jistítka s blokovací funkcí a karabiny se zámkem twist lock a drátěnou příčkou, která zabraňuje přetáčení v jisticím oku sedáku. Blokování se mi zdálo jisté a přesné, podávání lana je jednoduché a funguje bez zadržování. Plynulé spouštění vyžadovalo cit a cvik. Líbilo se mi „neprojiždění“ jistítka při slanění. Přestože ovládání jistítka je intuitivní, myslím si, že úplný začátečník by se s ním měl dobře seznámit. I u Erga stále platí nutnost držet lano pod jistítkem a používat brzdicí ruku. Potěšila mě nízká hmotnost a jednoduchost ovládání.

#### Rychlá fakta

Hmotnost jistítka: 170 g
Typ jistítka: poloautomatické
Pro průměry lan: 8,6 – 11 mm
Karabina: 24 / 9 / 7 kN
Světlost karabiny: 22 mm
Hmotnost karabiny: 97 g
Dodává: Salewa
Infocena: 1820 Kč
Více info na: <a href="http://www.salewa.cz">www.salewa.cz</a>
Tester: Vojtěch Dvořák

#### Zaujalo nás

dořáváno i s karabinou s příčkou  
dobrá manipulace  
neprojiždí při slanění

#### Rychlá fakta

Hmotnost: 276 g
Typ jistítka: poloautomatické
Pro průměry lan: 8,6 až 10,2 mm
Dodává: Total Outdoor
Infocena: 2990 Kč
Více info na: <a href="http://www.campitaly.cz">www.campitaly.cz</a>
Tester: Vojtěch Dvořák

Detailní recenze na  
[www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)

#### Zaujalo nás

zachycení pádu s proměnlivou  
intenzitou  
anti-panic systém  
vysoký komfort jištění

## Camp Matik

### Nadupané jistítko

Nadupané jistítko, které toho umí opravdu hodně, ale nechávat ho budete při lezení pravděpodobně pod skálou. Je určeno pouze pro jištění jednoduchým lanem a také něco váží. Co tedy umí? Při zachycení pádu snižuje stupňující se brzdicí účinek rázovou sílu, a tím zvyšuje komfort pádu pro lezce a jištění pro jističe a zajistí menší zatížení pro lano i mezijištění. Anti-panic systém automaticky blokuje lano při přílišném zatažení dvoustupňové sklápěcí páky a zabraňuje ztrátě kontroly nad spouštěním lezce. Lezení s lanem 9,7 mm bylo bez problémů. Dílenské zpracování je příkladné a exponovaná místa z nerezové oceli něco zdříž.



## Edelrid Jul 2

### Jistítko na druhou

Bytelné a kompaktní jistítko pro jištění s jednoduchými lany 8,9 až 11 mm. S lanem 9,7 a 10,2 mm fungovalo skvěle. Ocelové tělo vydrží asi úplně všechno, podle intenzity lezení možná na celý život. Žlábek na vedení lana k brzdicí ruce je dostatečně hluboký a lano nepřeskakuje přes jeho okraje. Chycení pádu je spolehlivé a dobírání i podávání lana jde zlehka. Uvolnění lana po odsednutí nebo chycení pádu je také snadné. Spouštění však vyžaduje cvik, aby nebylo příliš rychlé, nebo naopak žádné. Pro jistítko Jul 2 mluví i fakt, že letos získalo ocenění Editor's Choice amerického časopisu Climbing.

#### Rychlá fakta

Hmotnost: 101 g
Typ jistítka: poloautomatické
Materiál: ocel
Pro průměry lan: 8,9 až 11 mm
Dodává: Vaude
Infocena: 809 Kč
Více info na: <a href="http://www.edelrid.de">www.edelrid.de</a>
Tester: Vojtěch Dvořák

Detailní recenze na  
[www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)

#### Zaujalo nás

bytelnost  
jednoduchost  
spolehlivost





**Rychlá fakta**

Hmotnost: 85 g
Typ jistítka: manuální
Pro průměry lan: jednoduchá 8,6 – 10,5 mm / poloviční a dvojitá 7,3 – 9,0 mm
Dodává: R-SPORT
Infocena: 689 Kč
Více info na: <a href="http://www.climbingtechnology.cz">www.climbingtechnology.cz</a>
Tester: Karel Vidlák

**Zaujalo nás**

snadné spouštění druholezce ze štanďu
hladký průchod lana jistítkem
dobry brzdný účinek

## Climbing Technology Be-Up

### Italský designový všeuměl

Už nějakou dobu je na trhu zdařilé jistítko Be-Up. Principem jde o klasický kyblík, uzpůsobený i pro jištění jednoho nebo dvou lezců ze štanďu. Revoluční je ovšem konstrukce jistítka, které bylo za tepla ohnuto a pak snýťováno dohromady. Vzniklý ohyb zároveň tvoří oko pro zavěšení na štanďu. Díky konstrukci a promyšlenému tvaru jde zatížené jistítko vcelku snadno odblokovat jen pomocí karabiny, a druholezce tak spustit. Výhodou je, že do oka pro odblokování se vejde i větší karabina s pojistkou zámkem. Přestože Be-Up umožňuje snadný prokluz lana, jeho brzdicí „U“ drážky mají velmi dobrý účinek.



## Climbing Technology Wall

### Připraven na big wall



Horolezecký úvazek Wall je novinkou letošní sezony od italského výrobce Climbing Technology. Jeho atraktivita spočívá nejen ve svěží modrozelené barvě. Hlavní předností je nízká hmotnost, při které je zachováno pohodlí při lezení i při visu. Sedák je primárně určený pro lezení ve skalách, v ledu i do vícedělkových stěn, kde je potřeba na jeho šesti poutkách přenášet hodné množství. Samozřejmostí jsou i sloty na materiálové karabiny. To vše při hmotnosti kolem 350 g, což je méně, než váží řada „light“ úvazků od jiných výrobců. Nový typ čtyř odlehčených přezek umožňuje rychlé a plynulé nastavení velikosti.

**Rychlá fakta**

Hmotnost: 355 g (vel. M – L)
Počet poutek: 6
Počet přezek: 4
Sloty na materiálové karabiny: 2
Dodává: R-SPORT
Infocena: 1599 Kč
Více info na: <a href="http://www.climbingtechnology.cz">www.climbingtechnology.cz</a>
Tester: Karel Vidlák

**Detailní recenze na**  
[www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)

**Zaujalo nás**

univerzální použití
nízká hmotnost
pohodlí při lezení

**Rychlá fakta**

Hmotnost: 259 g (velikost M)
Počet poutek: 4
Počet přezek: 1
Sloty na materiálové karabiny: ne
Dodává: Rock Empire
Infocena: 1590 Kč
Více info na <a href="http://www.rockempire.cz">www.rockempire.cz</a>
Tester: Karel Vidlák

**Detailní recenze na**  
[www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)

**Zaujalo nás**

nízká hmotnost
vnější použitý materiál
jednotlivé konstrukční detaily

## Rock Empire 1B Slight

### Tenký jako žiletka, pohodlný jako pohovka

Nejen pro výkonnostní sportovce je u sedáku důležité, aby neomezoval v pohybu, byl co nejléč a zároveň pohodlný. Na tyto požadavky zacílil jednopřezkový model 1B Slight, který dostal hmotnost ke čtvrt kilu. Hmotnost je snížena i díky ultralehké hliníkové přezce, kterou prochází popruh, široký jen 16 mm. Hlavní podíl na muší váze má použitý materiál a sendvičová konstrukce s absencí polstrovaní a nosné lemovky. Díky tomu úvazek dobře rozkládá síly do celého povrchu, a navíc je velmi skladný. Pevné nohavičky dovolují rozsah v obvodu stehna 5 cm u každé velikosti. K funkčnosti přispívají i detaily jako dobře tvarovaná materiálová oka či tahací oko.







## Tendon Lowe 9,7

### Lehký tloušťík

Lehké lano, které vás ani při délce 70 m nebude stahovat k zemi. Hmotnost pouhých 55 g/m při průměru 9,7 mm je světově unikátní. Průměr vyhovuje většině jistítek, přitom hmotnost odpovídá spíše tenčím typům. Zároveň lano díky průměru pod 10 mm nezabere v batohu moc místa. Ocenili jsme, že lano od prvního použití vůbec nesmyčkovalo a zelená barva byla na skalách dobře viditelná. Díky zakončení lana technologií Compact se konce netřepí a absence olepových pásek zvyšuje komfort při manipulaci. S hrubším opletem bych lano doporučil spíše na vápno a jiné málo drsné skály.

#### Rychlá fakta

Hmotnost lana (70 m): 3850 g
Průměr lana: 9,7 mm
Hmotnost na m: 55 g/m
Počet UIAA pádů: 6
Impregnace: Standard / Complete shield
Infocena: 4522 Kč (70 m, Complete shield)
Dodává: TENDON
Více info na <a href="http://www.mytendon.cz">www.mytendon.cz</a>
Tester: Vojtěch Dvořák

#### Zaujalo nás

nízká hmotnost
výrazné značení půlky lana
kompatibilita s většinou jistítek

#### Rychlá fakta

Hmotnost: 45 g až 129 g
Barva: barevné rozlišení, elox i popruh
Rozpětí: 8,5 – 71,5 mm
Počet ks v sadě: 10
Pevnost: od 5 do 10 kN
Infocena: 1499 Kč
Dodává: R-Sport
Více info na <a href="http://www.6c.cz">www.6c.cz</a>
Tester: Vojtěch Dvořák

Detailní recenze na [www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)

#### Zaujalo nás

nízká hmotnost
barevné rozlišení všech velikostí
silový ukazatel (Range Finder)

## Metolius Ultralight Master Cam

### Kamarád do stěny

Vylepšená sada friendů, která letos získala Editors' Choice amerického časopisu Climbing. Jak to vidí naše redakce? Odpor táhel je optimální a zmáčknete jej i s naběhlým předloktím. Segments se plynule vrací. Na jejich bocích je barevná škála (Range Finder), která pomáhá s výběrem optimální velikosti friendu, což je vhodné zvláště pro začátečníky. Na styčných plochách je unikátní vzorek, který se ještě lépe „zakusuje“ do skály. Střední lanko je dostatečně tuhé a i po ohnutí do pravého úhlu se dobře znovu ztopoří. Oproti svým klasickým friendům Metolius ušetřil 20% na váze, a to není vůbec málo! Každá velikost je navíc barevně rozlišená: na těle i na popruhu friendu.



Myslete na to,  
proč neJít  
někdy taky PĚŠKY?

Vždy a všude s cestovním  
pojištěním UNIQA

[www.uniqa.cz](http://www.uniqa.cz)

Myslete 



**Rychlá fakta**Materiál: 97% organická bavlna,  
3% Lycra Spandex

Velikosti: S - L

Dodává: Rock Point

Infocena: 1899 Kč

Více info na: [www.rockpoint.cz](http://www.rockpoint.cz)

Tester: Radka Svobodová

Detailní recenze na  
[www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)**Zaujalo nás**

propracovaný střih

atraktivní design

příjemný materiál

## Prana Avril Pant Lady

### Kalhoty pro volný pohyb

Pevné a současně pružné – konečně kalhoty šité přírodě na míru. Vhodné jsou jak na lezení, cestování nebo turistiku, tak i na dynamičtější sporty. Střih je rovný, mírně bokový. Vyčlenění na kolenou je uzpůsobeno častému ohýbání, šňůrka v pase umožňuje variabilitu nastavení. Kalhoty jsou poměrně široké, a tím pádem velmi prodyšné, nohavice se dají u kotníků stáhnout pruženkou. Pevné látky neublíží větvíčka v lese ani chyt na umělé stěně. Čtyři klasické kapsy bez zapínání umožňují uložení nejnnutnějších věcí. Kalhoty se osvědčily při testování jak při boulderingu, tak v sedáku nebo i při energickém tanci, jakým je zumba.



## Rafiki Anuk

### Rafikované lezecké šortky



U oblečení pro sportovní lezení jsou kladeny nemalé nároky na volnost pohybu. Samozřejmě musí taky něco vydržet, protože o nějaké to otření o stěnu nebo skálu není nouze. Ne nadarmo byly kalhoty s kontrastními záplatami poprvé vidět právě u lezců. Oba požadavky beze zbytku splňují kratasy Anuk. Disponují volným střihem, který má pro ještě větší volnost pohybu navíc vsazený díl v rozkroku. Hlavní materiál je odolné silné plátno z bavlny s příměsí spandexu pro dosažení elasticity. Široká guma v pase přináší pohodlí při použití sedáku. Nechybí ani zadní kontrastní kapsa a další designové doplňky.

**Rychlá fakta**

Materiál: 97% Bavlna, 3% Spandex

Velikosti: S – XL

Dodává: Rock Point

Infocena: 1190 Kč

Více info na: [www.rafiki.cz](http://www.rafiki.cz)

Tester: Karel Vidlák

Detailní recenze na  
[www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)**Zaujalo nás**výrazný design  
propracovaný střih  
pohodlí a odolnost**Rychlá fakta**

Hmotnost: 327 g (vel. L)

Materiál: Nylon, Elastan, Lycra,  
Strongflex IBQ

Počet kapes: 1

Zípy: YKK

Velikosti: S – XXL

Dodává: High Point

Infocena: 2990 Kč

Více info na: [www.highpoint.cz](http://www.highpoint.cz)

Tester: Vojtěch Dvořák

Detailní recenze na  
[www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)**Zaujalo nás**sportovní anatomický střih na tělo  
promyšlená kombinace materiálů  
k dostání též v kompletu  
s Gale Jacket

## High Point Gale

### Kalhoty pro akční hrdiny

Technické kalhoty Gale kombinují různé materiály tak, aby byly elastické a nikde neomezovaly v pohybu. Větruodolné jsou jen částečně, zato díky výborné prodyšnosti zvládnou vydrchat i anaerobní činnost. Stehna, kolena a zadek jsou z pevnějšího materiálu, zesílení najdeme i u vnitřní strany kotníků. Další materiály jsou jemnější a vzdušnější. Reflexními prvky výrobce nešetřil. Výrazné zípy umožňují nohavice rozepnout a přetáhnout i přes skialpové lyžáky. Netradičně umístěná zadní kapsa je přístupná i v sedacím úvazku. Elastický pas se dá přitáhnout šňůrkou se samosvorkou a poklopec je na jednoduchý YKK zip.







www.marmot.eu | facebook.com/marmot.mountain.europe  
Location: Zillertal, Austria | © Reinhard Fichtinger

# The Rain Stops Here



## Shell Collection

Engineered to outsmart the elements and offering maximum protection in all conditions. With their high-performance functional membranes and sophisticated designs, Marmot's technical shells are the go-to choice for all outdoor adventures.

< Wm's Exum Ridge Jacket

[www.marmot.eu](http://www.marmot.eu)

**Marmot**<sup>®</sup>  
FOR LIFE



## NOVINKY A ZAJÍMAVOSTI v outdoorové výbavě

### Loap Lech

#### Pánská třísezonní softshellka

Bunda Lech poslouží při výpravách do přírody od jara do podzimu, a to i v nepříznivém počasí.

Pružný a pevný softshell chrání voděodolná membrána Aqua Pro s vodním sloupcem 5000 mm, díky níž zůstanete v suchu i za deště.

Dobře prodyšný materiál (3000 g / m<sup>2</sup> / 24 h) odvádí pot rychle od těla, a tím zajistí komfort i při náročnějším pohybu.

Infocena: 1999 Kč

[www.loap.cz](http://www.loap.cz)



### Pinguin Ascent Light FL Cork

#### Hole na trekové výpravy

Třídílné trekové hole z duralu 7075 mají odvětranou korkovou rukojeť, vyztuženou plastovými prolisy. Délka holí se dá nastavit od 63 do 135 cm, samozřejmě jsou nastavitelná poutka na zápěstí. Systém rychlozamykání Fast Lock se používá snadno a intuitivně. Hroty z wolframu mají ochranné gumové krytky. K holím je dodáván pár sněhových a pár trekových talířků.

Infocena: 985 Kč

[www.pinguin.cz](http://www.pinguin.cz)



### adidas adizero XT Boost

#### Závodní běžecká obuv do těžkého terénu

Kombinací lehkosti řady adizero a mezipodešve Boost™ vznikla terénní závodka adizero XT Boost.

Přiléhavá konstrukce z elastického materiálu chrání chodidlo před pronikáním vnějších částic do boty. Podešev Continental™ se vzorkem inspirovaným pláští horských kol zaručí perfektní grip v náročném terénu. Vyběhnete vstřícně nové sezóně a rychlým časům!

Infocena: 3799 Kč

[www.adidas.cz](http://www.adidas.cz)



### Haglöfs Lizard II Jacket

#### Lehká softshellka v eko provedení

Jako mrštná ještěrka se budete pohybovat v této originální lehké softshellové bundě od švédské firmy Haglöfs. Bunda vyniká dokonalým střihem a skvělým poměrem větruodolnosti a prodyšnosti.

Pohodlnost nošení zajišťuje strečový materiál FlexAble. Bunda nese vosačky Take Care a bluesign, které potvrzují způsob výroby šetrný k životnímu prostředí.

Infocena: 3999 Kč

[www.RockPoint.cz](http://www.RockPoint.cz)



### Předplatné Světa outdooru

#### Vybavení, cesty, expedice a osobnosti

Pokud chcete pravidelně dostávat nejnovější informace o vybavení, číst původní články z cest a rozhovory se zajímavými osobnostmi nebo sledovat výkony dobrodruhů na expedicích, předplatte si časopis Svět outdooru! S ročním předplatným můžete dostávat čtyři čísla časopisu až domů do schránky.

Infocena: 79 Kč

[www.SvetOutdooru.cz/predplatne](http://www.SvetOutdooru.cz/predplatne)



### Salomon Granitik GTX

#### Outdoorové boty do každého počasí

Boty v dámském i pánském provedení jsou všestranným společníkem pro výlety do přírody. Membrána Gore-Tex zajistí prodyšnost a nepromokavost pro celodenní turistiku a podrážka Contagrip s různě hlubokým vzorkem zase dostatečnou přilnavostí i na mokřem povrchu. Anatomicky tvarovaná vložka Ortholite zpříjemní chůzi dobrou prodyšností a dlouhou životností.

Infocena: 2499 Kč

[www.hervis.cz](http://www.hervis.cz)







Jezero Khuvsgul v severním Mongolsku nabízí ideální podmínky pro polární expedice.

# Přes zamrzlé jezero Khuvsgul

## Prvenství českých polárníků

**Polárníci Václav Sůra a Petr Horký se letos v březnu vydali do severního Mongolska, kde jako první Češi přešli zamrzlé jezero Khuvsgul. Podle reakcí a výpovědí místních obyvatel je velmi pravděpodobné, že před nimi zimní přechod bez zabezpečení zvenci ještě nikdo neuskutečnil – jedná se tak zřejmě o prvenství světové!**

Severomongolské jezero Khuvsgul, vzdálené zhruba tisíc kilometrů od hlavního města Ulánbátar, přešla česká dvojice dobrodruhů od severu na jih. Jezero má vzdušnou čarou 134 km, po zemi se cesta protáhla na 150 km, které polárníci urazili během osmi dní, na mrazivé expedici však strávili celkem tři týdny. „Mongolsko zřídka figuruje mezi destinacemi světových polárníků. Na to jsme narazili, když jsme sledovali, jak naše schopnosti přežít v daných podmínkách překvapovaly místní obyvatele. Podle jejich vzpomínek a informací od starosty vesnice Khatgal na jihu jezera i ředitele rezervace Khuvsgul jsme zjistili, že jsme rozhodně první Češi, a dost možná i první lidé na světě, kteří tenhle pochod úspěšně završili,“ vypráví jeden z dobrodruhů, polárník a dokumentarista Petr Horký.

### Osm dní v třicetistupňových mrazech

Ačkoli je Mongolsko spojováno spíš s horkým a suchým prostředím pouště Gobi, poskytuje skvělé podmínky právě polárním výpravám. „Pro zkušené polárníky jsou tu naprosto ideální podmínky. Led je silný, bezpečný a sladkovodní. Teploty oscilují v zimním období mezi -20 až -40 °C,“ popisuje Václav Sůra, který na svých expedicích prošel Grónsko, jezero Bajkal nebo Špicberky. Podle něj je na takovéhle výpravě základem být naprosto soběstačný. „Všechno potřebné máme na svých saních – výstroj, výzbroj, prostředky nutné pro případnou záchranu, přesně propočítané množství jídla, a hlavně palivo do vařiče

– benzín. Bez něj jste v koncích – nerozehřejete si vodu z ledu a nemůžete se napít ani si uvařit jídlo. V saních máme třeba i chirurgické šití – o přemrzlý led se můžete při pádu ošklivě pořezat. Dál vezeme minimalistické nářadí, takzvané multitooly, na základní opravy saní a vybavení, jejichž porucha by jinak mohla mít fatální následky. Letos jsme táhli na saních každý asi 60 kg materiálu.“

### Láska k zamrzlé hladině

Vašek Sůra před šesti lety přešel spolu s Pavlem Blažkem zamrzlé jezero Bajkal, nabízí se tedy porovnání těchto dvou expedic. „Ta jezera jsou si velice podobná – vždyť mají k sobě blízko jak geograficky, tak historicky. Obě vznikla tektonickou činností. Khuvsgul je také často označován za menšího brášku Bajkalu. Jeden podstatný rozdíl tu je – v okolí mongolského jezera nejsou zeměměřeni, a tak led praská jenom přemrzáním a zvětšováním objemu – nevejde se pak do jezera,“ porovnává Vašek Sůra a dodává: „Podpora ze strany tamních obyvatel byla na obou výpravách výborná. Letos jsme využili hlavně



kontakty mého parťáka Petra Horkého, který byl v Mongolsku už pošesté. Ale i lidé, které jsme si najímali přímo na místě, byli vždycky ochotní a vstřícní.“

S nápadem přejít právě jezero Khuvsgul přišel Petr Horký. „V Mongolsku jsem byl několikrát natáčet a v roce 2008 jsem se v létě pohyboval právě v překrásné divoké oblasti jezera Khuvsgul. Když jsem si pak navíc poslechl, jak se krajina promění, když udeří zima, měl jsem jasno, že bych se sem chtěl vrátit na polární pochod.“

### V zajetí bílé tmy

Polárníky zastihla na jezeře sněhová bouře, která v obydlených částech pevniny působila značné potíže. Výpravu to ale nijak nezpomalilo ani neohrozilo. Nastaly jen drobné komplikace. „Vůtr nebyl tak silný, aby znemožňoval pochod, jen mlha kolem nás vytvořila tzv. bílou tmu, kdy člověk nevidí v žádném směru nic jiného, než jen souvislou bílou plochu. Znamenalo to pro nás jít jen podle zaměřeného azimutu na buzole,“ vypráví Petr Horký.

Kromě silných zážitků z vlastního přechodu si polárníci odvezli i zážitky ze samotného Mongolska. „Příroda, příroda a zase příroda! Byl jsem úplně fascinovaný – taky se naše



▲ V třesnutých mrazech dělaly polárníkům společnost také čelovky od firmy Led Lenser.

přednáška o letošní výpravě bude jmenovat Zamrzlý ráj! Samostatnou kapitolou jsou místní lidé – hlavně šamani. Setkali jsme se s jednou z nejuznávanějších šamanek jak v oblasti, tak i v celém Mongolsku. Tři hodiny povídání v její roubené chaloupce v lesích na břehu jezera byl nezapomenutelný zážitek,“ dodává Vašek Sůra a Petr Horký uzavírá: „Důležité je, že s Vaškem máme velice podobný pohled na smysl podobných expedic a není mezi námi žádná rivalita ani snaha o nějaké snad imponující výkony. Oba si jedeme spíš užít setkání s přírodou a každý sám se sebou, se svým egem, duší a srdcem.“



▲ Polárníci přešli jezero bez podpory zvenčí, museli být tedy plně soběstační. Na saních táhli každý kolem 60 kg materiálu.

Na otázku, jestli by se chtěl Vašek do Mongolska na podobnou expedici vrátit, reaguje smíchem a dodává: „Petr mě před cestou varoval – Pozor! Je to návykové! – A měl pravdu. Mongolsko jsem si už teď zamiloval. Hned jedna z dalších výprav bude znovu tam a znovu v zimě. Je to ohromná výzva, která nás s Petrem posouvá do úplně jiných měřítek, kde bude minimálně 50% know-how pro nás úplně nových. Podrobnosti zatím tajíme, nechceme to zakřiknout.“

#### EXPEDICE MONGOLIA 2016

 LEDLENSER

Polárníky na expedici doprovázely čelovky od firmy Led Lenser, výrobce špičkových svítilen pro široké outdoorové využití, která jejich expedici podpořila.  
[www.ledlenser.cz](http://www.ledlenser.cz)





# „Tak už tam budem?“

## Plánování túry v horách

**Chceme-li si při jakékoli akci v horách říct, že jsme pro svou bezpečnost udělali maximum, je nutná pečlivá příprava a plánování. Jakými pravidly se při plánování horské túry řídit, abyste při setmění nebyli teprve v polovině trasy?**

Základem každého plánu je strategické rozhodnutí – volba cíle. Může se jednat o vrchol hory, horskou chatu nebo přechod určité trasy, jako například projití horského údolí, přechod horského hřebene, sedla atd. Nesmíme přitom zapomenout na návrat zpátky na základnu nebo domů. Teprve s vědomím cíle jsme schopni zamyslet se nad tím, kudy k němu, jak na cestě postupovat a co na ní budeme potřebovat. Tento způsob plánování zná lidstvo už od starověku a stále pomáhá lidem dostávat se dál.

Samotné téma plánování túry zahrnuje několik podkapitol, od vybavení přes meteorologii až po téma lidského faktoru. My se budeme tentokrát věnovat jen jedné dílčí dovednosti, a tou je výpočet času, který na túře strávíme.

### Mapa a buzola nepotřebují nabíječku

V době mobilních aplikací a bezpečtu webových stránek s podrobnými popisy tras se může zdát dovednost plánování a počítání času túry nad mapou s papírem a tužkou v ruce jako zcela zbytečná. Ne vždycky ale bude mobil nabitý, internetové připojení k dispozici. A my najednou potřebujeme vědět, jestli je náš plán na další den reálný.

Základní osou každého plánování túry je časový odhad. Musíme vědět, jak dlouho budeme na cestě. Z toho pak odvodíme, kdy vůbec vyrazit na cestu, abychom se ve stanovený čas dostali do cíle. V určitém čase musíme být na konkrétním místě často kvůli změně počasí a charakteru terénu (provlhlý sníh, tající séraky, sestup exponovanou cestou, poslední vlak...).

### Vertikální i horizontální metry

Při výpočtu času túry vycházíme ze dvou základních veličin: ze vzdálenosti v metrech, případně kilometrech, a převýšení v metrech. Obě vyčteme z každé lepší mapy. Ideální mapy pro pěší turistiku jsou v měřítku 1:25 000, vzdálenost změříme za použití měřiče vzdáleností nebo plánovací fólie (tzv. Planzeigeru), převýšení spočítáním vrstevnic (samostatně počítáme výškové metry při stoupání i klesání). Pak musíme znát rychlost chůze naší skupiny. Alpské svazy ve svých metodických materiálech (DAV, ÖAV, SAC) shodně udávají pro větší či menší skupiny tyto hodnoty:

Jednotlivec, případně malá skupina lidí ujde pěší chůzí za hodinu:

- 400 výškových metrů ve výstupu
- 600 – 800 výškových metrů v sestupu
- 5 km vodorovné vzdálenosti

Větší skupina lidí, případně i malá skupina při pohybu „na těžko“, ujde pěší chůzí za hodinu:

- 300 výškových metrů ve výstupu
- 500 výškových metrů v sestupu
- 4 km vodorovné vzdálenosti



Pokud si nejsme jistí, jak rychle se budeme jako skupina pohybovat, je vhodnější ze začátku kalkulovat s pomalejšími časy a být radši příjemně překvapeni, než podcenit své schopnosti a do cíle dorazit mnohem později, než bylo v plánu.

### Rovnice pro výpočet času

Pokud jsme pomalejší skupina, vypočítáme si časy pohybu horizontálně a vertikálně: první čas získáme podělením vzdálenosti v kilometrech hodnotou 5 (u rychlejších skupin 4), druhý dostaneme vydělením výškových metrů číslem 300 (u rychlejších skupin 400). Z těchto dvou časů vydělíme ten s menší hodnotou dvěma. Výsledek přičteme k hodnotě větší. Vyjde nám čistý čas, který na túře strávíme.

### Přestávky a časové rezervy

Při plánování jednodenní túry si přidáváme vždycky minimálně hodinovou rezervu, nezávisle na velikosti skupiny. Musíme zohlednit riziko zhoršujícího se počasí nebo nejednoznačnosti trasy. Jenom pokud dobře známe trasu, prostředí i fyzickou kondici účastníků, můžeme časovou rezervu z plánování vypustit. Pokud víme, že v rámci túry budeme překonávat i technické pasáže, vyžadující použití maček, sedáku, lana, feratového kompletu atd., počítáme s další půlhodinovou rezervou.

V každém případě plánujeme během jakékoli túry několik přestávek. První by měla nastat 10 – 15 minut poté, co se vydáme do terénu. Stačí krátká, v délce 5 – 10 minut, a slouží hlavně k úpravě výstroje a vrstev oblečení. Pak plánujeme přestávky podle fyzické a psychologické kondice účastníků ideálně každou hodinu, případně každé dvě hodiny, v délce 15 – 20 minut, v poledne jednu delší, 30 – 60 minut. Každý na túře ocení, pokud jsou přestávky na zajímavých místech s výhledy, u naučné či informační cedule, na fotogenických místech apod. Délky přestávek rostou úměrně s velikostí skupiny – čím víc lidí, ➤



#### VZOREČEK PRO MATEMATIKY

výstup T1 = 300 – 400 vm/hod  
sestup T1 = 500 – 700 vm/hod  
rychlost chůze T2 = 4 km/hod  
Celkový čas túry T:  
 $T = T1 + (T2/2)$  (pokud  $T1 > T2$ )  
nebo  $T = (T1/2) + T2$  (pokud  $T1 < T2$ )



➤ Dobrým pomocníkem je plánovací fólie, tzv. Planzeiger, pomocí níž na mapě naměříme azimut, určíme vzdálenost nebo sklon svahu.

**Vango**  
50

slaví 50 let  
a jako dárek  
pro vás sleva  
**20% na vše!**

### PRO RODINU

Prostorný nafukovací  
rodinný stan  
**SOLARIS 400**



19 590 Kč

**15 672 Kč**

Pohodlné křeslo s nostností  
180 kg  
**TITAN**



2 990 Kč

**2 392 Kč**

Dekový spacák s flanelovou  
podšívku  
**AURORA SINGLE**



3 090 Kč

**2 472 Kč**

VŠE POŘÍDÍTE NA  
**4camping.cz**





▲ **Vzdálenost trasy zjistíte nejlépe pomocí mapoměru/ trasu projedete na mapě měřícím kolečkem a na stupnici, odpovídající měřítku vaší mapy, odečtete vzdálenost v km.**

tím se časy přestávek prodlužují. Pokud zohledníme zkušenosti účastníků túry a znalost terénu, platí tu naopak nepřímá úměra – zkušenější skupiny v důvěrně známém terénu mohou mít přestávky kratší.

Výsledný čas postupu v terénu také ovlivňuje řada dalších faktorů, např. roční období, počasí (velké horko, déšť, bouřka, nečekaný sníh) nebo fyzická kondice a předchozí zkušenosti účastníků. Tyhle faktory se dají jen těžko promítnout do matematických vzorců, musí být zohledněny ad hoc podle reálné situace. Při dobře naplánované túře si můžeme pojmenovat všechna rizika, vyvodit patřičné závěry, máme dostatek prostoru na zvážení alternativ a nebudeme vystaveni nebezpečí.

## Zimní horské disciplíny

Pokud se v terénu nepohybujeme pěšky, ale využíváme běžky, lyže, skialpy nebo sněžnice, čas túry je nutné upravit v závislosti na charakteru povrchu a druhu „dopravního prostředku“.

### i PŘÍKLAD Z PRAXE

Z mapy jsme spočítali celkové stoupání 600 výškových metrů, klesání 1200 výškových metrů, vzdálenost 10 km. Jsme menší skupinka, která má svižnější tempo. T1 (výstup a sestup) spočítáme jako součet času výstupu (600 výškových metrů vystoupáme za 1,5 hod) a sestupu (1200 výškových metrů sklesáme za 2 hod), tedy T1 = 3,5 hod. Vzdálenost 10 km ujdeme za 2 hodinky, tedy T2 = 2 hod. Čas T2 je menší, jeho hodnotu podělíme dvěma a celkový čas, který strávíme na túře, bude čtyři a půl hodiny. Pozor, jedná se o čistý čas chůze, ke kterému je potřeba přičíst přestávky!



▲ **Nepostradatelným nástrojem pro orientaci na horách je buzola, kterou je lepší mít po celou dobu túry po ruce pro rychlé zorientování mapy podle světových stran nebo nastavení azimutu.**

Při pohybu na lyžích počítáme se stejnou rychlostí stoupání jako při chůzi, ale čas sestupu, respektive sjezdu, je třetinový. To znamená, že můžeme pracovat s cifrou 1200 výškových metrů za hodinu při sestupu, samozřejmě za ideálních podmínek. Pokud sjíždíme ve špatném, nekvalitním sněhu, terémem nebezpečným z hlediska lavin, případně ve veliké skupině, není možné tenhle koeficient použít.

Při túrách na sněžnicích musíme také počítat minimálně s hodinovou rezervou navíc na každých 800 výškových metrů sestupu. Rychlost postupu na sněžnicích výrazně ovlivňuje stav sněhové pokrývky a kvalita sněhu. Úplně jiná bude u tvrdého sněhu, který se neboří a pevně drží, a u prašanu, kde se skupina vyčerpá prošlapáváním stopy už po prvních 15 minutách chůze.

### Autorka:

#### Marie Lollok Klementová

**Instruktorka rakouského Alpenvereinu a mezinárodní horská průvodkyně UIMLA věnuje horám a outdooru svůj profesní i soukromý život. Pravidelně přednáší, vede odborné semináře a lektoruje na kurzech Českého spolku horských průvodců a Horské školy. Ráda se toulá s fotoaparátem na krku a s batohem na zádech po horách, pokud možno ve vertikálním směru.**



# Střípky z outdooru

## Panenská příroda Nepálu

Až do 19. června je v pražské Leica Gallery k vidění výstava fotografií Petra Sirotky, který v roce 1973 dokumentoval jako fotograf a kameraman první československou horolezeckou expedici do Himálaje. Součástí výstavy „Okamžiky uplynulých let“ jsou unikátní fotografie nepálské přírody a portréty místních. Sirotek byl na řadě míst úplně prvním, kdo zachytil výjimečnou krásu zdejšího prostředí. Úspěch slavily i dva filmy z expedice, snímek „Země pod Himálajem“ bude k vidění na besedě 30. května. Na tehdejší výpravu letos zavzpomíná také fotografická kniha „Nepál“.



☑ Nosiči, Nepál, 1973. Foto: Petr Sirotek.

## Rozšiřujeme katalog

### treků a ferat na Pohora.cz

V katalogu 800 treků a ferat můžete snadno filtrovat tipy na horizontální i vertikální toučky podle: země, délky, obtížnosti či ročního období. Mezi treky nechybí věhlasný trek W v NP Torres del Paine, Milford trek na Novém Zélandu, treky do base kempů asijských osmitisícovek ani trasy v evropských horách. V katalogu ferat najdete všechny zajištěné cesty v Alpách i v Česku. Pomozte nám katalogy rozšířit! Přidávejte popisy a fotky ze svých cest, a inspirujte tak ostatní milovníky hor!



## Ocenění Výstup roku ČHS

Začátkem dubna udělil Český horolezecký svaz ocenění Výstup roku za rok 2015. Nejvíce ocenění získal Adam Ondra, který zabodoval svým prvovýstupem cesty C.R.S. (9b) ve Francii, boulderem Jade (8b+) v USA a přelezem cesty Predátor (11/11+) v Českém Krasu. Ocenění si odnesli i Jan Zbranek a Dušan Janák za přelez cesty Bellavista (8b/c) v Dolomitech. V kategorii boulderingu uspěl Martin Stránilík s boulderem The Story of Two Worlds (8c) ze švýcarského Cresciana. Na ledu a mixech kralovala Lucie Hrozová, která si odnesla ocenění za přelezy v Itálii – Low G Man (D14) a Kamasutra (D13+). V kategorii skialpinismu ocenila porota dvojici Karel Svoboda a Martin Štourač, která na podzim po výstupu na Manáslu sjela dolů na skialpech z nadmořské výšky 7900 m.

## Proti falešným vůdcům a průvodcům

Iniciativa „Black Guide“ zakročí proti těm, kteří neoprávněně používají titul horského vůdce, průvodce nebo cestovní kanceláře. Projekt se zaměřuje také na cestovní kanceláře, horolezecké školy apod., které nemají potřebné oprávnění nebo klamně slibují služby certifikovaných vůdců a průvodců.

Více informací na: [cziml.org/black-guide](http://cziml.org/black-guide).



Jediný vodácký časopis v ČR, který píší vodáci pro vodáky.

**Roční předplatné pouze 330 Kč.**

- ▼ Vychází 4x ročně.
- ▼ Články z českých i zahraničních řek, reportáže z vodáckých akcí.
- ▼ Rozhovory, rady k vybavení, praktické informace.
- ▼ Kalendář vodáckých akcí, recenze vodáckého vybavení, adresáře vodáckých půjčoven a obchodů.

[www.Padler.cz](http://www.Padler.cz)



# Bud'te za vodou

## Jak zahnat žízeň na cestách?

**Bez jídla vydrží cestovatel i několik týdnů. Bez vody ale jenom několik málo dní. Získávání pitné vody je na výpravách a expedicích pravidelnou, nutnou, a někdy i fyzicky či časově náročnou činností. Jak si tedy zajistit pitnou vodu na cestách?**

Nejjednodušší způsob je samozřejmě získávat vodu, kterou je možné bez rizika přímo konzumovat. Zvláště v exotických destinacích ale bývá voda často kontaminovaná a může cestovatelům připravit nepříjemné chvíle. Velká část onemocnění na cestách má původ právě ve špatné vodě. Pití z vodovodního kohoutku ve většině exotických a rozvojových zemí je tedy přímo hazard a žádný zkušený cestovatel vám ho nedoporučí.

Nejčastějším onemocněním, způsobeným pitím závadné vody, jsou nepříjemné průjemy, které můžou být i infekční. Způsobují je patogenní organismy, mezi něž patří bakterie, viry nebo prvoci. V tom horším případě si můžete z exotické dovolené přivést i nemoci jako cholera, břišní tyfus, úplavici, salmonelózu, různé typy žloutenky a jiné.

Další nebezpečí pak navíc představují těžké kovy a chemikálie. Pozor dávejte také na zakalenou vodu – nerozpuštěné částice sice často nejsou zdravotně závadné, zanáší ale mechanické filtry, které pak vodu nedokážou spolehlivě dezinfikovat.

Možnosti, jak vodu před pitím upravovat, jsou tři: převařováním, dezinfekcí a různými způsoby filtrace. Samostatnou kapitolou získávání vody v divočině je kondenzace, lisování dřevin, rostlin, apod., které pro tentokrát necháme příručce na přežití.

### 1. Převařování

I když tahle metoda patří k těm nejučinnějším, kvůli časové a energetické náročnosti není příliš vhodná pro každodenní používání. Patogeny obsažené ve vodě mají různou

odolnost, pro jejich zneškodnění je proto potřeba vodu nechat vařit dostatečně dlouhou dobu. V nižších nadmořských výškách se doporučuje nechat vodu vařit minimálně 10 minut při teplotě varu 100 °C.

Se stoupající výškou je potřeba uvedený čas prodlužovat, protože bod varu v závislosti na nižší tlaku vzduchu klesá. Například v nadmořské 5000 m voda začíná vřít při 86,5 °C. Aby se spolehlivě zahubily všechny patogenní látky, musíme vodu vařit třeba i 20 minut.

**Výhody:** Jedná se o velmi levný a snadný způsob filtrace. Stačí vám ešus, oheň či vařič.

**Nevýhody:** Převařením se z vody neodstraní zákal ani chemické látky. S rozděláváním ohně můžou být problémy nebo platí jeho úplný zákaz.

### 2. Tablety a chemické prostředky

Tablety stále patří do vybavy speciálních jednotek, dobrodruhů nebo cestovatelů, kteří je s sebou nosí jako záložní řešení pro případ nouze. K nevhodnějším látkám pro úpravu vody při cestování patří chlor, jod, stříbro nebo jejich kombinace.



Nejrozšířenější přípravky pro chemickou dezinfekci vody jsou McNett – AquaVentura, kapky pro úpravu pitné vody na bázi oxidu chloričitého (ClO<sub>2</sub>) Aquamira, tablety Katadyn Micropur Forte MF 1T pro dezinfekci čiré vody nebo Sanosil DDW.

☑ **Příkladem chemické úpravy vody jsou kapky AquaVentura.**



**Výhody:** Relativně nízká pořizovací cena.

**Nevýhody:** Úprava vody tabletami nebo roztoky zpravidla zabere delší čas (i několik hodin). Chemickou úpravou se z vody neodstraní zákal, takže je nutné ji předem přefiltrovat, a některé tablety zanechávají ve vodě nepříjemnou pachut. Při pravidelném používání může navíc litr získané pitné vody pomoci vyjít drah než jiné způsoby filtrace.

### 3. Filtrace

Voda v mechanické filtraci prochází zpravidla čistitelným keramickým (před)filtrem, dále vysoce účinným filtrem ze skelných vláken a u některých vyspělejších filtrací i kolonou s aktivním uhlíkem, zlepšující chut vody. Některé filtry vyžadují pumpování a dosahují rychlosti filtrace až dva litry za minutu. U dalších typů je možné generovat dostatečný podtlak potřebný k průchodu vody filtry pouze ústy nebo gravitací (gravitační filtry).

K odstranění běžných druhů bakterií z vody je nezbytný mikrofiltr s velikostí pórů menší než 0,3 mikronu. Mikrofiltry jsou schopny mechanicky odstranit bakterie a prvoky, zatímco chemické procesy mikroby zabíjejí, ale neodstraňují je z vody.

Nejrozšířenější typy na trhu jsou produkty LifeStraw, Katadyn Vario, Hiker Pro, Care Plus nebo Sawyer, které filtrují vodu snadno a rychle. Nepotřebují žádné napájení, baterie či náhradní díly a během své životnosti přefiltrují minimálně 1000 litrů vody. ☑



☑ **LifeStraw filtrace je ideální na hiking, backpacking, cestování i jako nouzová záloha pro získávání pitné vody v divočině.**



### KESTREL a KYTE

Pánský batoh Kestrel je univerzální trekingový batoh, který dle zvoleného objemu dobře poslouží během jednodenních výletů i na vícedenním trekku. Batoh Kyte je zejména v nosné části konstrukčně uzpůsobený anatomii ženského těla. Za horkého počasí oceníte výborně prodyšný zádový systém AirScape™ s nastavitelnou délkou zad. Bederní pás zajišťuje podporu a pohodlí i při nošení těžších nákladů. Uživatelsky velmi jednoduchý a rychlý je Stow-on-the-Go System™ na uchycení trekových holí. Kromě klasického horního vstupu batohy navíc nabízí boční přístup do hlavní komory uzavíratelný zipem. Integrovaná pláštěnka. Batohy jsou kompatibilní s vodním vakem.

Batohy lze zakoupit v objemech 28, 38, 48, 58 a 68 l Kestrel respektive 36, 46 nebo 66 l Kyte v prodejnách a na webu [rockpoint.cz](http://rockpoint.cz)



Filtrace Sawyer SP 128 Mini Filter zvládne dokonce 378 000 litrů a její filtr se dá připojit rovnou na klasickou PET láhev, vak na vodu nebo můžete pomocí brčka pít rovnou z louže. Mini zvládne přefiltrovat asi 1,6 litru za minutu. Filtraci LifeStraw můžete použít pro

➤ Filtrace využívající ultrafialové (UV) paprsky je stále populárnější.



pít vody přímo z otevřeného vodního zdroje, jako je například jezero, řeka nebo rybník. Filtrační vlákna o velikosti 0,2 mikronu (500x menší než průměr lidského vlasu) odstraní 99,9999 % bakterií. Dostupný je jako expediční, velkokapacitní nebo osobní filtr.

**Výhody:** Okamžité použití a velký objem přefiltrované vody. Nezávislost na elektrické nebo mechanickém pohonu.

**Nevýhody:** Filtry je nutné čistit nebo měnit a nesmí zmrazovat, když je uvnitř voda, protože by se tím porušila filtrační membrána.

#### 4. UV Filtrace

Nejnovějším a stále populárnějším způsobem získávání pitné vody je UV filtrace SteriPEN. Tento způsob filtrace v boji s bakteriemi, viry a prvoky využívá ultrafialové (UV) paprsky. Výtečným společníkem na cesty může být Steripen Ultra, který je vybaven OLED displejem, Li-Ion baterií a dobíjením přes micro-USB kabel (je součástí balení) s životností lampy 8000 cyklů a hmotností pouhých 140 g (včetně baterií). Steripen nabízí i čističe, které nejsou závislé na elektrické energii, avšak musíte točit klikou. Jde například o model SteriPen Sidewinder.

#### ! MĚJTE NA PAMĚTI!

- Nedávejte si nápoje s ledem, nejezte nebalenou zmrzlinu.
- Syrovou zeleninu a ovoce konzumujte omyté pouze nezávadnou vodou. Ideální jsou plody se slupkou, kterou vyhodíte.
- V exotických zemích pijte nejlépe průmyslově balenou vodu. Důkladně si zkontrolujte víčko.
- Doba globální: Nakupujte balenou vodu nejlépe v prověřených řetězcích.
- Voda, kterou pijí místní, vám nemusí udělat dobře.
- Pro intimní hygienu včetně čištění zubů používejte nezávadnou vodu.
- Ani koupání v řekách a jezerech nemusí zůstat bez následků. Na našich přehradách máme sinice, v exotických destinacích do vás mohou vlézt tělesnými otvory či kůží i dravější zvířátka.

SteriPEN je určený pro opticky čistou vodu bez zákalu, protože sediment zabraňuje průchodu UV záření. Pro tento účel dodává SteriPEN filtr hrubých nečistot. Pokud bychom ale plánovali po dobu pobytu v přírodě pít jen velmi znečištěnou vodu z kaluží, pak bychom volili raději keramický filtr.

**Výhody:** Kompaktní rozměry a snadné použití tento přístroj předurčuje pro expedice a treky do přírody, ale také na cesty za exotikou, a to i přesto, že využíváte hotelů nebo vodovodní sítě.

**Nevýhody:** Závislost na bateriích. Neodstraňuje hrubé nečistoty a kaly.

#### Na závěr

- Tablety či kapky jsou ideální pro nárazové nebo občasné použití. Jde o vhodný doplněk cestovatelských lékárniček.
- Užítí UV lampy SteriPEN je vhodná filtrace pro pravidelné vodáky, účastníky expedic nebo cestovatele.
- V případě zakalené vody jsou vhodné mechanické filtry.

www.var.cz





## NOVINKY A ZAJÍMAVOSTI v outdoorové výbavě

### Keen Madeira Trail

#### Dlouhověké pohorky z nubuku

Novinka od Keen nadchne všechny milovníky kvalitního a pohodlného obutí. Svršek boty, ušitý z voděodolné nubukové kůže, je spojený s podešví technologií přímého vstříkování, která zajišťují dlouhou životnost. Podešev ze dvou směsí gumy různé tvrdosti a odpružení paty zaručuje dokonalý komfort a bezpečný pohyb v náročnějším terénu. Dostupné v dámské i pánské verzi.

Infocena: 4599 Kč  
[www.RockPoint.cz](http://www.RockPoint.cz)



### Salomon Nebula Stretch 2.5L Jacket

#### Pohodlí a ochrana proti nepřízni počasí

Střečový materiál a stříh MotionFit činí z bundy Nebula Stretch Jacket skvělý kousek vybavení na širokou škálu aktivit a do různého počasí. Voděodolný materiál je opatřen vnitřním potiskem, který pomáhá zachytávat vlhkost a vysušuje ji. Boční lemy se zipy se dají rozepnout, čímž umožňují maximální odvětrávání, zejména v oblasti trupu.

Infocena: 5490 Kč  
[www.salomon.cz](http://www.salomon.cz)



### Sensor Merino Wool Performance Tee

#### Pánské sportovní triko ze 100% merina

Triko volnějšího střihu, vhodné na sport, turistiku i běžné nošení, je vyrobeno českýma ručičkami pěkně u nás doma, v ČR, z nejkvalitnější novozélandské merino vlny. Je velmi příjemné na těle, absorbuje a odvádí vlhkost od těla a hřeje, i když je vlhké. Materiál, odolný vůči zápachu, má antibakteriální vlastnosti a je vyrobený z obnovitelných zdrojů, a tudíž šetrný k přírodě.

Infocena: 1185 Kč  
[www.sensor.cz](http://www.sensor.cz)



### adidas Terrex Swift R GTX W

#### Dámská outdoorová obuv pro rychlé túry

Voděodolná obuv do terénu adidas Terrex Swift ve speciální verzi pro ženy. Prodyšná membrána Gore-Tex udržuje chodidlo vždy v suchu. Podešev Traxion pevně přilne i ke kluzkému povrchu. Technologie odpružení paty Adiprene zajišťuje extra měkký došlap a respektuje stavbu ženského chodidla. Terrex Swift vám poskytne maximální funkčnost a pohodlí.

Infocena: 3499 Kč  
[www.adidas.cz](http://www.adidas.cz)



### Loap Phinex 15l

#### Batoh pro vaše cyklotoulky

Batoh ocení zejména milovníci cyklistiky, hodí se ale i pro běžnou turistiku. Při aktivním pohybu poslouží především kvalitně odvětrávaný zádový systém AVS a anatomicky tvarované ramenní popruhy. Do batohu se dá umístit hydrovak, přední a boční kapsy z neoprenu nabízejí dodatečný prostor. Nechybí reflexní prvky, kompresní popruhy ani bederní a hrudní pás.

Infocena: 1299 Kč  
[www.loap.cz](http://www.loap.cz)



### Leki Micro Vario Ti System

#### Skládací trekkingové hole pro stabilitu v terénu

Hole Leki Micro Vario Ti System díky madlům Aergon padnou skvěle do dlaně a mechanismus uvolnění Push-Button Release umožňuje bleskrychlé rozložení a složení. Jejich přepravní velikost je pouhých 38 cm, takže je snadno sbalíte do batohu na cesty nebo do příručního zavazadla. Vylepšená technologie Speed Lock 2 vám umožní extrémně rychlé nastavení a upevnění za každého počasí.

Infocena: 3990 Kč  
[www.leki.cz](http://www.leki.cz)





# SLAVÍME 50 LET



V outdoorovém průmyslu jsme od roku 1966. Během těchto 50-ti let jsme nikdy nepřestali naše produkty zlepšovat. Investujeme velmi mnoho času a energie do vývoje nových a dokonalejších produktů. Díky tomuto úsilí tak můžeme hrdě říci, že patříme mezi světovou špičku v oboru.



Jsme tu jak pro ty, kteří se rozhodli čelit nejtěžším výzvám světa, tak zároveň i pro víkendové dobrodruhy či rodiny s dětmi v kempech. V posledních letech jsme se stali tahounem trhu v oblasti rodinných stanů a stanových přístaveb s nafukovací konstrukcí.

## HISTORIE ZNAČKY

- 1966 **ZALOŽENÉ V ZÁPADNÍM SKOTSKU**  
Vango je přesmyčkou názvu čtvrti Govan v Glasgow, kde celá produkce začala.
- 1967 **VANGO PŘEDSTAVUJE 10 KLASICKÝCH STANŮ**  
Vango, jako jeden z prvních, přichází s dvouplášťovým stanem A-čkové konstrukce.
- 1984 **VANGO PŘEDSTAVUJE MUMMY SPACÍ PYTLE**  
Vango jako první na britském trhu přináší spací pytle „MUMMY“ konstrukce.
- 1989 **VANGO RODINNÉ STANY**  
Vango představuje první kolekci rodinných stanů.
- 1993 **TBS – REVOLUČNÍ PATENTOVANÝ SYSTÉM**  
Vango vyvinulo revoluční kotvicí systém TBS, který dokáže, díky zavětrování tunelového stanu do trojúhelníku, stan výrazně zpevnit a učinit jej tak velmi odolným i v těch nejsilnějších bouřích.
- 1996 **ZAVEDENÍ Pro-Tex® MATERIÁLU**  
Pro-Tex®, který Vango vyvinulo, se vyznačuje zejména vysokou nepromokavostí, pevností a lehkostí. Dále pak dokáže lépe udržet ve stanu chlad v létě a teplo v zimě.
- 2004 **GOTICKÁ KLENBA**  
Vango, jako jeden z prvních, přichází s gotickou klenbou. Tato konstrukce zvyšuje stabilitu stanu, pomáhá lepšímu odtoku vody či sněhu z povrchu stanu a zvětšuje vnitřní prostor stanu.
- 2011 **VANGO AIRBEAM**  
Vango přichází s řadou nafukovacích stanů AirBeam®, které je možné postavit velmi rychle a bez použití stanových tyček.
- 2015 **VANGO SOLIS**  
Vango ve spolupráci s distributory vyvinulo řadu stanů pro trekking v teplém počasí.
- 2016 **50. LET**  
Tento rok Vango slaví 50 let.



**Letos je tomu 50 let, co firma Vango vstoupila na trh outdoorového a kempinkového vybavení. Za tu dobu jejich stany, spacáky i další vybavení doprovázely milovníky outdooru od rodinných dovolených až po himálajské expedice. Jak vypadal příběh skotské rodinné firmy, která dokázala prorazit i mimo hranice britských ostrovů?**

Nelze pochybovat, že vybavení od Vango ví, jak vypadá špatné počasí. Vždyť pochází ze Skotské vysočiny, kde jsou vítr, déšť a sychravo synonymem letního počasí. Ačkoli kořeny firmy sahají na konec 19. století, současná firma datuje svůj vznik do roku 1966, kdy se tehdejší majitel Alastair Moodie rozhodl změnit původní krkolomné skotské jméno na Vango.

### Legendární oranžové áčko

Kultovní výrobek, s nímž bylo jméno firmy spojeno po další desetiletí, představila firma hned rok po svém vzniku. Legendární oranžový stan Vango Force Ten, pojmenovaný podle síly vichřice stupně 10, kterou měl údajně přestát, jako jeden z prvních použil dvouplášťovou áčkovou konstrukci.

Stany Vango Force Ten doprovázely v 70. a 80. letech mnohé britské expedice pionýrů himálajského lezení. Tou nejvýznamnější byla expedice jihozápadní stěnou Mt. Everestu, vedená Chrisem Boningtonem v roce 1975. Průlomový výstup pro celé himálajské horolezectví cestou The Hard Way (těžká cesta) se podařil dvěma členům expedice – Dougu Scottovi a Dougalu Hastonovi. „Vango Force Ten Mark 5 jsme používali během nástupu a v prvním a druhém výškovém táboře na expedicích v roce 1972 a 1975. Na obou nám věrně a spolehlivě sloužily,“ zaznělo z Boningtonových úst na adresu stanů Vango.

### Na špičce inovací

Další dvě dekády se nesly ve znamení inovace a rozvoje nových produktů. První vlašťovkou bylo v roce 1984 uvedení spacáku Quattro ve tvaru mumie, který znamenal průlom na britské spacákové scéně.

Počátek patnáctileté spolupráce firmy Vango s Novozélandanem Aarnem Tatem



# Půl století pod širým nebem

pak znamenal nástup éry inovací, které se brzy staly na outdoorovém trhu normou. Jednou z nich byl i stabilizační mechanismus TBS (Tension Band System), který stanům zajistil odolnost i proti nárazovým větrům. „Na konci 80. let jsme začali spolupracovat s Aarnem Tatem, v současnosti jedním z předních světových vývojářů outdoorového vybavení. Strávili jsme mnoho hodin venku na kopcích vývojem systému TBS, který se stal naší zásadní inovací 90. let,“ poodhalil oponu úspěchu syn zakladatele firmy Alastair Moodie junior.

### Stany s pumpičkou

Strategickým krokem na přelomu tisíciletí bylo rozšíření nabídky rodinných stanů, jejichž dlouhodobý růst prodeje dovedl firmu až do současné pozice. Na počátku jednadvacátého století společnost Vango začala spolupracovat také s organizací Shelterbox, zajišťující pomoc při živelních katastrofách. Za posledních 10 let organizace pomohla více než milionu lidí v nouzi a stany Vango byly u toho.



Nejzásadnější inovace posledních pěti let se odehrály zejména na poli nafukovacích stanů. Technologie Vango AirBeam, která nahradila tradiční tyče, prošla dvanáctiletým vývojem a přinesla zjednodušení, a hlavně zrychlení při stavbě stanu. Další čerstvou novinkou v sortimentu Vango jsou stanové přístavby AirAway pro karavany s nafukovací konstrukcí. Úspěch výbavy pro rodinné kempování a doplňků pro karavany předznamenává další rozšíření nabídky produktů značky Vango.

Díky neustálé snaze o zlepšení a inovaci firma Vango letos může oslavit nejen půlstoletí svého fungování, ale také vykoučení do dalších úspěšných let své existence pod širým nebem.



### Jak testujeme?

Recenze a testy Světa outdooru jsou nezávislé. Testující si stojí za tím, co napíše. Je si vědom, že se do něj opírou čtenáři, např. v komentářích na webu. Žádným způsobem si nelze koupit kladný výsledek testu či recenze. Výrobky hodnotíme z pohledu uživatele a s ohledem na jeho doporučené použití; naopak nehodnotíme cenu. Recenze jsou subjektivním názorem autora.

### Kdo testuje?

Tým pravidelných i příležitostných testerů vede horský vůdce Vojtěch Dvořák. Na recenzích se podílí řada špičkových horolezců, ultraběžců, skialpinistů a horských vůdců.

**Celé znění recenzí a další informace o outdoorovém vybavení najdete na [www.SvetOutdooru.cz](http://www.SvetOutdooru.cz).**

# Recenze Světa outdooru

#### Rychlá fakta

Hmotnost: 1600 g

Počet komor: 2

Objem: 45 – 55 l

Vstup: Vrchní, spodní, přední

Nosnost: 15 – 20 kg

Integrovaná pláštěnka: ano

Dodává: SPORT prima

Infocena: 4390 Kč

Více info na: [www.eshop.lowealpine.cz](http://www.eshop.lowealpine.cz)

Tester: Pavel Krupka

#### Zaujalo nás

velmi dobře odvětráný batoh

regulace výšky zad pro malou i velkou postavu

netradiční upevnění hrotů hůlek směrem dolů

## Lowe Alpine AirZone Trek+ 45:55

### Nadání pro větrání

Nový model trekového pánského batohu najde univerzální využití při outdoorových výpravách. Batoh z pevného ripstop nylonu má nastavitelný zádový systém, odvětrávaný síťovanými zády, a přizpůsobivý bederní pás s Adaptive Fit technologií se dvěma strečovými kapsičkami. Vnitřní komory jsou odděleny odnímatelnou přepážkou na zip, na zip má batoh také spodní a přední vstup na zip. Výbornou funkčnost batohu dodává praktické provedení detailů, jako je kapsa a vývod na hydrovak, strečové boční kapsy, integrovaná pláštěnka, uchycení na trekové hole či cepíny, karabina na klíče nebo kapsa na telefon nebo GPS na ramenním popruhu.



## Osprey Kyte 36

### Ideální partner pro ženy

Lehký trekový batoh je plně přizpůsobený ženské postavě. Zádový systém AirScape výborně větrá a díky nastavitelné délce zad batoh dobře sedí. Pevné ramenní popruhy se dají seřadit pomocí horních balančních dotahů a z ramen nesjíždějí díky hrudnímu popruhu s pišťalkou. Široký bederní pás se dvěma kapsami je upevněn kvalitní sponou. Komory jsou odděleny odepínatelnou přepážkou, ta dolní je přístupná i spodním vstupem na zip. Nechybí ani praktické vychytávky, jako je kapsa na hydrovak, spodní popruhy na uchycení karamatky, poutko na cepín, integrovaná pláštěnka, přední a boční síťované kapsy nebo systém pro uchycení holí za chůze.



#### Rychlá fakta

Hmotnost: 1450 g

Počet komor: 2

Objem: 36 l

Vstup: vrchní a spodní

Integrovaná pláštěnka: ano

Infocena: 3999 Kč

Určeno pro ženy: ano

Dodává: Rock Point

Více info na: [www.rockpoint.cz](http://www.rockpoint.cz)

Tester: Hanka Starostová

#### Zaujalo nás

perfektně sedí na ženskou postavu

výběr z tří barev

umístění hydrovaků



**Rychlá fakta**

Materiál: kůže - Nubuk

Váha: 450 g (vel. UK 8)

Podešev: Contagrip

Stélka: Ortholite

Membrána: Gore-Tex

Dodává: Salomon

Infocena: 3990 Kč

Více info na: [www.salomon.cz](http://www.salomon.cz)Tester: Michal Kroužel,  
šéfredaktor Pohora.cz**Zaujalo nás**

perfektní stabilita

přizpůsobivé šněrování

pěkný design

## Salomon X-Alp LTR GTX

### Skálopevná nízká bota

I když je Salomon X-Alp LTR GTX nízká bota, je neuvěřitelně stabilní. Ať už je to díky stélce Ortholite, která je na svých okrajích vyvýšená a vytváří pěnový lem – noha je tak lépe semknutá, anebo díky přizpůsobivému nastavení šněrování, které lze upravit podle výšky vašeho nártu. Podešev Contagrip plynule přechází v gumu vyztuženou špičku i patu. Feraty a chození po členitém horském terénu botě rozhodně problémy nedělají. Svršek je z kvalitního nubuku a nechybí ani membrána Gore-Tex. Oranžová barva zaujme nejen majitele, ale i kolemjdoucí.



## adidas XT Boost

### Bota, která si poradí v technicky náročném terénu



Na konci roku 2015 uvedl adidas na trh inovovaný model krosové závodní boty XT pod názvem XT boost. Přechozí model XT5 už měl vychytané všechny důležité prvky, které z něj udělaly jednu z top krosových bot na trhu. O to víc mě překvapilo, že se bota na první pohled úplně změnila. Přibyla boost pěna a „ponožka“, sloužící jako stabilizační prvek a ochrana nohy před zapadajícími kamínky a sněhem. Po důkladném testování musím říct, že adidas XT řada udělala další krůček nahoru a drží si status špičkového dodavatele terénních bot. Tento model je pro mě jasná jednička pro terénní závody na všechny distance.

**Rychlá fakta**

Hmotnost: 266 g (vel. UK 8,5)

Tlumení: Boost™

Podešev: Traxion™

Dodává: adidas

Infocena: 3799 Kč

Více info na [www.adidas.cz/outdoor](http://www.adidas.cz/outdoor)

Tester: Pavel Brýdl, reprezentant ve skyrunningu. Druhé místo MČR ve skymaratonu (2014, 2015).

**Detailní recenze na**  
[www.SvetBehu.cz/bezecke-vybaveni](http://www.SvetBehu.cz/bezecke-vybaveni)

**Zaujalo nás**

ochranná „ponožka“

boost systém i pro krosové boty

dynamika odrazu

**Rychlá fakta**

Materiál: kůže

Hmotnost: 465 g (vel. 8 UK)

Tlumení: EVA

Podešev: Vibram SuperTrek

Dodává: Rock Point

Infocena: 3499 Kč

Více info na [www.rockpoint.cz](http://www.rockpoint.cz)

Tester: Vojtěch Dvořák, šéf testovacího týmu a horský vůdce

**Detailní recenze na**  
[www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)

**Zaujalo nás**

šněrování až do špičky

tuhost boty

dobré tlumení

## Garmont Dragontail LT

### Nízká bota pro vysoké cíle

Poctivá kožená bota zajistí jistý pohyb i v náročném terénu a díky odpružení zvládně pohodlně i dlouhé nástupy či lehké túry. Výborně se hodí na feraty – lezecká špička a dostatečně tuhá podešev dovoluje dlouhodobější stání i na menších stupech nebo na kramlích zajištěných cest. Vysoká gumová obsázka navíc chrání botu a pomáhá při lezení spár. Kvalitní Vibram podešev s drobným vzorkem se snadněji zanášá, ale přesto výborně drží při lezení i na tření. Šněrování až do špičky bot je spojeno pomocí popruhu přes patu, kterou tak výborně fixuje. Poutko umožňuje zavěšení bot na sedák či batoh.





## Vaude Badile II

### Ekologické, elastické a větruodolné kalhoty



Lehké a celostřečové softshellové kalhoty jsou určeny především na trekking a horskou turistiku. Kromě Cordury jsou na vnitřní straně nohavic vyrobeny z materiálu Wind-proof 80 podle zásad bluesign ekologicky šetrným přístupem. Na povrchovou úpravu tkaniny je navíc použita Eco Finish technologie bez použití fluorocarbonu (PFC-free), která vytváří na kalhotách DWR (water repellent) vrstvu. Boční ventilace na stehnech solidně větrá. Na pravém stehně je sonicky navářená velká plochá kapsa s YKK zipem. Nohavice mají předtvarovaná kolena a jsou opatřeny zipy YKK s vloženými klíny a důmyslným stahováním na pružnou tkanici se samosvorkou a dlouhými tunýlky.

#### Rychlá fakta

Materiál: 88% Polyamid, 12% Elastan, Windproof 80, Cordura
Hmotnost: 455 g
Počet kapes: 4
Infocena: 4090 Kč
Dodává: Vaude
Více info na: <a href="http://www.VaudeCZ.cz">www.VaudeCZ.cz</a>
Tester: Vojtěch Dvořák

#### Zaujalo nás

nápadité stahování nohavic  
design a použité technologie  
ventilace a integrovaný opasek

#### Rychlá fakta

Materiál: FlexAble (93% polyamid, 7% elastan)
Váha: 210 g (vel. M)
Počet kapes: 4
Opasek: integrovaný, nastavitelný
Dodává: Rock Point
Infocena: 1999 Kč (základní klub 1399 Kč)
Více info na: <a href="http://www.rockpoint.cz">www.rockpoint.cz</a>
Tester: Natálie Šírová

Detailní recenze na  
[www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)

#### Zaujalo nás

velká volnost pohybu  
zip schovaný v pravé kapse  
ergonomický střih

## Haglöfs Amfibie II Long Shorts

### Střečové multisportovní kraťasy

Lehké sportovní kraťasy v prodloužené délce od švédské značky Haglöfs se díky střečovému, rychleschnoucímu a vysoce prodyšnému materiálu výborně hodí pro letní cestování a volný čas. Ergonomický střih a vložený díl látky v oblasti rozkroku zajišťují velkou volnost pohybu. Čtyři kapsy – jedna zadní na zip – pojmu nezbytnosti během výprav do přírody. Další vychytené detaily jako integrovaný nastavitelný pásek, zip ukrytý v pravé přední kapse a tvarovaná kolena zvyšují komfort nošení a doplňují designově povedený vzhled. Sympatické je také to, že kraťasy jsou vyrobeny ekologicky šetrným přístupem.



## Marmot Scree Pants

### Celoroční softshellové kalhoty

Kalhoty Marmot Scree jsou ušity z nemembránového softshellu M3, což je lehký, pružný, mimořádně hustě šitý materiál, který je vodoodpudivý, větru odolný a zároveň vysoce prodyšný. Zdá se být také poměrně odolný proti oděru. Pružnost materiálu a volnější střih nebrání pohybu ani v extrémním rozsahu. Kalhoty jsou tak vhodné i pro náročnější aktivity jako jsou lezení, VHT nebo feraty. Oceňují možnost zúžení nohavic v oblasti kotníků pomocí zipů. Praktická je kapsa na pravém stehně, přístupná i s nasazeným sedákem. Jde o veskrze univerzální kalhoty, celoročně využitelné pro nejrůznější outdoorové aktivity.

#### Rychlá fakta

Materiál: Softshell M3 (nylon 90%, elastan 10%)
Hmotnost: 491 g
Dodává: Martin Rak
Infocena: 2690 Kč
Více info na: <a href="http://www.marmot.de">www.marmot.de</a>
Tester: Ondřej Müller

Detailní recenze na  
[www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)

#### Zaujalo nás

univerzální použití  
lehký, pružný, ale odolný materiál  
regulace nohavic zipy u kotníků





#### Rychlá fakta

Praní a péče (lahve): balení po 500 ml  
 Impregnace (sprej): obsah 250 ml  
 Dodává: MS Distribution  
 Infocena: od 269 Kč  
 Více info na: [www.feldten.eu](http://www.feldten.eu)  
 Tester: Vojtěch Dvořák

Detailní recenze na [www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)

#### Zaujalo nás

jednoduchá aplikace  
 odměrka u každého balení  
 integrovaný rozprašovač ve víčku u impregnací

## Feldten

### Aby věci víc vydržely

Německá značka Feldten s víc než 130letou tradicí se teď dostává mezi české outdoorové nadšence, kteří chtějí pečovat o svoje vybavení. Feldten nabízí kompletní řadu prostředků pro udržování outdoorového oblečení, a to i z přírodních materiálů jako je vlna, peří, kůže nebo voskované tkaniny. Zvládá šetrné ošetření i „texových“ a funkčních materiálů, včetně těch izolačních. Pere i impregnuje. Po vyprání v Textile-Wash prostředku oblečení dlouhodobě voní i během zátěže a používání, a to i syntetické materiály. Impregnace během testu vykazovala zlepšení vlastností u třetí vrstvy oblečení. Prací prostředky vyžadují aplikaci různého množství podle tvrdosti vody.



## Spodní prádlo Sensor Stella

### Jistota a sebevědomí pro dámy

Myslíte si, že ve sportovním funkčním prádle nemůžete mít sexy postavu? Tak to se pletete. Spodní prádlo Sensor Stella zajišťuje pohodlí a díky anatomickému střihu zároveň vytváření postavy. Příjemný materiál Carezza Soft se díky elastické složce „Highclo spandex“ přizpůsobí křivkám a při sportovních aktivitách o prádle ani nevíte. Materiál z mikrovláken je lehký, vzdušný a přitom pevný a kvalitní. Velká prodyšnost zajišťuje rychlý odvod potu, propocené prádlo nestudí a rychle schne. Širší sportovní ramínka podprsenky, tvořící na zádech písmeno X, jsou výbornou oporou i pro majitelky většího poprsí.

#### Rychlá fakta

Materiál: Carezza Soft  
 Barevné varianty: bílá, černá  
 Dostupné velikosti: S, M, L a XL  
 Dodává: Sensor  
 Infocena: 898 Kč  
 Více info na [www.sensor.cz](http://www.sensor.cz)  
 Testerka: Petra Královcová

Detailní recenze na [www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)

#### Zaujalo nás

pěkný střih prádla  
 dokonalé zpevnění postavy  
 výroba v České republice



HANNAH.CZ



## COVERT 3.

Prostorný stan pro 3 osoby disponuje dvěma protilehlými vchody a 2 předsněmi. Tříprutová duralová konstrukce zajišťuje stabilitu stanu, tropiko se k vnějšímu stanu uchyťává pomocí vypínacích spon ITW. Celorozezpínací dveře do ložnice jsou sbalitelné do boční kapsy a částečně odvětrané. Hmotnost stanu 3,3 kg. Vodní sloupec tropika 4 000 mm. Stan nabízíme i v menší variantě pro 2 osoby (COVERT 2).

**HANNAH**  
 outdoor equipment



# Suunto Ambit 3 Vertical lime (HR)

## Přímá cesta k vrcholu



Hodinky na první pohled zaujmou svou výraznou barvou, která podtrhuje jejich sportovní zaměření. K dispozici jsou čtyři základní barevné varianty, černá, bílá, modrá a limetkově zelená. Oproti verzi Peak výrobce integroval GPS anténu do těla hodinek a přidal vibrační motorek. Monochromatický displej je dostatečně jemný, kontrastní a dobře čitelný i na přímém slunečním světle. Pásek mě překvapil svou měkkostí i pohodlností.

### Ovládání a funkce

K ovládání slouží pětice tlačítek – dvě na levé straně a tři na straně pravé, které reagují na krátké, nebo dlouhé stisknutí. Menu aktivity zahrnuje položky cvičení s přednastavenými sporty, včetně kombinovaných jako je triatlón. Hodinky umožňují nastavení osobních údajů jako výška, váha, pohlaví, věk a maximální tepovou frekvenci pro měření aktivity a výkonu. V menu lze také ručně zadat nadmořskou výšku a seřadit tak integrovaný barometr.

### Konektivita

Příjemně mě potěšila možnost zobrazovat notifikace z telefonu v hodinkách. Automaticky také probíhá měření denní aktivity pomocí akcelerometru, to slouží k výpočtu spálených kalorií a zobrazuje se v grafu týdenní aktivity. Veškeré aktivity a nastavení se automaticky

synchronizují s účtem Movescount. Grafy pak najdete na stránkách movescount.com, který je propojený se všemi uživateli a funguje tedy i jako sociální síť, kde se můžete chlubit svými dosaženými výsledky, hecovat s přáteli nebo se inspirovat trasami od ostatních uživatelů. Dodávaný měřič tepové frekvence má interní paměť, tím pádem umí synchronizovat data i při plavání, kde nelze využít signál Bluetooth.

#### Rychlá fakta

Materiály: plast, silikon (pásek), minerální krystalické sklo (displej)

Hmotnost: 74 g

Typ displeje: monochrom LCD

Velikost displeje: kruhový průměr 3 cm

Rozlišení displeje: 128x128

Interní paměť: 250 POI

Doba provozu: 10 – 100 hodin

Anténa: integrovaná

Senzory: akcelerometr, výškoměr, chronograf, kompas, GPS

Druh baterie: vlastní akumulátor

Počet akumulátorů nebo baterií: 1

Rozměry: 50 × 50 × 15 mm

Voděodolnost: IPX-8

Teplotní limit: -20 až +60°C

Konektivita: Bluetooth smart, USB

Výbava: hrudní pás s měřičem tepové frekvence

Dodává: AMER sports

Infocena: 12 850 Kč

Více info na [www.suunto.cz](http://www.suunto.cz)

Tester: Karel Královec

### Osobní zkušenost

Hodinky jsem testoval při pravidelných výběžích a byl jsem velice spokojen. Spojení s hrudním pásem i fixace signálu GPS byla bleskurychlá, displej je přehledný a ihned vidím potřebné informace i při letmém pohledu. Při trailech bývá největší potíž s orientací, což skvěle řeší hodinky svou navigační funkcí, která mě naprosto nadchla.

Hodinky hodnotím jako velice povedený přístroj, který dokáže vyhovět potřebám profesionálního sportovce, nadšeného amatéra i příležitostného běžce, který chce zlepšit fyzickou kondici nebo jen zhubnout.

Hodinky mají solidní výdrž, při zapnutých notifikacích a několika aktivitách týdně je nebylo potřeba vůbec dobíjet, odhadem 14 dní vydrží bez problémů. Hodně mě zaujala možnost nastavení upozornění vibracemi, protože nemám rád, když mi hodinky neustále pípají. A notifikace z telefonu jsou velký posun vpřed.

#### Zaujalo nás

upozornění z mobilu

rychlá fixace polohy

velká výdrž





**Rychlá fakta**

Hmotnost: 935 g
Hmotnost náplně: 553 g
Velikost postavy: 183 cm
Materiál: Pertex Microligh 20d – 100 % nylon Ripstop
Náplň: Husí peří s úpravou down defender
Plnivost: 850 cuin
Teplotní rozsah: COM -2,4 °C / LIM -8,7 °C / EXT -27 °C
Kompresní obal: ano
Dodává: Marmot
Infocena: 9 999 Kč
Více info na: <a href="http://www.marmot.com">www.marmot.com</a>
Tester: Jan Beneš

**Zaujalo nás**

poměr nízké váhy a vysoké tepelné izolace ripstop úprava svrchního materiálu minimální úniky tepla

## Marmot Helium

### Opravdu lehký teplý spacák

Lehký péřový třísezonní spacák Marmot Helium díky anatomickému tvarování zaručuje kromě pohodlí i minimum tepelných ztrát. Plněný je husím peřím s úpravou down defender, která brání peří ve vlhnutí a nechává ho načechraným. Plnivost 850 cuin dává předpoklad teplého spacáku, který se výborně hodí do chladnějšího prostředí nebo pro zimomřivé povahy. Svrchní část spacáku z materiálu Pertex Microlight s úpravou Ripstop je odolná a v noci moc nešustí. Kapuce s technologií Nautilus obklopí vaši hlavu a zaručí teplo i ve větru, kdy vám do obvyčejných spacáků profukuje právě tudy.



## Cumulus Lite Line 300

### Třísezonní přerák vážící

### 662 gramů

Detailní recenze na [www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)



Lehký péřový spacák Lite Line od výrobce Cumulus kombinuje kvalitní materiály a pokročilou konstrukci komor. Základem je husí peří se špičkovou plnivostí 850 cuin a materiál Pertex Quantum použitý na vnější i vnitřní straně spacáku. Tkanina je mimořádně měkká a příjemná na dotek. Důležitou vlastností je také vysoká míra prodyšnosti, která umožní peří po vybalení spacáku se takřka okamžitě „nafouknout“ na svůj maximální loft. Na spacáku je použita trapézová (lichoběžníková) konstrukce komor. Co tedy říct závěrem? Snad jen to, že sympatická váha a malé rozměry téhle „duchny“ pro mě byly hodně návykové.

**Rychlá fakta**

Hmotnost: 662 g
Hmotnost náplně: 300 g
Velikost postavy: do 185 cm
Materiál: Pertex Quantum 35g/m <sup>2</sup>
Náplň: husí peří
Plnivost: 850+ cuin
Teplotní rozsah: COM 4 °C / LIM 0 °C / EXT -15 °C
Kompresní obal: ano
Dodává: Pod 7 kilo
Infocena: 5790 Kč
Více info na: <a href="http://www.pod7kilo.cz">www.pod7kilo.cz</a>
Tester: Jakub Havel

**Zaujalo nás**

špičkové materiály poměr hmotnosti a tepelné izolace zajímavá konstrukce komor

## Svět outdooru

VYBAVENÍ | TESTY | EXPEDICE  
OSOBNOSTI | CESTOVÁNÍ

Nejčtenější outdoorový časopis u nás.

Předplatné časopisu jen za 79 Kč

4 výtisky ročně + speciály Svět běhu a Lezecký svět

[www.SvetOutdooru.cz/predplatne](http://www.SvetOutdooru.cz/predplatne)



## Coleman CXS+ 300 R

### Čelovka, se kterou si dobře posvítíte



Tato čelovka od firmy Coleman mě příjemně překvapila. Dobře svítí v pěti režimech, má lehký a výkonný Li-ion akumulátor, a navíc i zajímavý vzhled. Na hlavu se připevňuje širokou pruženkou, což pro většinu činností stačí. Zaujaly mě možnosti přepínání světel jen pohybem ruky – KineSix a samočinné změny silného jasu světla při přiblížení se k překážce na slabší – Reax. Pět režimů světla má rozsah od nočního červeného, přes slabé jen 25 Lm (výdrž 55 h) a středně silné 100 Lm (výdrž 7 h) až po nejsilnější světlo 250 či 300 Lm (výdrž 3 a 2,5 h). Maximální dosvit je značný, udává se 40 až 70 m, měřeno podle amerického standardu ANSI FL1.

#### Zaujalo nás

pět režimů svícení  
zajímavý vzhled  
automatická změna silného jasu na slabší při přiblížení se k překážce

#### Rychlá fakta

Hmotnost: 93 g (včetně baterie)  
Rozměr: 6,8 × 3 × 4 cm  
Voděodolnost: IPX4, proti stříkající vodě  
Světelný zdroj: výkonná LED Cree  
Pád: z výšky 2m, norma ANSI  
Počet režimů světla: 5  
Akumulátor: Li-ion  
Nabíjení: USB 5V, 500 mA  
Sklopná hlava v 6 aretacích  
Dodává: Camping Gaz CS  
Infocena: 1999 Kč  
Více info na: [www.coleman.eu](http://www.coleman.eu)  
Tester: Pavel Krupka

#### Rychlá fakta

Hmotnost: 415 g  
Objem nádoby: 1 litr  
Uvedení 0,5 l vody k varu: 2 min 15 s  
Rozměry: 127 x 152 mm  
Dodává: Norská móda  
Infocena: 4599 Kč  
Více info na: [www.norskamoda.cz](http://www.norskamoda.cz)  
Tester: Michal Kroužel

Detailní recenze na  
[www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)

#### Zaujalo nás

efektivní a rychlé vaření  
kompaktní „vše v jednom“  
univerzální použití

## Jetboil MiniMo

### Bomba pro jedlíky

Vaňiče na vodu, které mají výměník tepla, a efektivně tak využívají teplo z plamene, nejsou žádnou novinkou. Jetboil má ale řadu přidaných hodnot. Svým tvarem je předurčený nejen na velmi rychlé vaření samotné vody, ale i na přímou přípravu jídel. Přičteme-li k tomu redukční tlakový ventil, piezoelektrický zapalovač, neoprenový obal, víčko na slévání těstovin, kalíšek na čaj a možnost vše, včetně kartuše, sbalit do jediného kompaktního balíku, máme tu bombu letošního léta.



## Real Turmat Arctic Field Ration

### Expediční grand restaurant



Balíček jídla pro expedice od norské firmy Real Turmat vás uspokojí nejen energeticky na celý jeden den, na své si totiž přijdou i vaše chuťové pohárky. Hlavní složkou balíčku je dehydratované jídlo, které je pomocí speciálního postupu suchého mražení usušeno tak, že téměř nic neváží a navíc výborně chutná. Stačí jen zalít horkou vodou a prakticky nepoznáte rozdíl oproti standardně připravenému jídlu. Dále v balíčku najdete dvě proteinové tyčinky, energy drink, rožinky, čokoládu, kávu, kakao a žvýkačku na čištění zubů.

#### Rychlá fakta

Energetická hodnota balíčku: 1200 – 1400 kcal  
Váha: 300 – 350 g  
Dodává: Norská móda  
Infocena: 460 Kč  
Více info na: [www.norskamoda.cz](http://www.norskamoda.cz)  
Tester: Michal Kroužel

Detailní recenze na  
[www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)

#### Zaujalo nás

1 balíček = 1 den  
výborné hlavní jídlo  
lehká a rychlá příprava



**Rychlá fakta**

Hmotnost sestavy: 754 g
Obsah sestavy: hrnec, 2x miska, 2x hrnek, 2x příbor, vaříč, kartuše, větrolam
Objem hrnce: 1,8 l
Rozměr sestavy: 150 x 163 x 150
Výkon vaříče: 2,99 kW / 10200 BTU - 2,57 kW / 8768 BTU
Palivo: směs PB
Dodává: Total Outdoor
Infocena: 1990 Kč
Více info na: <a href="http://www.gsioutdoors.cz">www.gsioutdoors.cz</a>
Tester: Pavel Krupka

**Zaujalo nás**

lehký skládací větrolam  
skladnost celé sady  
vše potřebné v jednom

## GSI Pinnacle dualist Complete

### Vše pro vaření ve dvou

U této jídelní sady s vaříčem pro dva je důležité to poslední slovo, kompletní! V jednom nepromokavém obalu tak najdeme hrnec s nepřilnavou teflonovou vrstvou, izolovaným skládacím držadlem a s BPA free plastovou pokličkou, sadu čtyř jídelních misek 500 ml, z toho dvě s izolační neoprenovou vrstvou a picí pokličkou, a přiloženy jsou i dvě skládací vidličko-lžičky. Účinný skládací větrolam se po rozložení nasadí na vaříč s kartuší, který má pro jeho připojení připravené zoubky. Vše včetně střední PB (220 g) kartuše se dá snadno složit do obalu, a máte tak kompletní systém pro vaření kdekoliv v přírodě.



## Sea to Summit X-series

### X-Matrhoška

Variabilní set skládacích nádobí zaujme velkou skladností. Hrnce (1,4 l a 2,8 l), pánve a konvičku z tepelně odolného a zdravotně nezávadného silikonu jde složit do plochého tvaru (jako harmonika), nesmí ale přijít do přímého kontaktu s ohněm. K tomu je určeno hliníkové dno. Praktická poklice umožňuje slít vodu pomocí děr, šikově řešená držadla slouží zároveň k upevnění poklice. Talíř a miska zároveň slouží jako prkénko, dno je tvořeno odolným plastem. Výrobky X-series je možné poskládat do sebe jako matrhošku a umístit do přepravního obalu. Je to úsporné řešení, šetříci váhu a místo v batohu nebo v lodi.

**Rychlá fakta**

Produkty série: 2x hrnec, pánev, konvička, talíř, miska, hrnek, panák
Set hrnec 1,4 l, miska, hrnek: 335 g
Set hrnec 2,8 l, 2x hrnek, 2x miska: 575 g
Dodává: Warmpeace
Infocena: podle velikosti setu
Více info na: <a href="http://www.warmpeace.cz">www.warmpeace.cz</a>
Tester: Petr Barna

**Detailní recenze na**  
[www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)

**Zaujalo nás**

skvělá přepravní velikost  
variabilita setu  
praktické detaily

**Hervis**  
SPORTS

STORE  
ONLINE  
MOBILE

**-21%**

MÍSTO 2799,-

**2199,-**

**KILIMANJARO**  
PLUS

**ORIA**

Pánská, dámská bunda // materiál:  
Powerstretchfleece, 87 % polyester, 13 % spandex



## Coleman Valdes 4 FastPitch Air

### Nafukovací rodinný stan



Po zakolíkování podlahy se snadno a rychle nahustily tři obloukové vzpěry, tvořící základ konstrukce. Tlakové ventily a hustilka s tlakoměrem pracovaly spolehlivě. Laminátové tyčky pak zpevnilly stříšku verandy a čelní dveře na panty. Po vypnutí kotvicích šňůr, zapnutí zipů u oken a moskytiér jsme vyzkoušeli výborně řešené zatemněné ložnice ve slunečním světle. Stavbu by po zacvičení mohl zvládat jeden člověk třeba s odrostlejším dítětem. Do předsiné se vejde stolec se 4 židlemi, na noc i 4 kola. Materiál stanu včetně podlahy působí odolně. U zipů jsem zvědav, jak vydrží dětské zacházení. V takovém stanu bych s rodinou vydržel na hezkém místě celé prázdniny.

#### Zaujalo nás

snadné stavění  
unikátní vchodové dveře na pantech Hinged Door  
tmavé ložnice Blackout Bedrooms™

#### Rychlá fakta

Hmotnost: 18,5 kg
Rozměr: 450 x 300 cm
Výška: 200 cm (190 cm ložnice)
Rozměr ložnice: 280 x 210 cm
Počet osob: 4
Celková plocha: 10,4 m <sup>2</sup>
Počet vchodů: 2
Rozměr po sbalení: 58x38x46 cm
Infocena: 21 999 Kč
Dodává: Camping Gaz CS
Více info na: <a href="http://www.coleman.eu">www.coleman.eu</a>
Tester: Pavel Krupka

#### Rychlá fakta

Hmotnost: 1,09 kg
Rozměry židle: 69 x 44 x 49 cm
Velikost po sbalení: 14 x 12 x 33 cm
Nosnost: < 145 kg
Výška sedu: 30 cm
Materiál trubky: HTS 6.5 mm Aluminium
Dodává: LEKI
Infocena: 2840 Kč
Více info na <a href="http://www.leki.cz">www.leki.cz</a>
Tester: Vojtěch Dvořák

Detailní recenze na [www.SvetOutdooru.cz/vybaveni](http://www.SvetOutdooru.cz/vybaveni)

#### Zaujalo nás

malá velikost po sbalení  
pohodlné sezení  
dostupnost ve dvou velikostech

## Leki Breeze

### Skladné křesílko do přírody

Breeze je kompaktní, lehké a pohodlné skládací křesílko, které se hodí do kempu, na festivaly, pláže, břehy řek nebo i pod skály. Možností využití je díky skladnosti a sympatické hmotnosti spousty. Židlička je ve složeném stavu malá asi jako obal na mačky. Rozložení je snadné a rychlé: po vyjmutí z transportního obalu se nejdřív musí sestavit konstrukce, na kterou se navleče vlastní křeslo. Její jednotlivé segmenty, vyrobené ze stejných materiálů jako hole Leki, jsou velmi pevné a spojuje je kulatá guma, která z židličky tvoří kompaktní celek. Suchým zipem si můžete na libovolnou stranu zafixovat nápojový držák. Pod sedákem vytvoříte z transportního obalu další odkládací prostor.



## Gumotex Twist N II

### Nafukovací kajak pro klidnější vodu



Dvoumístný nafukovací kajak je určený na klidnější vodu, výrobce doporučuje do WW I. Tříkomorové plavidlo s poměrně nízkými boky, profilovaným dnem a plochou příďí i záďí bez palub či vlnolamů je vyrobené z nesmáčivého Light Nitrlonu. Kajak ochotně poslouchá i v kamenitém korytě a tekoucí vodě, dobře vede stopu, a přitom je stabilní. Skvěle reaguje na náklony, a přestože loď není určena na divočejší vodu, je i v proudech překvapivě obratná (testovací verze neměla směrovou ploutev). Sedačky s opěrkou jsou nafukovací a stabilizační popruhy regulují náklon opěradla. Stoprocentní nafukovatelnost všech komponentů umožňuje Twistu dosáhnout nízké hmotnosti a skvělé sbalitelnosti.

#### Rychlá fakta

Materiál: Nitrilon Light
Délka: 360 cm
Šířka: 83 cm
Hmotnost: 11 kg
Nosnost (max.): 180 kg
Rozměry po sbalení: 54 x 37 x 23 cm
Infocena: 10 190 Kč
Dodává: Gumotex
Více informací: <a href="http://www.gumotexcluny.cz">www.gumotexcluny.cz</a>
Testeři: Martina Marešová, Jan Štoviček

#### Zaujalo nás

dobré jízdni vlastnosti  
velká stabilita  
výborná sbalitelnost



# Svět expedic

## Výstup na Gasherbrum IV

Jiří Pliska a Ondřej Mandula se v létě v Pákistánu chystají na náročný výstup dva a půl kilometru vysokou západní stěnou Gasherbrum IV (7925 m). Horolezecká dvojice, jejíž prvovýstup na Uzum Brakk (6422 m) z roku 2013 ČHS ocenil titulem Výstup roku, se chce pokusit o dosud nezopakovaný výstup polsko-rakouské dvojice z roku 1985. Wojciech Kurtyka a Robert Schauer tehdy ve stěně strávili osm dní, kvůli špatnému počasí však až na hlavní vrchol nedošli.

### Výstup západní stěnou Gasherbrum IV

Oblast: Karákorám

Účastníci: Jiří Pliska a Ondřej Madula

Termín: léto 2016

Info: gasherbrum4.hoskol.cz

## První Češka na K2?

Na obávanou druhou nejvyšší horu světa se v létě chystá s mezinárodní výpravou Klára Kolouchová (za svobodna Poláčková). Dvojnásobná maminka má za sebou výstupy na Čo Oju, Mt. Everest i nejvyšší vrcholy Jižní a Severní Ameriky. Na K2 (8611 m) výprava plánuje vystoupit Abruzziho pilířem, tedy nejfrekventovanější cestou, kterou vystoupila na vrchol i první úspěšná expedice v roce 1954. V případě úspěchu bude Klára první Češkou, která zdolala legendární K2.

### EXP.K2.2016

Oblast: Karákorám

Účastníci: Klára Kolouchová a další tři členové expedice

Termín: léto 2016

Info: klarakolouchova.cz

## Na lyžích z Nošaku

Pětice krkonošských horalů se na přelomu září a října chystá vylézt na nejvyšší horu Afghánistánu, Nošak (7492 m). O výstup se pokusí jihovýchodní cestou z Vachánského koridoru a z vrcholu zpátky do základního tábora plánují jako první česká výprava (a druhá v historii vůbec) sjet dolů na skialpech. Všichni účastníci expedice mají bohaté zkušenosti s horolezením a skialpinismem v extrémních podmínkách a jak rozhodl iniciátor expedice s přezdívkou Borek, sešla se parta s výtečnou kombinací rozličných temperamentů a charakterů.

### Krkonošská expedice SKI Nošak 2016

Oblast: Hindúkuš

Účastníci: Libor „Borek“ Dušek, Zdeněk „Háček“ Háek, Radoslav „Radar“ Groh, Michal Podzimek, Petr „Kejklas“ Kejklíček

Termín: září – říjen 2016

Info: na facebookovém profilu

## Klapka po čtvrté

Letos v létě vyrazí Marek Holeček už na čtvrtý pokus o prvovýstup jihozápadní stěnou osmitisícovky Gasherbrum I (8068 m). První dva neúspěšné pokusy v letech 2009 a 2013 podnikl se Zdeňkem Hrubým, který na druhé expedici nešťastně zahynul. Tentokrát se na jedenáctou nejvyšší horu světa chystá s Tomášem Petřčkem, s nímž si během loňského nevydařeného pokusu sáhli na dno, když ve stěně strávili dlouhých 12 dní. Oba horolezci už na vrchol v minulosti vystoupali normální cestou, jejich cílem tedy není ani tak vrchol, jako spíš překonání nové cesty.

### Expedice Gasherbrum I

Oblast: Karákorám

Účastníci: Marek Holeček a Tomáš Petřček

Termín: léto 2016

Info: www.marekholecek.cz  
nebo www.tomaspetrcek.cz

## V sedle napříč Jižní Amerikou

V lednu se učitel hudebních nauk a sportovec z Poličky Petr Mazal vydal na expediční sólo cykloputování napříč Jižní Amerikou. Cesta v sedle kola, dlouhá přes 12 000 km, ho zavedla z jihoargentinského městečka Ushuaii do kolumbijské Santa Marty na pobřeží Karibiku. Během 69 dní tak projel skrz Argentinu, Chile, Peru, Ekvádor a Kolumbii. Za den průměrně ujel přes 170 km a do překonání rekordu v nejrychlejších přejetých Jižní Ameriky mu chybělo 11 dní.

### S kolem kolem světa

Oblast: Jižní Amerika

Účastníci: Petr Mazal

Termín: leden – duben 2016

Info: www.petr-mazal.cz

**TIP:** O úspěších českých expedic do velehor se dočtete na webu Pohora.cz





# Svět outdooru

SVĚT OUTDOORU S NÁKLADEM 15 000 KUSŮ JE NEJVĚTŠÍM OUTDOOROVÝM ČASOPISEM U NÁS.

Magazín o vybavení, cestách, expedicích a osobnostech. Vychází 4× ročně, toto číslo vyšlo v květnu 2016.

**Vydává** gunTAO, s.r.o.,  
**www.guntao.cz**

**Adresa redakce:**

Masarykovo nábřeží 22,  
110 00 Praha 1,  
redakce@svetoutdooru.cz.

**Redakční tým:**

Natálie Šírová, Vojtěch Dvořák,  
David Gladiš.

**Spolupracovníci:**

Michaela Kofrová, Jiří  
Červinka, Kateřina Smolová,  
Michal Kroužel, Pavel Krupka,  
Marie Lollok Klementová,  
Petra Greifová, Honza Haráč,  
Petra Královcová, Milan  
Tomaškovič, Vojta Lejsek,  
Petr „Snížák“ Snížek.

**Jazyková úprava:**

Honza Velišek.

**Grafická úprava:**

Martin Chrenko,  
www.mcprogress.cz.

**Inzerce:**

Ondra Müller,  
muller@svetoutdooru.cz  
Vladimír Fořt,  
fort@svetoutdooru.cz.  
**Tisk:** Triangl Praha.

Značky a produkty, které jsou  
současně registrovanými  
ochrannými známkami  
příslušných společností, jsou  
v textech použity pouze pro  
účely identifikace bez označení  
ochrannou známkou. Jako  
Reklama a PR jsou označeny

články inzerenta, které nemusejí  
vyjadřovat názor redakce.  
Neoznačené foto je zpravidla  
autora textu nebo z archivu  
redakce. Publikované informace  
nejdou úplným a uceleným  
návodem k pobytu a aktivitám  
v přírodě a redakce nenese  
odpovědnost za případné  
úrazy a škody vzniklé jejich  
nesprávným použitím.

**MAGAZÍN SVĚT OUTDOORU  
JE ZDARMA.** Registrace MK  
ČR E 13451, ISSN 1801-2000.

## SVĚT OUTDOORU POŠTOU DOMŮ JEN ZA 79 Kč ZA ROK!

Nechejte si posílat Svět outdooru domů za symbolickou částku. Čtyři čísla jen za 79 Kč.  
Vyplňte jednoduchý formulář na [www.SvetOutdooru.cz/predplatne](http://www.SvetOutdooru.cz/predplatne).



# MOIRA®

ČESKÝ VÝROBCE  
FUNKČNÍHO PRÁDLA





adidas

# OVLÁDNI TERÉN

Lehká trailová obuv, která poskytuje nekonečnou energii BOOST™. Podešev z pryže CONTINENTAL® s hrubým vzorkem zaručuje optimální grip v jakémkoliv terénu. #livewithoutlimits

[adidas.com/outdoor](https://adidas.com/outdoor)

terrex

**AGRAVIC**

 **ROCK POINT**  
OUTDOOR EXPERT

[www.rockpoint.cz](https://www.rockpoint.cz)

Kolekci adidas Outdoor zakoupíte ve vybraných prodejnách Rock Point:

**Brno** OC Olympia, U Dálnice 777 | Masarykova 16

**Liberec** OC Nisa, České mládeže 456

**Olomouc** OC Olympia, Olomoucká 90

**Ostrava** OC FORUM Nová Karolína, Jantarová 3344/4

**Plzeň** Americká 54

**Praha** OC Arkády Pankrác, Na Pankráci 86 | OC Letňany, Veselská 663

OC Novodvorská Plaza, Novodvorská 136





Nová letní kolekce  
**Loap** 2016

[www.loap.cz](http://www.loap.cz)