

# Svět outdooru

VYBAVENÍ, CESTY, EXPEDICE, OSOBNOSTI

2/2014

## Uprostřed vertikály

Vydejte se na feraty

Kam ve světě i u nás

### K2

se neptá

Radek Jaroš

Jak se připravuje

### GPS

má konkurenci

Satelitní navigační systémy

Zvyšuje se přesnost





www.marmot.eu  
facebook.com/marmot.mountain.europe



nanopro™

**Comfort.  
Unconditionally.**



### **Marmot NanoPro™**

Revolutionizes wear comfort. The pore structure of the membrane is smaller than in previous technologies. These very small, very densely packed pores offer more breathability, maintain excellent waterproofness, and now allow air permeability. The result: Comfort. Unconditionally.

**Marmot®**  
FOR LIFE

## Obsah

- 1 Foto na obálce: **Ginzling, Zillertal**  
(foto Marmot, Klaus Kranebitter)

### CESTY

- 10 Svět plný ferat  
12 Jiný kraj, jiný mrav (Feraty v Alpách)  
14 Dvě lahůdky (Feraty ve Švýcarsku)  
16 Malé, ale naše (Tuzemské feraty)  
18 Exoti v Benátkách (SUP mezi gondolami)  
20 Ledový Sušec (Canyoning v Bovci)  
26 Ladak na kole

### OSOBNOSTI

- 22 Skromný horolezec (Pavel Vrtík)  
38 Čtvrtá osmitisícovka (Libor Uher)  
48 Rád lezu jen tak (Tomáš Sobotka)

### HORY A BEZPEČNOST

- 37 Na hory s profesionálem  
58 Bitva o feratové sety

### TRÉNINK, PŘÍPRAVA, VÝŽIVA

- 30 Bojte se, ne však příliš (Výšková nemoc)  
34 K2 se neptá (Příprava Radka Jaroše)

### EXPEDICE

- 40 Rájem i peklem (Jakub Šedivý)  
44 Slyžování Dhaulágíri (Miro Peňo)  
79 Svět expedic

### VYBAVENÍ

- 50 Co umí čelovka  
54 GPS má konkurenci  
(Satelitní navigační systémy)  
58 Bitva o feratové sety  
(Jištění na feratách)

### VYBĚHNĚTE S NÁMI

- 28 Závod protikladů (TransGranCanaria)

### RECENZE

- 60 Nitecore **HC50** (čelovka)  
Led Lenser **H14R.2** (čelovka)  
62 Lowe Alpine **Axiom Cerro Torre** (batoh)  
Boll **Quantum 42** (lezecký batoh)  
Osprey **Variant 37** (lezecký batoh)  
64 Keen **Marshall** (nízké boty)  
Adidas **Terrex Scope** (nízké boty)  
Mammut **Ridge High** (boty)  
66 Warmpeace **Backup Eco** (šaty)  
Tendon **Hatrick** (lano)  
Edelrid **Via Ferrata Belay Kit**  
(dojištění na feratě)  
68 Marmot **PreCip** (bunda)  
The North Face **Diad** (bunda)  
Adidas **Active Shell** (bunda)  
71 Coleman **Ultralight** (batoh)  
Primus **Omnilite Ti** (vařič)  
72 Moira **X-Aer Pro** (boxerky)  
Devold **Wool Mesh** (triko)  
Alpine Pro **Kastor** (triko)  
74 Katadyn **Survivor 35** (odsolovač)  
Gumotex **Seawave** (seakajak)  
76 Julbo **Trek Cameleon** (brýle)

## Vybrali jsme



### OSOBNOSTI

- 22 Skromný horolezec  
(Pavel „Bača“ Vrtík)



### EXPEDICE

- 40 Vodáckým rájem i peklem  
(Expedice Borneo)



### VYBAVENÍ

- 50 Co umí čelovka  
(Možnosti moderních čelovek)

## TÉMA FERATY: UPROSTŘED VERTIKÁLY

- 10 Svět plný ferat  
12 Feraty v Alpách  
14 Lahůdky Bernských Alp  
15 Nejdější ve Švýcarsku  
16 Malé, ale naše  
58 Bitva o feratové sety





# Vychytané akce

## Co nesmíte minout

**Výstava stanů a vybavení do přírody (31. 5. – 10. 8. 2014, výstaviště Praha Letňany)** - Prodejní výstava s nejšířší nabídkou vybavení pro turistiku a kempování na jednom místě. [www.VystavaStanu.cz](http://www.VystavaStanu.cz)

**Rock Point Horská výzva (13. – 14. 6. 2014, Krušné hory)** - Třetí závod seriálu horského běhu a trekingu dvojic se tentokrát běží v Krušných horách. [www.HorskaVyzva.cz](http://www.HorskaVyzva.cz)

**Respect festival (14. – 15. 6. 2014, Praha, park Ladronka)** - Sedmnáctý ročník přehlídky world-music s nejdelší historií u nás (Niger, Etiopie, Maroko, USA, Thajsko, UK, Indie, Řecko, SK, CZ). [www.rachot.cz](http://www.rachot.cz)

**Adrenalin Cup (27. – 28. 6. 2014, Beskydy, Krásná, Lysá Hora)** - Extrémní závod čtyřčlenných štafet. [www.AdrenalinCup.cz](http://www.AdrenalinCup.cz)

**Craft 1000 Miles Adventure (29. 6. 2014, ČR, SR)** - Čtvrtý ročník extrémního závodu o délce 1000 mil napříč Českem a Slovenskem pro bikery, běžce, chodce či koloběžkáře. Je vypsána i trasa 500 mil. [www.1000miles.cz](http://www.1000miles.cz)

**Rock Point Horská výzva (11. – 12. 7. 2014, v jednání)** - Místo konání čtvrtého závodu seriálu horského běhu a trekingu dvojic je v době uzávěrky v jednání. [www.HorskaVyzva.cz](http://www.HorskaVyzva.cz)

**X-Trial Zubr Cup (19. 7. 2014, Ujčov)** - Třetím závodem seriálu Czech Outdoor Tour je 9. ročník triatlону (běh/in-line 10,5 km, kajak 11,5 km a MTB cross country 28,5 km), součástí je i závod pro mládež. [www.CzechOutdoorTour.cz](http://www.CzechOutdoorTour.cz)

**Rock Point Horská výzva (8. – 9. 8. 2014, Krkonoše)** - Pátý a poslední závod seriálu horského běhu a trekingu dvojic se poběží v Krkonoších. [www.HorskaVyzva.cz](http://www.HorskaVyzva.cz)

**Salomon Slezský Maraton (16. 8. 2014, Beskydy)** - Třetí ročník horského maratonu (42,6 km, převýšení 1700 m) v okolí Dolní Lomné. [www.SlezskyMaraton.cz](http://www.SlezskyMaraton.cz)

**České Budějovice – Praha (16. – 17. 8. 2014, České Budějovice)** - 32. ročník legendárního vodáckého ultramaratonu (178 km, časový limit 25,5 h), součástí je i maraton Slapy – Praha (30 km). [www.BudejovicePraha.cz](http://www.BudejovicePraha.cz)

**Wenger Czech Adventure Race (21. – 24. 8. 2014, Jeseníky, Rychlebské hory)** - Nejtěžší expediční outdoorový závod Adventure Race v ČR (přes 500 km, časový limit 55 h) pro čtyřčlenné týmy (min. 1 žena). [www.AdventureRace.cz](http://www.AdventureRace.cz)

**Wenger Adventure Trek (22. – 24. 8. 2014, Jeseníky, Rychlebské hory)** - Trailový závod jednotlivců (66 km) s orientací podle map a GPS. [www.AdventureRace.cz](http://www.AdventureRace.cz)

**Dolomitenmann (6. 9. 2014, Lienz, Rakousko)** - 27. ročník legendárního extrémního závodu štafet opět prověří nejlepší týmy světa (běh, paragliding, divoká voda a MTB). [www.RedBullDolomitenmann.com](http://www.RedBullDolomitenmann.com).

**X-trial Réva Cup (28. 9. 2014, Hodonín u Kunštátu)** - Posledním závodem seriálu Czech Outdoor Tour je závod jednotlivců na horských kolech 15 a 30 km. [www.CzechOutdoorTour.cz](http://www.CzechOutdoorTour.cz)

## Mistři slepých uliček

### Poděkování za levné zkušenosti

Někdy mi připadá, že ke skorozvolení Járy Cimrmana největším Čechem vydatně přispěli adeпти outdoorových aktivit. Snad všichni totiž máme úspěchy přinejmenším při následování velkého mistra v disciplíně úspěšného objevování slepých uliček. A že byl Jára, jak praví klasik, opravdovým mistrem slepých uliček.

Vytrvale, pilně a zcela samostatně zjišťujeme, že průsvitný spacák (kromě tropických nocí) nejspíš spokojený spánek v teple nezaručí, že nové boty bylo lepší prošlápnout dřív než na samotné akci, že vybavení půjčené od kamaráda bylo asi lepší prohlédnout a vyzkoušet předem doma, že vybité baterky v čelovce stálo za to dobít a že použití feratového setu nebylo od věci vyzkoušet jinde než na exponované feratě v Dolomitech.

Jediná, i když lehce škodolibá útěcha je v tom, že ve slepých uličkách nejsme sami. Podobné objevování dávno objeveného je tutově zákonitý fyzikální proces, protože se nezvratně a zcela pravidelně opakuje. Vzpomenete si na své vlastní slepé cestičky? Pokud o žádných nevíte, půjde nejspíš o počínající problémy s pamětí.

Existují ale mnohem závažnější slepé cesty. V lezeckém dávnověku řešili horolezci problém s dračí smyčkou. V době předúvazkové se tahle smyčka používala k navazování na lano. Elegantní uzel, považovaný za zcela bezpečný, se ale stal jednoho dne příčinou smrtelného zranění. Stalo se, že lezec navázaný bezchybně dračí smyčkou se z neznámých důvodů zřítíl. Záhadou bylo, že lano ani žádná část výstroje nevykazovala závadu a teprve po pečlivém zkoumání byla nalezena překvapivá odpověď. Bočně zatížená dračí smyčka se může rozvázat, i když je správně uvázaná a utážená. Draze zaplacená zkušenost vyřadila dračí smyčku ze seznamu bezpečných uzlů.

Podobně způsobil před dvěma lety smrtelný pád na feratě malou revoluci v pohledu na feratové sety, které se teď zkoušejí mnohem pečlivěji a důkladněji. Tady nešlo o chybu metodickou, ale o únavu materiálu pružných popruhů feratových setů. Opět slepá cesta a opět zkušenost, za kterou byla zaplacená cena nejvyšší.

Tématem druhého čísla Světa outdooru jsou feraty. Potěšte se náměty na parádní zajištěné cesty, které dovolují poznat kouzlo horských výšek a hlubin i bez větších lezeckých zkušeností. Ale s dobrou dostupností přicházejí i potenciální adeпти slepých uliček. Pokud při čtení našich článků na nějakou takovou (samozřejmě nejen feratovou) slepou uličku přijedete, bude nám velkým potěšením. A až budete chtít proklínat nějakou zavčas objevenou zradu, závadu, kiks, problém, průšvih, fake, blbost nebo chybičku právě se chystající vloudit, zadržte. Vzpomeňte vděčně na mistra a poděkujte mu za dopředu, a hlavně zadarmo získanou výhodu. Díky, Járo, za každou levnou zkušenost slepých uliček.

Jiří Červinka

šéfredaktor Světa outdooru



## Hattrick 9.7

Typické 4 vrstvy pro lana z řady **Elite** umožňují použití lana všude tam, kde oceníte vysokou míru bezpečnosti a výbornou odolnost proti oděru. Unikátní patentovaná technologie Secure díky sendvičové konstrukci pletených vrstev a použitím speciálních vláken zajistí vaši bezpečnost i v případě značného poškození opletu. Lano je vhodné pro začátečníky i pro pokročilé lezce.



### SBS - SIMPLE BRAIDING SYSTEM

Systém jednoduchého pletení - SBS je systém, kdy je každý pramen do opletu pletán samostatně. SBS konstrukce opletu zvyšuje odolnost lana proti oděru a zlepšuje mechanické vlastnosti - ohebnost.



LANEX a.s.  
Hlučinská 1/96, 747 23 Bolatice  
Česká republika  
Tel.: +420 553 751 111  
Fax: +420 553 654 130  
E-mail: info@mytendon.com  
[www.mytendon.com](http://www.mytendon.com)



# neporazitelný grip

Nová obuv Terrex Solo s unikátní podešví STEALTH poskytuje nepřekonatelný grip při obtížném stoupání a sestupu.

**STEALTH**  
ROCK CLIMBER



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

Kolekci adidas Outdoor zakoupíte ve vybraných prodejnách

 **ROCK POINT**  
OUTDOOR EXPERT

**Brno**// Rock Point, OC Olympia, U Dálnice 777 // **Rock Point**, Masarykova 16 **Olomouc**// Rock Point, OC Olympia, Olomoucká 90  
**Ostrava**// Rock Point, Avion Shopping Park, Rudná 114/3114 **Ptzeň**// Rock Point, Americká 54  
**Praha**// Rock Point, OC Arkády Pankrác, Na Pankráci 86 // **Rock Point**, OC Letňany, Veselská 663 // **Rock Point**, Martinská 2, (Na Perštýně)



# Cestovatelské novinky a zajímavosti

## Nová česká ubytovna pod Hardangerviddou

Přímo pod největší norskou náhorní plošinou Hardangervidda uvedl do provozu známý český vodák Vojta Hejtmánek turistickou ubytovnu. Dá se říct, že chata Bjørkly je pro návštěvníky oblasti spasením, protože ostatní ubytovací kapacity v lokalitě (stejně tak jako v celém Norsku) jsou pro řadu turistů cenově nedostupné. Městečko Geilo, ve kterém se ubytovna nachází, leží 240 km severozápadně od Osla. V jeho okolí můžete vyrazit rybařit, na horská kola, treky nebo divokou vodu, třeba právě s Vojtou, který pracuje pro jednu z místních raftingových agentur. [www.Geilo.cz](http://www.Geilo.cz)

## Nový feratový průvodce po východních Alpách

Klettersteigatlas Alpen od vydavatele Rother je biblí snad každého feratisty. Kdo se vydává spíš do východních Alp, toho jistě potěší novinka tohoto německého vydavatele, průvodce Feraty východních Alp, který si můžete pořídit i v českém překladu. Obsahuje tipy na 70 horských túr, kde je popsáno více než sto zajištěných cest, především střední a vyšší obtížnosti. Na 296 stranách najdete 70 výškových profilů a 70 podrobných map.

**TIP:** Tento průvodce i mnoho dalších průvodců a map můžete zakoupit ve světě map a průvodců Kiwi nebo také on-line na [www.MapyKiwi.cz](http://www.MapyKiwi.cz).



## Didgeridoo v jeskyni

V České republice je téměř 4000 jeskyní, z nichž veřejnosti je zpřístupněných čtrnáct. Jednou z nich je jeskyně Výpustek v Moravském krasu, kde se letos na přelomu léta a podzimu bude konat už čtvrtý ročník benefiční koncertní pouti. Hlavními účinkujícími jsou, jak už z názvu vypovídá, hráči na nejstarší hudební nástroj světa – didgeridoo. „Myšlenka zahrát si na didgeridoo v jeskynních prostorách vznikla v pohraniční jeskyni Aggtelek-Baradla v Maďarsku, kde jsem měl možnost si zazpívat a nechat se okouzlit nádhernou akustikou koncertního dómu. V roce 1979 tam hrála např. kapela

Pink Floyd pro místní jeskyňáře a návštěvníky, ve stejném roce jsem se narodil a po více než třiceti letech vzniká audiovizuální projekt s názvem Didgeridoo v jeskyni,“ vysvětluje počátky festivalu jeho zakladatel Zdeněk Vilímek. Akci zaštiťuje Správa jeskyní České republiky.

**TIP:** Aktuality z jeskyní České republiky sledujte na [www.Caves.cz](http://www.Caves.cz)



## Nelehký život kalkatských Wallahů

Nemají střechu nad hlavou, patří mezi nejhůř placené profese v celé Indii a v Kalkatě poletuje nad jejich budoucností otázník už přes třicet let. Jediné, co vlastní, je plátěný kus hadru, který nosí omotaný kolem pasu, a ušmudlané triko. Vítejte ve světě Wallahů – chlapíků z Kalkaty, kteří zsvěttili svůj život tahání ručních vozíků zvaných rikša. Zajímá vás, kde se Wallahové v Kalkatě vzali a jakým žijí životem? Velmi zajímavou reportáž o jejich drsné práci a nelehkém soukromém životě připravil Jaryn Capek, přečíst si ji můžete na [www.HedvabnaStezka.cz](http://www.HedvabnaStezka.cz).



**HedvabnaStezka.cz**  
cestovatelský portál

## Do Dubaje bez víz

Od března letošního roku mohou Češi i Slovinci obdivovat nejvyšší budovu světa Burž Chalífa (828 m), aniž by si museli obstarat vízum. Z Česka do Spojených arabských emirátů týdně odlétá přibližně 500 lidí a tento počet se teď zřejmě zvýší. Jednak cestovatelé ušetří okolo 2000 Kč za vystavení víza a jednak už není třeba plánovat cestu s předstihem – i našinec tedy může využít last-minute nabídek leteckých společností. Cena takové letenky s odletem z Prahy tu a tam klesne pod 4000 korun.

**TIP:** Novinky ze světa levného létání a akční ceny letenek sledujte na [www.CestujLevne.com](http://www.CestujLevne.com).

# Prodejní Výstava stanů a vybavení do přírody

Výstaviště Praha Letňany | 31. 5. – 10. 8. 2014

Nejširší nabídka zboží pro turistiku a kempování na jednom místě. **Největší akce ve střední Evropě!**



- 75 outdoorových značek na ploše 10 000 m<sup>2</sup>
- Nejvíce stanů, kempingového nábytku, spacáků, nádobí, outdoorového oblečení a obuvi, batohů, tašek, doplňků... na jednom místě
- 300 postavených stanů – turistických, expedičních a rodinných
- Spacákové ležení – testování spacáků a karimatek
- Velké **VÝSTAVNÍ SLEVY**, akce 1+1, dárky k nákupu
- Soutěž o skvělé ceny za 500 000 Kč
- Vyškolený personál, dobrá dostupnost, parkování ZDARMA
- Restaurace, dětský koutek, doprovodné akce...

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

[www.4camping.cz](http://www.4camping.cz)





# Uprostřed vertikály

## Téma čísla:

## Vyzkoušejte zážitky na feratě

Adrenalinové zážitky jsou stále žádanější a cesty po zajištěných cestách, feratách, mezi ně rozhodně patří. Závrť z otevřené hlubiny a euforie z překonání exponovaných stupňů, žebříků, lávek, mostů a lanovek je jednou z mála možností jak aspoň zprostředkovaně poznat kouzlo, které láká horolezce k překonání strmých stěn a vždy znovu a znovu je přitahuje zpět.

Připravili jsme ochutnávku stále se rozrůstajícího menu alpských, evropských i světových ferat (italsky Via Ferrata a německy Klettersteig). Poradíme nejen kam se vydat, ale také co udělat pro bezpečný a bezproblémový návrat. Pokud netrpíte závratí, pak určitě stojí za to vydat se na zabezpečené trasy, které zpřístupňují lahůdkové vertikály skalních stěn.

### i STUPNICE OBTÍŽNOSTI

Stručný popis rakouského hodnocení obtížnosti, které je použité v následujících textech.

**A – jednoduché** – Exponovaná místa ojedinělá a snadno zvládnutelná.

**B – mírně obtížné** – Strmější skalní terén s exponovanými úseky. Svislé delší žebříky, kramle, železné stupy nebo řetězy. Podle horolezecké stupnice jde o terén obtížnosti 2–3.

**C – obtížné** – Strmý až velmi strmý exponovaný skalní terén. Žebříky, kramle a stupy mohou být hůře dosažitelné pro nižší postavy. Časté svislé úseky zajištěné jen ocelovým lanem. Terén obtížnosti 3–4. Pro začátečníky a děti je vhodné doplňkové jištění zkušeného partnera.

**D – velmi obtížné** – Svislý, často také převislý, velmi exponovaný terén. Kramle a stupy leckde daleko od sebe. Ve zvýšené míře je nutná dostatečná síla v pažích. Doporučuje se obuv s podrážkou, jakou mají lezečky. Pro začátečníky a děti nevhodné.

**E – extrémně obtížné** – Extrémní nároky na sílu, jistotu kroku, a především na rovnováhu. Úseky často zahrnují lezení. Určeno pro specialisty a fajnšmekry.

# Svět plný ferat

## Pohled za feratová humna

Zažitky z ferat přestaly být doménou převážně alpaských zemí a jejich počet stoupá i v zemích exotických. Zajištěné cesty vznikají stále častěji také ve zcela nečekaných destinacích od čtyřtisícových hor přes extrémně hluboké kaňony až po těleso vodního přiváděče.

Rodištěm ferat jsou Dolomity, a proto jistě nepřekvapí, že především v Alpách mají svůj hlavní stan a každým rokem přibývají nové a nové cesty. Lví podíl na tom má francouzská firma Prisme, jejíž speciální odnož realizuje (mimo nejrůznějších lanových center) výstavbu zajištěných cest v horách. Čas ale pokročil a mnoho ferat můžeme najít i mimo Alpy.

Světovou proslulost si svého času rychle získala nejvyšší ferata na světě, kterou firma instalovala v r. 2007 na Borneu těsně pod vrcholem nejvyšší hory Monte Kinabalu (4095 m). Via Ferrata Le Torq sice na samotný vrchol nedosahuje, ale to nic nemění na tom, že se jedná o skutečně průkopnické dílo. Cesta má dvě varianty – samotná Le Torq je snadná a vhodná pro začátečníky (ovšem pozor – ve výšce 3580 m). Druhá část, zvaná Low Peak, startuje ve výši 3400 m, překonává pomocí hodně vzdušně instalovaných lan a kotev v hladké stěně Panar Laban převýšení 365 m a po celkových úctyhodných 1200 metrech končí ve výšce 3800 m (obtížnost C-D). Tento první asijský krok otevřel firmě cestu k dalším zakázkám. V r. 2011 byla v blízkosti Pekingu otevřena první čínská Via Ferrata Yanshun, o dva roky později ji následovaly nádherné feraty Loajunshan (Lijiang, prov. Yunnan) a nejnovější cestou je Nangshonshan v provincii Šen-Si (z r. 2013).

Pokud jsme již jednou opustili Evropu, tak se rovnou můžeme podívat i do jiných míst. V Kanadě najdeme hned několik zajištěných cest. Prisme se podílela na realizaci cest Parc Cap Jasseux u St. Fulgance (Quebec) a na vyložené horské cestě Via Ferrata Whistler ve Skalistých horách (Jasper NP). Velmi zajímavou kanadskou feratou je cesta na Monte Nimbus (pohoří Bugaboo). Jedinou nevýhodou je, že výchozí bod na feratu je přístupný pouze helikoptérou za nezanedbatelných 1800 dolarů. Na území USA pak najdeme další „prismácké“ dílo v Západní Virginii u městečka Peterson, kde byl zajištěn výstup na Nelsonovu skálu. Naprosto fantastickou jistou cestu najdeme jen deset minut jízdy od mexického města Monterrey. Žebříky a visuté

mosty, vedoucí kaňonem Huasteca a končící na naprosto skvělém vyhlídkovém místě, nemají na americkém kontinentu konkurenci. Ferata je i v exotickém Ománu na konci scénické stezky Balcony Walk. Titul nejvýše položené feraty na světě má od července roku 2012 keňská Mount Kenya, kde byla organizací Kenya Wildlife Service instalovaná cesta Olonana, vedoucí na vrchol Lenana do výšky 4985 m!



## Je líbo industriál?

Vraťme se ještě na starý kontinent, neboť i tady je několik cest mimo alpský prostor. Feratový boom dorazil např. i na sever Evropy. V Norsku najdeme hned čtyři tzv. „klatrestí“. Snad nejbizarnější feratou je cesta Tysso v údolí Tyssedal. Jedná se snad o jedinou „industriální“ feratu na světě, neboť vede od přehrady kolem přiváděcího potrubí vody až na vrchol Lilletopp. Žebříky zabudované přímo v konstrukci potrubí a závěrečný vzdušný přelet kolmé stěny spolu s fantastickým přírodním prostředím řadí tuto cestu mezi prvotřídní podniky svého druhu.

V blízkosti lyžařského střediska Hemsedal vede pěkná cesta na skalnatý vrchol Vesle Røggjin. Nejnovější norskou feratou je cesta Munkstigen v blízkosti Trondheimu. Ta by se po svém úplném dokončení v r. 2014 měla stát nejdelší souvislou feratou v Evropě. Také ve Švédsku najdeme několik zajištěných cest. Severně od Sundsvalu leží pěkný národní park Skuleskogen, kde při pobřeží najdeme hned čtyři cesty o výšce až 285 metrů. Snad nejsevernější feratou je cesta na nejvyšší vrchol Švédska – Kebnekaise (2113 m). Pokud na tento vrchol vystupujeme od východu (tedy přes ledovec), je závěrečný strmý a skalnatý úsek zajištěný ocelovými lany a kramlemi.

„ nejvyšše položenou feratu světa najdete v Keni a vyšplháte po ní do 4985 metrů

Několik zajištěných cest můžeme najít v Anglii (Honister v Lake District), ve Skotsku (Ellie Chairwalk) nebo v poslední době obnovovaný pobřežní úsek Gobbins Way v Irsku. Via Ferrata Loen (Strynské Alpy) se může kromě zcela mimořádného přírodního prostředí vysokých zaledněných hor a fjordů pochlubit nejdelším visutým feratovým mostem v Evropě – 120 m (nad 160 m hlubokou roklí). Překvapivě první balkánskou feratu nenajdeme někde v Černé Hoře nebo v Bulharsku, ale v Kosovu! V Rugovské soutěsce (nedaleko města Peč) byla nedávno instalována cesta Via Ferrata Ari.

**TIP:** Podrobný turistický průvodce na Borneo je k dostání na [www.MapyKiwi.cz](http://www.MapyKiwi.cz).



## JISTOTA V ZÁDECH EXPEDIČNÍ BATOCH CERRO TORRE

Inovovaná legenda. Expediční batoh Cerro Torre 65:85 s revolučním zádočným systémem Axiom. Zádočný systém, který lze nastavit přímo s batohem na zádech. Axiom je nejsnáze nastavitelný zádočný systém v celé historii Lowe Alpine a posouvá hranice uživatelské přívětivosti.



AXIOM<sup>+</sup>  
INNOVATION

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

## Jiný kraj, jiný mrav

Zajištěné horské cesty dnes využívají v celé alpské oblasti identické pomůcky a normalizovaná lana, stejně se ale jejich provedení oblast od oblasti liší. Tato lokální příslušnost přitom ovlivňuje výslednou podobu cesty víc, než doba a důvod jejího vzniku.

### Grüss Gott, Deutschland!

Německo se dá jen těžko jednotně charakterizovat, nicméně typickým představitelem zadrátované hory je masiv Zugspitze a její okolí. Kromě ocelového lana jsou nejrozšířenějším postupným prostředkem kramle a dlouhé zploštělé kolíky. Dlouhé vertikální úseky tak připomínají hasičské cvičení a schůdky do kanálu. Historie cest v masivu Zugspitze sahá hluboko do minulosti, kdy jakékoli jisticí pomůcky byly v nedohlednu, a obtížnost cest proto není vysoká. Zajímavý a ojedinělý je opačný trend v této oblasti, kde z dlouhého exponovaného hřebene Jubiläumsgrat mezi Alpspitze a Zugspitze byla veškerá ocelová lana odstraněna.

### Grüss Dich, Schweiz!

Zajištěné cesty nemají ve Švýcarsku dlouhou tradici, v současné době tu však rostou jako houby po dešti. Většina švýcarských ferat má sportovní charakter, kdy je tímto způsobem zpřístupněna zajímavá skála či vrchol v blízkosti turistického střediska. Švýcarské „kletrštajgy“ se vyznačují hravostí, úchvatnými výhledy a vychytávkami zpestřujícími lezení, jako jsou lanové a nepálské mosty, lanovky, lomené a točité žebříky či lezení podél vodopádů. Cesty jsou různé náročnosti, převažuje však střední obtížnost.

### Buon giorno, Italia!

Italské via feraty nezapřou svůj technologický a strategický původ v první světové válce. Jsou vedeny po logických liniích, využívají dispozice terénu a všechny dostupné pomůcky: žebříky, kramle, kolíky, stupačky a samozřejmě ocelová lana. Navzdory svému válečnému původu, nebo možná právě proto, jsou například dolomitské cesty pro své odvážné linie a dlouhé vertikální pasáže považovány za typické, či dokonce za „pravé feraty“.





(foto Jiří Sourek)

## Dobrý den, Česko!

Zajištěné cesty v České republice?! Kdo o tom kdy slyšel! Co raději vychlazenou dvanáctku v pivovarské zahrádce nebo procházku historickým centrem hlavního města? Nu, dobrá. Dost legráček. Pár možností pro zdolávání ferat v Česku přeci jen je a přehled možností, kde se „u nás“ vyřádit na zajištěné cestě, najdete na stránce 16-17!

## Servus, Österreich!

Novější rakouské klettersteigy se budují s ohledem na co nejvyšší sportovní potenciál. Narozdíl od italských klasik nemívají extrémně dlouhé nástupy a vedou po nejméně myslitelných liniích (Seewand v Hallstattu či Johann v jižní stěně Dachsteinu). V Rakousku najdeme klettersteigy s neuvěřitelnými technickými prvky, jako jsou například lanové mosty na Königsjodler v Hochköniku (D/E), i s naprostým minimem pomůcek. Ze zajištěné cesty se tak stává sokolská disciplína, kde je nutností neustálý šplh po laně.

## Dober dan, Slovenija!

Ve Slovinsku je nejvyšší koncentrace zajištěných cest na masivu Triglavu. Feraty jsou obdobné jako italské, ale často zanedbanější. Většina cest na Triglavu má spíš zabezpečovací funkci než sportovní charakter a přínos ocelového zábradlí na vrcholovém hřebenu, často vystavenému bouřkám, je diskutabilní. Sportovnější charakter naopak mají feraty Velké Prisojnikovo okno a Mangrt.

▼ Švýcarské feraty jsou obecně známé pro svou skotačivost a Kandersteg-Allmenalp Klettersteig není výjimkou.

# Lahůdka Bernských Alp

## Skotačivý Kandersteg-Allmenalp

### Klettersteig

V Bernských Alpách si najde každý své – od kavárenského povaleče až po náročného extrémistu. Nechcete-li napodobovat místního borce Ueli Stecku a šplhat severní stěnou Eigeru, a přesto toužíte po dobrodružství ve vertikále, je tento region v samotném srdci Švýcarska to pravé.

Švýcarsko sice není zemí, kde by zajištěné cesty měly dlouhou tradici, o to hezčí lezení však nabízejí. Všechny jsou krásné, o nudě tu nemůže být řeč! Kterou však přímo v Bernských Alpách vybrat? Rotstock Klettersteig na úbočí Eigeru s výhledem na Mönch a Jungfrau? Perfektní vzdušný zážitek z osmisetmetrového volného prostoru pod nohama na Mürren Klettersteig? Nebo jednoduché lezení s krásnými výhledy podél vodopádu v Adelbodenu? Jungfrau region je právem turistickým magnetem v létě i v zimě a pro nás podstatná informace je, že místní turistická centra pamatují i na vyznačeče zajištěných cest.

### Točitý žebřík a visuté lávky

Hravá a zároveň hodnotná ferata obtížnosti C/D, vedoucí těsně podél vodopádů potoku Allmbach, nese jméno Kandersteg-Allmenalp Klettersteig. Na lezce-turisty tu čeká 350 metrů lezení vyšperkovaného nejrůznějšími lahůdkami. Převíslý žebřík v úvodní části odradí ty, kteří by si následující pasáže beztak nedokázali užít, ostatním jsou pak servírovány samé dobroty a každá část cesty má něco do sebe – ať už jde o chůzi po skobách nebo lezení čistě po skále.

Ferata je vedená ve francouzském stylu, tedy s průběžným ocelovým lanem, které je prověšené, a nutí tedy lezce k maximálnímu kontaktu se skálou. V polovině cesty vás čeká lanový mostek a odpočinek na lavičkách pod převísem. Pak už se můžete těšit na vychytávky v podobě točitého žebříku a visutých lávek nad údolím potoka s vodopády. Cítíte-li se příliš unaveni, vodopád vám

” jednu do roka se ferata leze za osvětlení loučemi

občas dopřeje příjemnou sprchu. Poslední třetina cesty nabídne zlatý hřeb – lanovku. Kdo se necítí, může ji obejít po lanovém mostě, ale byla by to škoda. Při správném zacházení s kladkou je jízda nad údolíčkem potoka parádním zážitkem. Je však potřeba pořádně nastudovat manuál a zbytečně nemachrovat – brzdění o skálu nemusí být zrovna příjemným zážitkem.

### Feraty & romantika

Pak už nezbyvá než si pěšinkou dojít pro zasloužené pivo do hospůdky na vršku Allmenalp (1725 m) a pokochat se krásnými výhledy na údolí Kanderstegu a jezero Oeschinensee. Dolů můžete sjet lanovkou či sejít po svých příjemnou procházkou. Jednu za rok (zhruba v půlce srpna) se tato ferata leze i v noci, kdy je osvětlená pouze loučemi a čelovkami a – to je teprve zážitek!

**TIP:** Praktické informace pro vaše objevování Švýcarska naleznete na [www.MojeSvycarsko.com](http://www.MojeSvycarsko.com).

# Nejdelší ve Švýcarsku

Máte-li dost času, neváhejte a přejedte z Kanderstegu přes hřeben Üschenengrat (nebo jinou stezkou v okolí) do průsmyku Gemmipass. Rázem se ocitnete ve Walliských Alpách. Těm sice největší reklamu dělá Zermatt s Matterhornem, kromě nich je tu ale zase spousta možností jak naložit s volným časem a feratistu čeká těžké rozhodování: Zůstat v Zermattu a z feraty Mammut Klettersteig se kochat výhledem přímo na masiv Monte Rosy a Matterhornu? Užití si v okolí Saas Fee klasikou zajištěnou cestu na Jäghorn do výšky více než 3200 m? Nebo prozkoumat feraty v okolí nejdelšího evropského kontinentálního ledovce Aletschgletscher?

## „ je potřeba počítat s osmi hodinami lezení

Mým soukromým tipem jsou dvě dokonalé feraty ve zmíněném průsmyku Gemmipass, z nichž jedna se pyšní titulem nejdelší zajištěné cesty ve Švýcarsku. Jde o hodnotný feratový kousek Gemmi-Daubenhorn Klettersteig (D/E), jehož absolvování si žádá značné úsilí. Ferata je totiž velmi náročná na čas. Je potřeba počítat s osmi hodinami lezení a 1000 metry převýšení. Odměnou je však dobrodružství korunované (když se zadaří) krásným rozhledem z Daubenhornu (2941 m). Po cestě je opět třeba počítat s dlouhými žebříky či velmi, opravdu velmi vzdušnými pasážemi. Kdo se na takový výkon necítí, může si zkusit kratší variantu (5 hodin) s únikem zpět do údolí. Tak či tak bývá zajištěná cesta kvůli sněhu na Daubenhornu otevřena nejdříve od poloviny července a je lezitelná opravdu jen v případě perfektního počasí.

## Hřiště ve vertikále

Skvělou alternativou je případně hravý a adrenalinový Erlebnis Klettersteig (C). Tohle hřiště ve vertikále nabízí opravdu skvostné vžití. Kromě klasického lezení čeká návštěvníka i mnoho zábavných prvků – 65 m dlouhý lanový most, 20 m dlouhý točitý žebřík, překonávání zavěšených dřevěných špalků či lezení po síti. Ferata není extrémně fyzicky náročná, prověří ale naši odolnost vůči závratím. Už jen samotný úvod po lanovém mostě houpačícím se ve větru vanoucím z průsmyku

## Walliské Alpy: zážitky all-inclusive!

Osm hodin poctivého a velmi vzdušného lezení obtížnosti D/E, to je nejdelší zajištěná cesta ve Švýcarsku Gemmi-Daubenhorn.

## „ výstup můžete zakončit v termálních lázních

provede mezi adepty selekci. K tomu všemu ještě připočtete výhledy na celé Walliské Alpy v čele s masivem Monte Rosy, Matterhornem, Domem a dalšími velikány. Pořád váháte? Jak už jsem psala v úvodu, Gemmipass nabízí „all-inclusive“. Stačí proto sjet lanovkou či sejít zpět 1000 výškových metrů do městečka Leukerbad, kde velkolepý výstup můžete zakončit třeba v úžasných termálních lázních. No, není to dokonalé?

**TIP:** Průběžně aktualizované informace z dění ve Švýcarsku naleznete na [www.MojeSvycarsko.com](http://www.MojeSvycarsko.com).

**Autor:** Eliška Pastuszková

Regulérní nadšenkyne pro všechno švýcarské – od čokolády přes sýry až po hory. V sezoně provází horské zájezdy ve Švýcarsku pro CK Kudrna a pokud se s ní nepotkáte právě tam, máte i tak velkou šanci potkat ji v horách. V těch švýcarských. Má to tam totiž opravdu ráda...



(foto Lukáš Ženíšek, HO Negatif)

# Malé, ale naše

## Přehled tuzemských zajištěných cest

V České republice bohužel nemáme hory, na které by výstup i nelezcům umožňovaly pouze zajištěné cesty. Přesto se v posledních letech objevilo několik aktivit, jejichž cílem je budovat na lezecky spíše nevýznamných masivech krátké zajištěné cesty. Jaký je aktuální stav a na co se můžeme těšit v budoucnu?

### Speleo & feraty v Moravském krasu

Specialitou Moravského krasu jsou jeskynní feraty. První lokalita je v blízkosti obce Holštejn, kde se nachází velké podzemní lanové centrum s přemostěními, převislými stěnami a lanovým traverzem. Druhou lokalitou je nedaleký Ostrov u Macochy. Jde o 40 metrů hlubokou trasu, která končí v malém nenápadném jezírku hluboko pod vesnicí a cestou čekají návštěvníky lanové žebříky, slanění, prolézání úzkými místy, lanové houpačky, traverzy i žebříky. Variací této trasy pro náročnější jedince je podzemní canyoning s lezením ve vodopádech.

### Harrachovka, Tábor

První tuzemskou feratou je krátká cvičná cesta pro začátečníky v Táboře na pravém břehu řeky Lužnice v těsné blízkosti Bechyňského mostu. Asi 80 metrů dlouhá cesta vede po nejvyšší hraně stěny lomu. Obtížnost feraty s celkovým převýšením 35 metrů je B/C a zahrnuje i devět metrů ocelových žebříků. Jištění po celé délce poskytuje nezvykle silné ocelové lano a několik kramlí. Pro zkušené to je hračka na pár minut, začátečníkům může nalezení správných stupů chvíli trvat. Celá ferata se dá vylézt bez jediného chycení se za lano. Z vrcholu vede ocelový žebřík dolů na pěšinu.

### Vodní brána, Semily

O této zajištěné cestě a jejím vzniku se v poslední době mluvilo asi nejvíc. Výsledkem je zdařilá, sportovně pojatá cvičná cesta v nádherné lokalitě. Konkrétně na levém břehu Jizery naproti začátku Riegrový stezky, která vede podél řeky směrem k Železnému Brodu. Celá trasa na pilíř skalní věže Vodní brána je asi 110 metrů dlouhá, s převýšením 75 metrů. Celou dobu se leze pouze po skále s dostatkem přírodních výčnělků, žádné umělé stupy tu nenajdeme. Na několika místech dosahuje obtížnosti C, s jednou krátkou mírně převislou pasáží hned na začátku. Pro začátečníky je vhodný zkušenější doprovod. Výstup by měl zabrat 30 až 60 minut. Jde o okružní cestu, kdy k sestupu je možné si vybrat cestu lesem zpět k řece nebo kompletně zajištěnou trasu po boku skály (obt. B). Vznik feraty umožnily a finančně podpořily Lesy ČR.

▲ Zajištěná cesta Harrachovka u Tábora, vlevo nahoře Vodní brána u Semil



(foto Michal Paviček)



(foto www.Caves.cz)

▲ Jeskynní zajištěné cesty v ČR hledejte na Moravě.



## Bioferata, Bečov nad Teplou

Spíš atrakci pro návštěvníky představuje zajištěná cesta, která je součástí Bečovské botanické zahrady, pro přístup k feratě tedy musíte zaplatit vstupné. Jde o asi 30 metrů vysokou pískovcovou skálu, kde je nataženo jisticí lano v mírném převisu, vyžadujícím přecvakávání v tahu na druhou ruku. Vylezení cesty nezabere víc než 10 minut. Sestup je možný po pěšině nebo po krátké sestupové trase s řadou kramlí (obtížnost A/B). Jisticí pomůcky jsou na místě k vypůjčení. Význam „bioferaty“ spočívá v naučné stezce, která ukáže i faunu a flóru vyskytující se ve skalních spárách a štěrbinách. Na další etapu zajištěné cesty, která povede dál po skalním masivu a měla by být dlouhá kolem tří set metrů, včetně „tibetského“ mostu, se zatím shánějí finance.

## Šilinkův důl, Chrudimsko

Jako „nultá“ česká ferata bývá z legrace označován Šilinkův důl v údolí řeky Krounky. Lokalitu najdete v vesničky Předhradí nedaleko Skutče. Celá trasa vede po červené značce s řadou žebříků a řetězů. Mohou ji absolvovat i rodiny s dětmi, pokud si chtějí užít trochu dobrodružství. Kouzlo cesty je v okolní přírodě a úchvatných pohledech na říčku Krounku.

## Gutovka, Praha

Ve výčtu českých ferat nelze opomenout ani umělou stěnu pod širým nebem v pražských Strašnicích. Zajištěná cesta vede přes hřeben celé umělé stěny a je zajištěna ocelovým lanem. K dispozici je půjčovna veškerého potřebného vybavení.

## Další feraty s otazníkem

Město Děčín, na základě iniciativy HUDYsportu, staví feratu Pastýřskou stěnou na levém břehu Labe, prakticky přímo ve městě. Dá se očekávat, že cesta s výhledem na Labské údolí bude dokončena v letošním roce. Začínat bude v místě bývalého výtahu k zoologické zahradě. O něco méně jasný termín dokončení je u plánované zajištěné cesty na vrchol vyhlídky Frýdlantského cimbuří. Ohledně výstavby se už poměrně dlouho vede diskuze a má nemálo ortodoxních odpůrců, jak mezi orgány ochrany přírody, tak z lezecké komunity a ČHS. Navrhovaná trasa by měla být velmi atraktivní, ale termín dokončení (i to, jestli se stavět skutečně bude) je neznámý.

V plánu je také zprovoznění cvičné feraty v nově otevřené Hanibal horolezecké aréně v Liberci.

**Autor:** Jakub Havel

Zkušený publicista spolupracuje se Světem outdooru pravidelně v oblasti vybavení, testování i odborných a inspiračních textů. Pracoval v redakcích Outdoor magazínu či Dobrodruha, stál i u počátků CK Adventura.



# JE TO LEHČÍ NEŽ SI MYSLÍŠ.

STAČÍ CHTÍT. MY VÍME, JAK NA TO.

V **Hanibal Půjčovně** si půjčíš, co Ti chybí.  
V **Hanibal Test Centru** můžeš otestovat novinky.  
V **Hanibal Outdoor Academy** Te naučíme vše, co budeš potřebovat.

A na **Hanibal Blogu** se můžeš inspirovat.



# Exoti v Benátkách

## Stand up paddling, nejlepší cesta k objevování města gondoliérů

Poprvé jsem vyrazil do Benátek na paddleboardové dobrodružství před třemi lety. Bylo to v rámci větší cesty po severní Itálii a právě pádlování v centru Benátek bylo tehdy největším zážitkem za celou výpravu. Ve městě gondoliérů už jsem s paddleboardem byl celkem třikrát. Přečtěte si, jaké to bylo.

Před odjezdem na první výpravu jsme zjišťovali, jestli je vůbec pohyb v kanálech Benátek na paddleboardu možný. Nikdo moc netušil, o co se jedná, a nakonec nám řekli, že vlastně všechna plavidla poháněná pádlem mají přednost před těmi motorovými, takže jsme mohli vesele vyrazit. Auto jsme zaparkovali na parkovišti Troncheto hned za mostem spojujícím pevninu s Benátkami. Přímo z tohoto parkoviště je totiž možné vypádlovat směrem do centra a během 10 minut se připojit na Grand Canal. Naše pocity se daly přirovnat k tomu, jako by nás někdo hodil do hrnce s vroucí vodou.

### Dopravní špičkou na paddleboardu

Frekvence lodní dopravy na Grand Canalu je totiž podobná, jako doprava na pražské magistrále. Hromadnou dopravu zajišťují asi 20 metrů dlouhé lodě, které stávají přibližně po 200 metrech

u zastávek na pontonech. Kolem projíždí i nákladní lodě, vodní taxi, hasiči na člunech a několikrát se kolem nás prohnala i lodní sanitka s blikajícím majáčkem.

Grand Canal je 20–50 metrů široký a často jsme museli přejíždět z jedné strany na druhou. Za celou dobu se nám nestalo, že by nám někdo dal najevo, že bychom tam neměli co dělat. Působili jsme na vodě pro ostatní účastníky lodní dopravy, ale hlavně pro gondoliéry a turisty, velmi exoticky. Většina gondoliérů nás s úsměvem zdravila. Turisté se sbíhali z přílehlých uliček a mačkali se na mostech, aby si nás mohli vyfotit. Chvilku mně trvalo zvyknout si na takovou extrémní pozornost, ale nakonec to bylo příjemné, protože všichni reagovali kladně a usmívali se na nás. V některých menších kanálech byl hustší provoz gondol, někde jsme pádlovali několik minut jen sami.

Je potřeba respektovat dopravní značení. Vzhledem k tomu, že menší kanály jsou úzké sotva na jednu loď a často jsou jednosměrné, je třeba se

rychle zorientovat, někdy nám radili s cestou i gondoliéři. V kanálech Benátek jsme strávili dva celé dny, a přesto jsme je neprojeli všechny.

## Benátské závody

Druhý výlet stál také za to. Rok po první návštěvě jsme s kamarádem byli nominováni na akci zvanou Surfin' Venice. Jedná se o paddleboardový závod, který se odehrává na moři u ostrova Lido a pak se koná společná vyjížďka všech zúčastněných celou délkou Grand Canalu. Celá akce byla velmi dobře zorganizovaná a zúčastnilo se jí kolem 100 závodníků.

## A do třetice ještě trocha romantiky

Do třetice jsem se podíval do Benátek loni v září se svou přítelkyní. Vzhledem k tomu, že jsme jeli sprotovním autem s malým kufrem, museli jsme si vzít nafukovací paddleboardy (Red Paddle). Nejprve jsme si zapadli na Lago di Garda a hned druhý den jsme se přesunuli do Benátek. Do třetice výběr hotelu padnul opět na Casa Sant Andrea. Toto ubytování má vynikající polohu vzhledem k tomu, že se k němu dá dostat z těch levnějších a je jen několik metrů od začátku Grand Canalu. Přímo před hotelem staví lodní tramvaj, která nás se zabalenými paddleboardy v krosnách převezla na Náměstí sv. Marka, odkud začala naše vyjížďka. Už při nafukování prken jsme opět byli v hledáčku fotoaparátů mnoha turistů. Ihned po našem vyplutí se zase začaly sbíhat davy turistů, aby nás měli na fotkách. Všichni obdivovali Nikol, že má odvahu jet na paddleboardu a nemá strach z pádu do vody. Strach jsem měl ale já, aby ani jeden z nás nezahučel do vody, proto jsem vybral trasu menšími kanály směřem na sever. Nakonec nás to stejně vyvedlo na Grand Canal, přímo vedle mostu Rialto (jediný most přes Grand Canal, který je jakýmsi poutním místem všech zamilovaných směřujících do Benátek).

## Svobodně napříč kanály

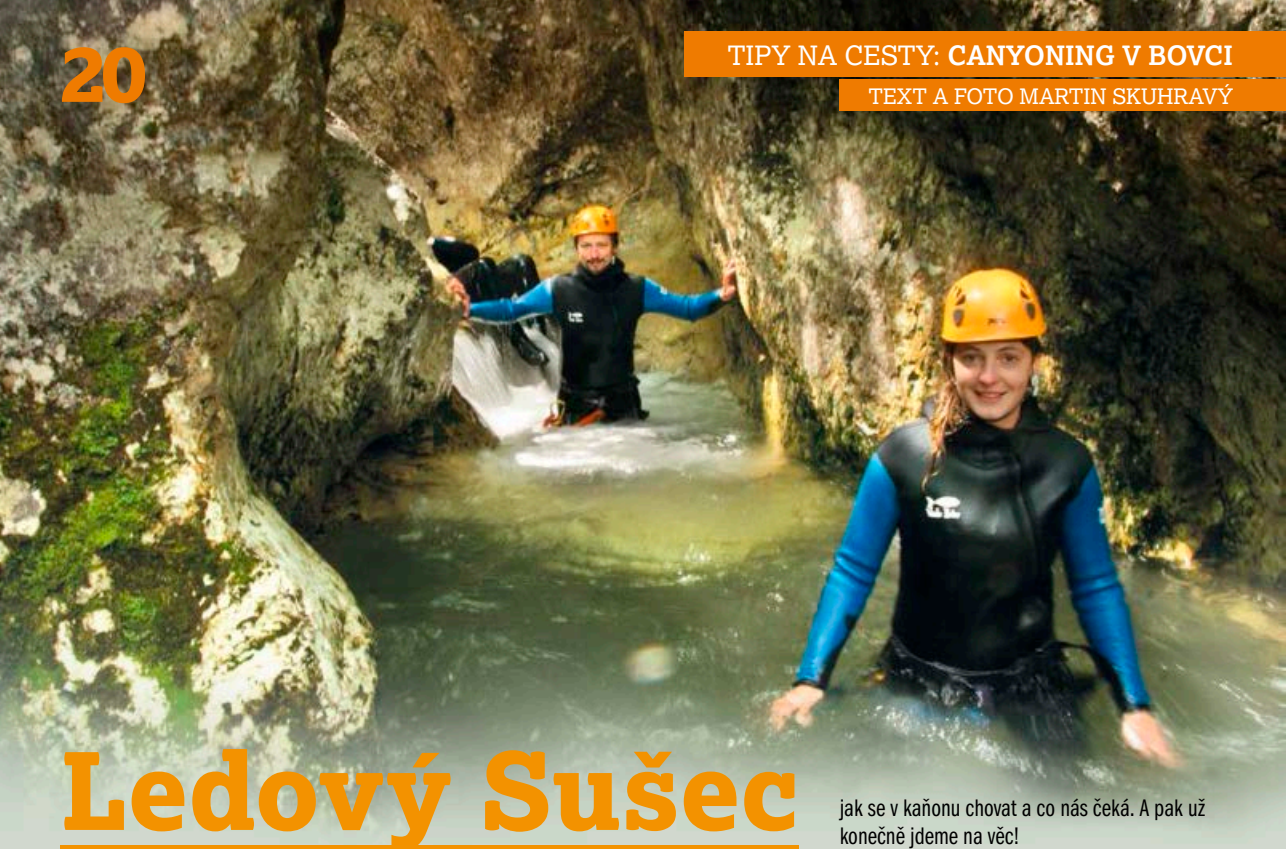
S paddleboardem už jsem procestoval hodně zajímavých míst, ale do Benátek jsem se vždycky moc těšil, protože zážitek z každé jízdy kanály je velmi intenzivní. Nemusíte se mačkat s turisty v přeplněných uličkách a na mostech. Prostě si pádlujete, kam vás napadne, a kocháte se výhledem na oba břehy. Hodně míst je přístupných jenom z vody, takže díky paddleboardu vidíte daleko víc než běžní turisté ze souše nebo při krátkých (a velmi nákladných) projížďkách na gondole.

Na závěr už jen jedno malé doporučení: Než se vydáte na cestu, doporučil bych pár projížďek na Vltavě v okolí náplavky, kde můžete potrénovat i balanc při projetí několika parníků. Pak už hurá do Benátek, kde si to s paddleboardem bez pochyb náramně užijete!

### i JAK NA PADDLEBOARD V ČR

Pokud si paddleboarding chcete vyzkoušet, není nic jednoduššího, než si výbavu pro začátek vypůjčit. Vyraďte například do test centra a půjčovny v pražském Podolí, kde vám paddleboard zapůjčí jak na hodinovou vyjížďku po Vltavě, tak i na vícedenní trip, třeba až do Benátek. Postará se zde o vás jeden z aktivních propagátorů paddleboardingu Honza „Rották“ Rott, který má s tímto sportem více než dost zkušeností a rád je předává mezi zájemce. Již dlouho je také spolumajitelem největšího obchodu Paddleboardshop, kde, jak říká, nabízejí jen takové vybavení, které rádi sami používají a mohou tak zaručit kvalitní svezení.





# Ledový Sušec

## Vyzkoušejte canyoning ve slovinském Bovci

Bovec, to je ráj na zemi. Malé městečko, krčící se pod nejvyšší horou Slovinska Triglavem, nabízí tak pesteré sportovní vyžití v přírodě jako málokterá evropská lokalita. Paragliding, lezení, horská kola, a především splouvání nádherné řeky Soča a canyoning patří podle mého názoru k největším lákadlům.

V Bovci už jsem při různých příležitostech byl vícekrát a pokaždé pro mě bylo hlavním lákadlem pádlování na Soči. Vůbec jsem si při tom nedokázal představit, že v okolí Bovce jde podniknout něco ještě úchvatnějšího a zábavnějšího než splouvání divoké řeky, která je tak čirá, že i místní raftoví guidi své klienty pobízejí, aby pili přímo z řeky. Má poslední cesta do zmíněného městečka na pomezí Rakouska, Slovinska a Itálie mě ovšem vyvedla z omylu. Během poslední návštěvy Bovce jsme se s přáteli rozhodli navštívit i jeden z místních kaňonů. Soutěsek vhodných k provozování canyoningu je v okolí asi osm. Do některých se můžete vydat i na vlastní pěst. Pokud vás ovšem nedoprovází někdo znalý místních podmínek, průchod soutěsky si moc neuzijete – nikdy totiž předem nevíte, která tůň pod vámi je jak hluboká a jestli se do ní dá bezpečně skočit.

Pro seznámení s novou horskou aktivitou jsme se rozhodli k prostoupení asi nejsnazšího kaňonu Sušec. Šel s námi místní průvodce Matěj a jeho partnerka Katja, která nás hned při seznámení překvapila plynulou češtinou s roztomilým slovinským přízvukem.

V zázemí agentury fasujeme vybavení, které je pro bezpečný a pohodlný průstup kaňonem nezbytné: přílbu, neopren long john a neoprenovou bundu, neoprenové ponožky, boty a canyoningový sedací úvazek. Po půlhodinovém přesunu už stojíme na břehu říčky a dozvídáme se

jak se v kaňonu chovat a co nás čeká. A pak už konečně jdeme na věc!

Jakmile smočím nohy v křišťálově čisté vodě, je jasné, proč na canyoning nestačí obyčejný vodácký neopren. Voda je ledová a dalších několik hodin se v ní budeme ráchat skoro nepřetržitě. Po několika metrech chůze potokem je před námi první překážka. Hluk, který vytváří padající voda malého vodopádu, je umocněn stěnami kaňonu a chvílemi mám co dělat, abych rozmělně průvodci Matějovi, který vysvětluje, co a jak. Poučení o správné technice skoku se jeden po druhém vrháme do tůně a plaveme po proudu do míst, kde už Katja čeká u další překážky.

**TIP:** Průběžně aktualizované informace o aktuálním dění v Bovci a tipy na sportovní i kulturní vyžití najdete na [www.bovec.si](http://www.bovec.si).





## Lepší než aquapark

To pod námi tentokrát není vodopád, ale bez nadsázky tobogan. Voda do vápencové skály vymlela dokonale hladkou skluzavku, která je porostlá slabou vrstvou řasy. Snad záměrně, aby ještě lépe klouzala. Stačí se jen posadit na kraj skluzavky, zaklonit hlavu, dát ruce na prsa – a hurá dolů! Některé tobogany dokonce sjíždíme hlavou napřed, a to třeba i třikrát po sobě. V aquaparku bych si nikdy neužil tolik legrace jako tady v kaňonu. A navíc – kde vás nechají sjíždět tobogan po třech?

Během asi tříhodinového průstupu kaňonu musíme několikrát dno říčky opustit a vydat se po improvizované stezce zajištěné lany, abychom oblezli nebezpečné místo. Přibližně do poloviny kaňonu neměly skoky a skluzavky víc než tři metry, najednou ale stojíme u skluzavky, kde voda padá kamsi mezi skály a není vidět dno. Průvodce Matěj vysvětluje, že jsme na kraji nejdelšího toboganu. Má výšku asi šest metrů, ale prý se není čeho bát.

Nevím, jak dlouho trvalo klouzání dolů, ale už to rozhodně nebyl mžik jako v předcházejících případech a také vynoření z tůně trvalo nezanedbatelně dlouho. To nejlepší ale bylo teprve před námi! Vrcholem průstupu Sušce je asi dvanáctimetrová skluzavka, kterou ale není možné „jen tak sjet po zadku“. Katja nás proto jednoho po druhém cvakla na lano a na cestě dolů jsme byli dobržďováni. Po třech hodinách v desetistupňové vodě by nám měla být zima, jestli ale bylo někomu z naší skupiny chladněji, nedal to na sobě znát a všichni se culili od ucha k uchu.

**TIP:** Na canyoning s průvodcem sice žádnou mapu nepotřebujete, vydáte-li se ovšem na horské kolo či na túru do hor, přijde vhod! Mapa „Julische Alpen, Triglav, Bled“ od vydavatelství Kompass je oboustranně laminovaná a proto lépe odolává rozmarům počasí. Pořídit ji můžete v mapkupectví Kiwi nebo na [www.MapyKiwi.cz](http://www.MapyKiwi.cz).

**Autor:** Martin Skuhřavý

Člen redakce a šéfredaktor webového magazínu SvetOutdooru.cz. Oblíbil si delší cesty především na východ, kde hledá klid a vysoké hory. Čas v Evropě si zpestřuje víkendy v Alpách v sedle horského kola, v kajaku a zlézáním vysokých stěn.



## Přechody rumunských hor

s CK Kudrna



**Cena: 4 780 Kč**

**Studentská cena: 3 780 Kč**

### **CENA ZAHRNUJE:**

**Pocit svobody, toulání  
v nádherné přírodě,  
nekonečné horské obzory,  
noci plné milionů hvězd,  
dřinu při výstupech,  
pocit štěstí, zvýšenou  
produkcí endorfinů,  
parádní skupiny vždy  
max. 20 lidí, ostřílené  
vůdce a zážitky, na který  
budete vzpomínat ještě  
hodně dlouho po návratu!**

### **POZOR:**

**RUMUNSKÉ PŘECHODY  
S CK KUDRNA JSOU  
SILNĚ NÁVYKOVÉ!**

**[www.kudrna.cz](http://www.kudrna.cz)**

## Nejdřív kroutíte hlavou nad jeho skromností a až potom nad výkony

# Pavel „Bača“ Vrtík

Pavel „Bača“ Vrtík patří už mnoho let k české elitě v oblasti drytoolingu, v mixech a obecně v lezení v zimních podmínkách. Čtyřikrát získal ocenění ČHS za výstup roku do 6000 metrů. Potkali jsme se u něj doma, tedy v Brně, a docela mě překvapil skromným projevem. Povídali jsme si o jeho lezeckém vývoji a plánech, o vybavení a o letošním prvovýstupu v severovýchodní stěně Les Droites (4000 m).

*S lezením jsi začal relativně pozdě. Dočetl jsem se, že to bylo až po dvacítce, a přesto ses dostal mezi špičku. Jaký byl tvůj lezecký vývoj?*

Podle mě je špička v těchto sportech hodně diskutabilní. Myslím, že by tam mohl být skoro každý, kdo si to trochu naplánuje a jde do toho naplno. S lezením jako takovým jsem začal docela brzo, skály jsem zkusil, když mi bylo dvanáct. Kolem osmnácti jsme se seznámili se Stoupou (Dušan Janák – pozn. autora) a udělali spolu pár tripů. On byl na tom lezecky odjakživa lépe a ve skalním lezení se vypracoval hodně vysoko. Já se s tím skalním lezením docela peru. Pro mě byly vždycky lákadlem spíše hory a kamarádství, které je s tím spojené, než nějaké výkony.

V roce 2000 jsem se dostal na ledový mítink do Francie a pak začal jezdit do Tater. Stoupa předtím ledy nebo něco podobného nelezl. Přesto jsme spolu vylezli v roce 2002 na Kežmaráku nějakou M6 a šlo o první opakování té cesty. Vedle jsme udělali prvovýstup, což byl Matrix. Tím jsem ukončil období letargie a začal v lezení hledat výzvy a trénovat. V roce 2008 jsme Matrix přelezli volně a já zjistil, že mě mixy baví, a navíc mi i jdou.

*Od roku 2008 jsi tedy začal lezení brát vážně. Jak od té doby trénuješ?*

Když nemám čas, tak jen jednou nebo dvakrát týdně. Pokud ten čas mám, tak klidně i každý den. Ve skladbě tréninku se řídím ročním obdobím. Dejme tomu, že intenzivně začnu na podzim. V tom období začínají drytoolové závody, takže příprava směřuje tímhle směrem. V prosinci nebo lednu jdu do nějakého rozehrivacího výstupu v Tatrách. Následují dva hlavní cíle sezony na přelomu února/března a března/dubna.

Prsty už mi regenerují pomaleji, proto se snažím po dnech střídat běh s lezením. Asi i víc času proběhám, než prolezu. Kromě podzimu, kdy tu přípravu směřuji k závodům. To se snažím lézt

tříkrát týdně a jednou běhat. Po závodech to nějak otočím. Za rok odtrénuju asi 300 hodin. Pro srovnání Ueli Steck má za rok těch hodin kolem tisícovky (smích).

*Další otázku už jsi musel slyšet asi milionkrát, přesto ti ji položím. Proč „jen“ Alpy a Tatry? Nechceš zkusit i vyšší kopce?*

Jasně že bych chtěl. Můj problém je čas. Mám tři děti a firmu, kde mám několik zaměstnanců, za které nesu zodpovědnost. Do Alp jedu za rok dvakrát nebo třikrát. To je asi deset lezeckých dní a jen třeba šest, kdy jsi na cestě. To je v porovnání s expedicemi, kdy jedeš na velké kopce, strašný rozdíl.

*Do vyšších hor se tedy nechystáš?*

Zatím ne. Možná lezení v zimě, a aby tu stěnu přede mnou nikdo nelezl, takže zkusit prvovýstup. Zavřít se do stěny a tam bojovat 5–6 dní s tím, že výškový limit by byl kolem 6000, maximálně 7000 m. Trochu se bojím, jestli nejsem zmlsaný z Alp. Přijedeš autem, nastoupíš pod stěnu a vylezeš ji. Jsi doma dřív, než na tebe dopadne tíha hor. Kdežto v těch velkých horách ti trvá tři týdny, než si vůbec zvykneš na místní prostředí, čeká tě aklimatizace a až potom je na řadě lezení.

*Jaký je rozdíl mezi Alpami a Tatrami, co se skály týče?*

Používáš jiné jisticí prvky. V Alpách je hodně



čistých a rovných spár. Převládá tam suché podnebí, takže používáš hodně friendy. Dál je tam hodně firnu a led, do kterého můžeš vrtat. V Tatrách je spousta hluchých míst a koutků, které nikam nevedou, narozdíl od Alp. Rozbité je to asi stejně. Rozdíl vidím hlavně v zimě, kdy v Alpách je málo stupů na nohy a dlouhé spáry, kde páčíš cepíny nebo lezeš po firnu. V Tatrách je těch chytů víc a jsou tam drny. A rozdílná je samozřejmě délka cest.

#### *Zkoušel jsi někdy pověstné zimní lezení ve Skotsku?*

Jednou jsem tam byl na nějakém mítinku. Bylo to super, akorát je to tam těžké na vychytání podmínek. A to taky kvůli místní etice. Můžeš lézt, jen když jsou skály bílé. Tohle je například v Tatrách jedno. Ve Skotsku musíš počkat, až bude vlhko a začne do toho sněžit. Od určité výšky se to pak začne lepit na skálu. Při lezení nevidíš chyty, spíš jen tak „reješ“ v bílé kaši a hledáš, kde se ti chytne cepín. Jde o zvláštní a hodně nejisté lezení.

## » kde není cesta, musí být problém a ty ho chceš vyřešit

Ani mě moc nelákají výstupy typu Ueli Steck, kdy tou stěnou proběhne. Mám rád život ve stěně, kdy si dáš dva nebo tři bivaky. A co mě hodně baví, je to, když se vzbudíš po tvrdém bivaku a čeká tě nějaká těžká délka. Když ji překonáš, tak máš hodně dobrý pocit.

#### *Jak vznikl nápad na letošní prvovýstup v severovýchodní stěně Les Droites, který jste pojmenovali „Dračí let“ neboli „Le vol du dragon“?*

Všechno je obrovská náhoda. Čteš si průvodce a koukáš, že nějakí Francouzi udělali prvovýstup. Hned vedle je prázdné místo a ty si říkáš, proč tam není cesta. Musí tam být nějaký problém a ty ho chceš vyřešit. Později jsem třeba zjistil, že ty dva moje letošní prvovýstupy jsou spojeny už názvem (prvovýstup na Rysy a Les Droites – pozn. autora). Název Rysy se odvíjí od črtů a „Les Droites“ je v překladu přírma. Takže to prostě všechno nějak zapadá.

#### *Jaké to bylo s orientací v tak velké stěně?*

To tě vede samo. Podvědomě víš, kudy chceš lézt. Výš ve stěně už si tě cesta vede sama komíny, rampami apod. Například Francouzi to dělají tak, že si plánovanou cestu prohlédnou z vrtulníku nebo lezou nějakou cestu vedle. My se doma mrkneme do fotky a přijedeme to vylézt.

#### *Pokoušel se před vámi o cestu někdo?*

Možná ve spodních částech, kde jsme našli nějakou skobu. Ale výš určitě ne. Docela jsem tam ty spáry čistil.

#### *Ještě pár otázek o vybavení, bereš do stěny pérový spacák, nebo syntetiku?*

Na peří jsem dost zanevrel. Mám strach, že ve stěně zůstanu viset třeba osm dní, než pro mě přiletí helikoptéra (smích), a za tu dobu by peří navlhlo a zmrzlo. Beru s sebou syntetiku a rozhodoval jsem se mezi Primaloftem

#### **i** PAVEL „BAČA“ VRTÍK



Vyhovuje mu lezení v zimních podmínkách, v mixových a ledovcových stěnách, rád se účastní

drytoolingových závodů a na lyžích má na kontě sjezd ze sedmítisícového vrcholu Pik Lenina. V posledních letech získal čtyřikrát ocenění ČHS za výstup roku, například Cesta Matrix byla nejtěžší tatranskou mixovou cestou. Kromě lezení má rád i běh, horské kolo a skialp.



## TOFANA LOCK

Párací tlumič pádové energie pro zajištěné cesty s dlaňovými key lock karabinami.



Arco, Itálie ■ Photo: Petr Plechowicz



a Climashieldem. Primaloft jde víc zmačkat a víc hřeje mokrý, ale Climashield si déle uchová svoje vlastnosti, takže má větší životnost. Beru s sebou tedy kilový spacák ze syntetiky. Mohl bych mít třeba dvouapůlkilový zimní spacák, ale to už bych si nemohl vzít bundu a kalhoty z Primaloftu, které používám třeba na štandu nebo když večer dolezu a vařím.

### *Kolik váží batoh pro zimní technické výstupy v Alpách či v Tatrách?*

Jeden batoh je superlehký, teď mám na mysli materiál, ze kterého je vyrobený. Váží miň než kilo a používá ho ten, kdo leze na prvního. Jsou v něm jen lehčí věci jako bunda a nějaké další oblečení. Váhově může mít do deseti kilo. Druhý batoh je 55 Haulbag od Ádr designu, který má sám o sobě asi dvě a půl kila, ale je odolný. Do něj narveme těžší věci. Když lezeme těžší délky, tak ho taháme.

### *Jak jsi se dostal ke spolupráci se Singing Rockem?*

Zpočátku jsem žádné sponzory neměl. Věci od Singáče jsem měl nejdříve přes Stoupu. Potom přišel projekt, při kterém jsme chtěli lézt velké věci. Byla nás parta asi pěti lidí. V Singáči se nápad líbil a vzali to pod sebe. Když jsem potom začal víc lézt v zimě, někdy po Matrixu, tak jsem od kluků ze Singáče dostával různé vybavení, jako smyčky nebo lana, na testování. To jsme ani neměli žádnou smlouvu. Později jsem těch věcí potřeboval víc a spolupráce začala být větší. Následně jsme sepsali smlouvu a spolupracujeme dodnes. Mám od nich cepíny, mačky, lana a hodně dalšího matroše.

### *Jaké bereš do stěny rukavice?*

Problémem mnoha lidí je výběr bot, ponožek a právě rukavic. V horském lezení je obecně problém vlhkost. Večer doležeš a jsi zpocený. V noci ti to navíc zmrzne. Pokud jde o rukavice, kombinuju čtyři páry podle účelu a aktuálních podmínek. Prioritou je pro mě, aby rukavice dobře pouštěly vlhkost, a lehce se tak sušily. Mám jedny tenké windstopperové rukavice na nástup a vaření, potom goráčové palčáky, což je jen takový návlek. Do nich další rukavice v podobě zateplené vložky. Nejobtížnější na výběr jsou středně teplé rukavice do podmínek kolem minus deseti, které jsou odolné a ne úplně silné.

*Díky za rozhovor.*



## Novinky a zajímavosti v outdoorové výbavě

Svět outdooru pravidelně přináší zprávy o novinkách a zajímavostech v outdoorové výbavě, a to nově i formou krátkých tipů na vybavení. Podívejte se na novinky z dílen adidas, Rock Empire, MSR, Hanwag a Marmot.



### Hanwag Escalator GTX

#### Nízká obuv na lehké lezení a feraty

Pohodlná nástupová bota vhodná do lehkého terénu. Gumový okop po celém obvodu, vibramová podešev dobře přilnavá k povrchu, membrána Gore-Tex pro vyšší voděodolnost a zároveň prodyšnost, šněrování až do špičky pro perfektní usazení na noze.

**Infocena: 4 990 Kč**

Více info na [www.hanwag.de/cs](http://www.hanwag.de/cs)



### MSR Elixir

#### Turistické stany pro 2-3 osoby

Novinkou na trhu od značky MSR je sériová řada stanů kolekce Elixir. Tyto stany jsou určeny pro méně náročné turisty a cestovatele, kterým záleží na ceně. Jsou vyrobeny z lacinějších materiálů, které však v žádném případě neovlivňují jejich kvalitu a jsou v dané kategorii překvapivě lehké.

**Infocena: 6 620 Kč (pro 2 os.)**

**7 940 Kč (pro 3 os.)**

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



### Adidas Terrex Solo

#### Nízké boty z kategorie „approach“

Lezci a příznivci boulderingu si mohou poprvé vychutnat lehkou botu z kategorie „approach“ - unikátní kombinaci vlastností obuvi nabízející nepřekonatelnou přilnavost podešve Stealth a maximální pohodlí při všech stoupáních a nenáročném lezení.

**Infocena: 3 499 Kč**

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



### Rock Empire Set Climbing Premium

#### Souprava pro začínající lezce

Lezecký set od firmy Rock Empire, který obsahuje vše potřebné pro lezeckou výpravu, ať už se budete chystat do přírody na skály nebo na umělou stěnu. Plně nastavitelný úvazek Streak, jistítko Guard, HMS Magnum Screw, sáček na magnézium a magnesium ball.

K dostání v síti Hudy sport.

**Infocena: 1 390 Kč**

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



### Marmot Nano AS Jacket

#### Bunda z materiálu Gore-Tex Active

Marmot Nano AS je ultralehká a snadno sbalitelná nepromokavá bunda z vysoce prodyšného materiálu Gore-Tex Active. Oceníte ji především při vysoce aerobních aktivitách, pokud šetříte každý gram a zároveň se nespokojíte s kompromisy.

**Infocena: 6 690 Kč**

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



# Ladak na kole

## Parádní jízda mezi nebem a zemí

Tato nejdlejší a nejrůdnější osídlená oblast Indie má mnoho výstižných názvů: Malý Tibet, Moonland nebo La-Dagh (Země sedel). To všechno se vám vybaví, kroužíte-li nad touto podivuhodnou krajinou v letadle. Jedinečná vysokohorská planina Ladaku se nachází v nadmořských výškách nad 3500 metrů. Je protkána drsnými hřebeny hor, jen s několika málo silničkami, statečně prostupujícími vysokohorskými sedly. Právě tato konstelace sem láká neohrožené příznivce cyklistiky z celého světa.

» *vyšlápli jsme si do nejvyššího silničního sedla světa*

Dříve se po těchto úzkých cestách táhly jen karavany jakú s nákladem soli a pšenice. Dnes po bývalých jačích stezkách kodrcají nákladňáky s palivem a proviantem pro vojenské posádky. Cesta protínající celé území Ladaku je tím pravým místem pro cyklisty, kterým je už Evropa moc těsná a mají akutní potřebu odpočinout si od všudypřítomné civilizace. V sedle biku jsme se vypravili napříč touto bohem zapomenutou zemí a přehoupli se při tom přes několik pětitisícových sedel. Díkybohu jen tak na lehko. Všechna čest a obdiv kolegům cykloturistům, kteří Ladakem putují i s brašnami na těžko. Pravda, některá sedla byla v půli září na hranici sjízdnosti i bez zátěže. Zima se ozvala o něco dřív než obvykle, a tak jsme testovali kola v kapku extrémnějších podmínkách, než jsme čekali...



### i TRASA

Leh–Manali s aklimatizačními vyjíždkami i zajiždkami je dlouhá 900 km ve 14 etapách. Celkové převýšení je asi 11 150 metrů. Pokud se vám nechce tahat veškerý náklad v brašnách, můžete do Ladaku vyrazit s autorem textu v rámci zájezdu s CK Kudrna.

### i PŘEPRAVA KOLA

V Ladaku se dá využít místních půjčoven kol. Ta jsou však zpravidla ve velmi havarijním stavu. Kolo si přes Himálaje jednoduše přepravíte letadlem jako „oversize“ nebo „bulky“ zavazadlo, doletět můžete pohodlně až do Lehu. Ideální je sbalit bicykl do přepravní krabice, kterou snadno získáte v každém cykloobchodě. Hmotnost zavazadla by neměla překročit 20 kg. Cena letecké přepravy se pohybuje mezi 50 a 80 eury, podle společnosti. Vyplatí se přibalit vlastní specičné díly pro základní servis (brzd, destičky, dráty, patku přehazovačky ap.).

## S bikem do nejvyššího sedla světa

Kdo by neměl aspoň trochu rád kopce! Minimálně ve směru dolů zdá se být každý kopec přívětivější. Pojdme se mrknout na jeden z nejvyšších kopců, dosažitelných na kole. Vyšlápli jsme si do nejvyššího silničního sedla světa, kdesi v pustém Ladaku. Výstup do monumentálního sedla Khardung La (5606 m) vyžaduje několikadenní aklimatizaci, a proto před samotným výšlapem volíme několik vyletů po okolí startu – městečku Leh, ležícím v úctyhodné výšce 3500 m.

Konečně vyrážíme na cestu do sedla a na tachometru postupně nabíhají výškové metry, ale pouze do hodnoty 3999 m. V tu chvíli se přístroj zastavuje, protože mu k našemu překvapení došly číslice. Míjíme i vojenský check point, který je posledním záchytným bodem na „cestě do nebe“.

S přibývajícím výškou ubývá kyslíku a postupně se propadáme do takového toho bikového deliria. Nohy je nejlepší přepnout na autopilota. Někde v pěti kilometrech míjím několik uvíznuvších německých motorkářů. S respektem zdraví zatvrzele se tvářícího cyklistu. O něco výš se z uvízlého nákladáku ozve: „Juley, strong man!“ („Zdravím, siláku!“). Posledních 300 výškových metrů je nekonečných. A najednou, z ničeho nic, je to tu – nejvyšší silniční sedlo Khardung La. Podařilo se mi sem vyzlínat v příjemném opojném stavu nevědomí. Projíždím prostou bránou z modlitebních praporků. Je to nepopsatelný pocit, když vám dojde, že nikde na světě už to na kole výš nejde. Uváděná výška 5606 m, zažitá na vlastní kůži, najednou budí opravdový respekt. Teprve teď si můžete vychutnat zasloužené výhledy na impozantní karákóramský hřeben v dálí. Tímhle výhledem je veškeré to cyklistické úsilí rázem vykoupeno. Cestou napříč Ladakem nás čeká ještě několik pětitisícových sedel. Později se ukazuje, že Khardung La bylo jen „zahřívacím kolem“ pro zdolání jeho četných menších sourozenců.

## Úsilí a rozkoš nekončí

Přejeli jsme spoustu dalších vysokých sedel. Namshang La, Nakee La, Baralacha La. Jedno fotogeničtější než druhé. Až po to poslední přelomové sedlo Rohtang La, oddělující Himálaje od nížiny na samém konci cesty. Klesáme po vrstevnici zařízle do horského masivu dole v údolí.

Hráškově zelená hrachová políčka ostře kontrastují s bílou sněhovou masou jen o pár stovek metrů výš. Otepluje se a během padesáti kilometrů sjezdu cítíme ztuhlou stoupající obsah kyslíku ve vzduchu. Ubývající výška a přibývajících vegetace má na svědomí velmi opojné pocity. V Marhi zastavujeme vydechnout a nasát trochu místní atmosféry a kávy. Kleslí jsme opravdu hluboko, asi o 1500 m. Prchli jsme z alpského klimatického pásma rovnou do subtropů. Během okamžiku nám naplno dochází, jak velkolepé bylo celé to putování Malým Tibetem. Klasik by celé to naše úsilí o vyjížděce přes Himálaj shrnul patrně nějak takto: „V šilenství je rozkoš, zná ji však jen šilenec...“

Všichni se z Himálají vracíme příjemně vyčerpaní. Poznali jsme moudré Tibeťany i bodré kočovníky. Přesvědčili jsme se, jak málo stačí člověku ke štěstí. A hlavně jsme zjistili, že bez kola jsme jako bez nohou. Nasbírali jsme 900 km s poctivým převýšením 13 500 m. Ubezpečili jsme se, že proti himálajským velkánům jsme jen pouhopouhá kosmická smítka, zmítaná ve sněhové vánici. Vracíme se s plnou náručí zážitků, jež se nám znovu vybaví u každého šálku čaje, kterého jsme v Ladaku vypili opravdu obrovské množství.

### i RUDA RŮŽIČKA



Biker, dobrodruh, servisman a průvodce CK Kudrna. Na kole projezdil téměř celý svět od

Himálaje, přes Maroko, Makedonii, Albánii až po Rumunsko. Na otázku, co mu jde nejlíp, bez zaváhání odpoví: „improvizace“, naopak na dotaz, co mu jde nejhůř, odpoví: „sedět na jednom místě“.



OUTDOOR FOOTWEAR  
SINCE 1921

„ZKUŠENOST  
JE ZAČÁTKEM  
KAŽDÉHO  
UMĚNÍ A VŠEHO  
POZNÁNÍ.“ [ARISTOTELES]



## TATRA GTX®

Vysoce stabilní treková obuv vyrobena z pevné, voskované nubukové kůže. Konstrukce s redukováným množstvím švů zaručuje dlouhou životnost a nejlepší tvarovou stabilitu. Díky poskytované pevnosti, pohodlí a stabilitě je tato obuv vhodná na těžké treky v každém terénu nebo na vícedenní túry.



[www.hanwag.de/cz](http://www.hanwag.de/cz)

# Závod protikladů



## Mlha, zima, déšť, ostré slunce a neskutečné vedro na závodě Transgrancanaria očima Pavla Paloncého

Gran Canaria je největší ostrov Kanárských ostrovů, na kterém se každý rok začátkem března běží 120kilometrový závod napříč ostrovem. Letos se na nejvýznamnějším kanárském ultratrailu sešla hodně ostrá konkurence a já měl to štěstí být u toho.

### „nejdelší trať slibovala 125 km a 8500 metrů převýšení

Pohled do startovní listiny dával tušit, že zájemců o přední místa bude výrazně víc než těchto míst. Co jméno, to pojem. Pro mě osobně byla Transgrancanaria (TGC) jakýmsi uzavřením zimní části sezony, kdy jsem si chtěl prvořadě osahat atmosféru a náročnost světového ultratrailu, po něm tam chvíli zůstat, a nabrat tak síly do další části sezony, protože zima byla náročná.

Nejdelší trať slibovala 125 km a 8500 m převýšení a když jsme se dopoledne registrovali v Maspalomas, tedy v místě cíle, slunce už solidně peklo a očekávali jsme pořádnou výheň. Čas před startem jsme strávili odpočinkem a v klidu, pozornost byla upřena na ty nejlepší. Vzhledem ke španělské nátuře se ale prakticky nikde nic nedělo, nikdo toho moc nevěděl a čas líně plynul.

### Jak na to?

Když jsme s parťákem Honzou Zemaníkem před startem dumali, jak na to půjdeme a jakou taktiku zvolíme, trochu jsme tápali. Jak rychle rozeběhnout závod, který má 125 km a je do kopce víc, než cokoli, co se běhá u nás? Snažil jsem se to připodobnit k něčemu, co znám, ale to mi právě moc nešlo. Jak parametrově, tak hlavně technicky – tak těžké terény, jako se běhají ve světě, doma nemáme.

Volba tak padla na nejlepší ženy. Holky ze startu neblázní, přitom jdou solidní tempo. V hlavě jsem si také pomáhal tím, že se závodí hlavně od 84. km – to nás na trati čekala velká

občerstvovačka v El Garañónu, hned po ní výběh do nejvyššího bodu Pozo de Las Nieves (přes 1900 m n. m.) a po něm už jenom... maraton, z kopce a do cíle!

### Dva v jednom. Je to ten samý ostrov?

Na severozápadě ostrova v pobřežním Agaete nás při půlnočním startu přivítala mlha, zima, déšť a vítr. Zpočátku běžím poměrně v klidu, ale trať začíná zostra výběhem do Tamadaby (1200 m). Stezka vypadá technicky, takže paráda. V prvním seběhu můj trápíciho se Dana Orálka a spousta dalších. Seběh je hodně náročný, v mlze je třeba koukat pečlivě pod nohy, občas mrknout dopředu, kde je odrazka, a zase rychle koukat pod nohy. Tu a tam proběhneme borovicovým lesem, zatím super.

Asi po 25 kilometrech nadšení z terénu vyprchá, když se naprosto mění charakter trasy. Místo kamení a lesních pěšin přicházejí asfaltky a průběhy různými kluzkými koryty, a ještě k tomu potmě. Stačí chvilka nepozornosti a je oheň na střeše: ohnutá hůlka, já v kaktusu a bodliny v celém pravém rameni. A chvíli po rozednění, asi na 48. kilometru, se mi daří řádně se vysekat...

☑ *Závod začal mlhou a deštěm, zatímco na konci tratě závodníky čekala vyprahlá krajina.*

**KATADYN**  
MAKING WATER DRINKING WATER

## Teror = konečná

V podstatě jsem jen pořádně zakopl, ale cítím, že s palcem není něco v pořádku. Běžím dál, ale v sobě do Teroru (57 km) je evidentní, že to nepůjde. Nejsem schopen rozumně sbíhat a v tomhle stavu mi připadá seběh posledních 40 km nemyslitelný. Nezbyvá mi, než v Teroru kontaktovat zdravotníky. Čekání na pomoc trvá nekonečně dlouhých šest hodin, v cíli jsem si vydupal rentgen a ten potvrdil moji obavu – našťipnutý článek v palci na levé noze. Takže bylo dobře, že jsem skončil už v Teroru.

**” byla z toho ohnutá hůlka, já v kaktusu a bodliny v celém pravém rameni**

Dál se ale děly věci. Jen kousek za Terorem v hloubi pole skončila americká celebrita. „Ten, který prakticky nejí, běhá a hodně u toho huláká,“ jak o sobě píše ve své knize Scott Jurek. O další kousek dál se charakter trati výrazně změnil, svahy najednou začaly být orientované směrem na jih. Les, mlhu a déšť vystřídal vyprahlá krajina a úmorné vedro. Po překonání nejvyšších bodů v závodě a monumentálního skalního bloku Roque Nublo čekal závodníky úmorný seběh zakončený několika kilometry ve vyschlém vydlážděném korytu řeky. Na čele se to dost mlelo. Ze špičky odpadlo jedno velké jméno za druhým, až se v cíli po 14 hodinách s odstupem jen pár minut objevila trojice v tomto pořadí: Ryan Sandes, Julien Chorier, Timothy Olson. V ženách byla situace o poznání jasnější, ve vedení se usadila Núria Picas a zvítězila. O druhé místo se strhl boj, ten pro sebe rozhodla Francesca Canepa před Fernandou Maciel.

Z našich výborně zaběhl Honza Zemaník, kterému se podařilo realizovat „dívcí taktiku“, závod rozběhl s rozvahou a výsledkem bylo celkové skvělé 20. místo, čas jen lehce nad 17 hodin.

## Nový start

Když si člověk ze závodu odnese DNF (*závodník nedokončil závod, pozn. red.*), tak to nikdy není důvod k radosti, prostě mi něco chybí. Převládá trochu zklamání z trati. I když jsem běžel jen noční půlku, tak ta nebyla tím, proč by člověk na takový závod jel.

Na Kanárské ostrovy jsem nicméně nejel kvůli trati. Že to bude dostih, to jsem očekával. Kromě DNF a zranění jsem poznal atmosféru velkého závodu a získal další zkušenost. Po závodě jsem si skutečně odpočinul, s ostatními závodníky z Česka zažil parádní týden a nabral další motivaci a chuť do tréninku a závodu.

**TIP:** Pokud se vám přes celý ostrov nechce běžet po svých, můžete jej projezdit na kole. Laminovanou cyklomapu Gran Canaria 1:50 000 pořídíte na [www.MapyKiwi.cz](http://www.MapyKiwi.cz).



**kapesní čističky vody  
pro outdoor  
dezinfekce a vodní  
filtry pro profesionály**

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

# Bojte se, ne však příliš



(foto Shutterstock.com)

## Výšková nemoc: Strašák horolezců aneb jaká je realita?

Každý zodpovědný vysokohorský turista či horolezec zná pojem výšková nemoc. Ale ruku na srdce, víte, jaká je při výletech do hor míra rizika, jak výškové nemoci předcházet, jak ji poznat a případně i léčit? S touto problematikou vás v následujícím textu seznámí odborník na horskou medicínu Tomáš Obtulovič.

Za všechny formy projevu výškové nemoci při neadekvátním výstupu do vyšší nadmořské výšky, si můžeme v podstatě sami. Zní to tvrdě, ale je to tak. Naprostá většina z nás své cesty a výlety do vysokých hor směřuje do maximálních výšek kolem 6000 metrů. Vyš se vydává jenom velmi málo jedinců, kteří už většinou s vyšší nadmořskou výškou zkušenosti mají. Zaměřím se tedy na masu těch, kteří touží po alpských čtyřtisícových vrcholcích, „nižších“ kopečkách Kavkazu, Pamíru, And nebo Himálají.

Hned zkraje bych rád poukázal na to, že opravdu jen malé, velmi malé procento návštěvníků z celkového počtu v dané oblasti si přivodí jednu z regulérních forem výškové nemoci. A aby situace došla tak daleko, že nadmořská výška způsobí přímé ohrožení života, potažmo vyvolá nějakou záchrannou akci, takových případů i v těch hojně navštěvovaných horských zemích, jako například Nepál, jsou pouze jednotky.

### Bud' fit!

Přesto se tento „strašák“ nedá podceňovat. Zcela zásadní faktory prevence jsou zkušenost jedince, informovanost a čas. Asi by také bylo vhodné neopomenout aktuální zdravotní stav.

Určité choroby mohou výrazně zvyšovat riziko výškové nemoci, stejně tak i znatelně zpomalovat přirozený proces aklimatizace. Před cestou je na to dobré pamatovat a konzultace s lékařem je zcela na místě. Vydávat se na cestu do země s nižším hygienickým standardem v dobrém zdravotním stavu by tak mělo být samozřejmostí. Pokud něco svou liknavostí zanedbáte, můžete pak nejen omezit (to je to poslední), ale také ohrozit bezpečnost svých kamarádů. Všeobecná vzájemná informovanost o zdravotním stavu by rovněž měla být samozřejmostí.

**» je zcela zásadní si na daný trek či výstup vyhradit dost času**

Zkušenost jedince je velmi relativní. Někdo se už s vrcholovou fotkou na Mont Blancu nebo na Elbrusu považuje za zkušeného, což je pochopitelně nesmysl. Hrozba výškové nemoci u těchto jedinců je přirozeně vyšší. Naštěstí snad každý knižní průvodce s treky ve vysokých světových pohorích má na začátku kapitoly o výškové nemoci, a hlavně, treky jsou po jednotlivých denních etapách plánovány tak, aby riziko vzniku výškové nemoci bylo zcela minimální.

## Čas je dobrý přítel, a zlý pán

To už zohledňuji zcela zásadní faktor prevence, a tím je čas. Ten hraje ústřední roli u naprosté většiny jedinců postižených jednou z forem výškové nemoci a zároveň je to klíčový faktor při „uzdravení“ a vlastní léčbě výškové nemoci. Na akci máme vždy nějaký zcela konkrétní časový rámec. Je extrémně nebezpečné malovat si v teple domova, co všechno krásně stihneme. Ano, naše dovolená je krátká. Bohužel. Letenky jsou často drahé. To by ale nemělo znamenat, že trek, plánovaný knižním průvodcem na 4 týdny, zkrátíme na pouhé 2, to nemůže dopadnout dobře!

## Promyšlený plán je klíčem k úspěchu

Pro úspěch akce je naprosto zásadní reálný plán, který si před cestou v klidu doma napište a vezměte s sebou. Tenhle mistr poskytuje optimální dobu pro přirozenou aklimatizaci našich tělesných skořápek ve vyšší nadmořské výšce, taky počítá s případným špatným počasím a pochopitelně nezapomíná na ústupové cesty. Pokud si totiž vyberete takový výlet, kde nebudete hned od počátku tlačeni časem, o to více si jej užijete! Nemluvě o obavě z výškové nemoci.

## ” zásadní faktory prevence jsou zkušenost jedince, informovanost a čas

Všichni připomínají i faktor samotné výšky. Ano, s narůstající nadmořskou výškou hrozba výškové nemoci ztelně narůstá, čísla jsou jednoznačná, ale zásadnější je podle mě to, proč ke vzniku výškové nemoci dochází. Pokud máte patřičné zkušenosti, informace a čas není proti vám, faktorů výšky se není třeba zase tolik obávat. To je dobré vědět a zbaví vás to mnoha předodjezdových stresů.

## Kdo se bojí, nesmí do lesa


Není důvod nové návštěvníky vysokohorských oblastí hned na úvod odrazovat a detailně popisovat, co ta výšková nemoc je zač a jak hrozná může být. Mnozí to dělají. Ale mojí snahou je výše uvedenými řádky právě naopak návštěvníky do hor přilákat, a proto jsem začal trochu netradičně! Vysoké hory mají své neopakovatelné kouzlo, kde se snoubí hluboké přátelství, poznání, sportovní stránka věci a to vše právě v úžasně kulise hor.

### i VŠEOBECNÉ DOPORUČENÍ – „ZLATÉ PRAVIDLO“

- Ve výškách nad 3000 m dodržujte tři základní pravidla:
- za den maximálně 300 výškových metrů
  - odpočinkový den po každých 1000 výškových metrech nebo po třech dnech výstupu
  - bránit dehydrataci, pít denně minimálně 2–3 i více litrů tekutin

### i RIZIKOVÉ FAKTORY AHN

- rychlý výstup
- nadměrná fyzická aktivita
- stěvná potíže a infekce dýchacích cest (zdravotních potíží zvyšujících riziko je víc)
- požívání léků proti nespavosti a konzumace alkoholu
- vyšší dávky analgetik
- dehydratace

A teď už do práce. Termín výšková nemoc zahrnuje nepřírozené stavy organismu na podkladě snížené dostupnosti kyslíku v přímé souvislosti s poklesem parciálního tlaku vzduchu se vzestupem nadmořské výšky (atmosférický tlak je na vrcholku Mont Blancu poloviční a na samotném Mount Everestu už jen třetinový). 



# MOIRA®



ČESKÝ VÝROBCE FUNKČNÍHO PRÁDLA

ZNAČKOVÉ PRODEJNY MOIRA: BRNO - GROHOVA 17, BRNO 2; ORLÍ 17, BRNO 2  
■ ČESKÉ BUDĚJOVICE - NÁM. PŘEMYSLA OTAKARA II. Č. 23. ■ HRADEC KRÁLOVÉ 1  
- V KOPEČKU 88 ■ JABLONEC - DOLNÍ NÁM. 716/3 ■ JIHLAVA - MASARYKOVO NÁM.  
1220/53 ■ JINDŘICHŮV HRADEC - NÁM. MÍRU 86 ■ KARLOVY VARY - DR. DAVIDA  
BECHERA 908/29 ■ KLDNO - KOMENSKÉHO 409 ■ KROMĚŘÍŽ - VODNÍ 85 ■ LIBE-  
REC - NÁM. EDVARDA BENEŠE 14/II ■ M. BOLESLAV - ŽELEZNÁ 159/102 ■ MOST  
- J. PRŮCHY 921 ■ OLOMOUČ - OSTRUŽNICKÁ 332/20 ■ OSTRAVA - SOLNÁ 1472 ■  
PARDUBICE - SMILOVA 356 ■ PÍSEK - SMETANOVA 78 ■ PLZEŇ - AMERICKÁ 1125/62;  
SEDLÁČKOVA 245/24 ■ PRAHA - HYBERNSKÁ 1, PRAHA 1; ANTALA STAŠKA 114/20,  
PRAHA 4; M. HORÁKOVÉ 684, PRAHA 7; J. PLACHTY 28, PRAHA 5 ■ STRAKONICE  
- KOCHANA Z PRACHOVÉ 121 ■ TÁBOR - PALACKÉHO 349 ■ ÚSTÍ NAD LABEM - MÍRO-  
VÉ NÁM. 66/18 ■ ZLÍN - KVÍTKOVÁ 475 ■ KATALOG PRO VÁS NA ADRESE:  
MOIRACZ, A.S., KOCHANAZPRACHOVÉ 121, 38601 STRAKONICE, E-MAIL: INFO@MOIRA.CZ

Výšková nemoc tak může vzniknout s výstupem do vyšší nadmořské výšky. S oblibou všude citovaná poučka „Dostat výškovou nemoc je v pořádku, zemřít na ni nikoliv!“ je i tady na místě. Dostat akutní horskou nemoc, tedy nejčastější formu výškové nemoci, není nic tragického a jak jsem uvedl výše, zase tolik bych se toho neobával.

## » AHN může dostat každý, bez ohledu na věk, pohlaví, fyzickou kondici a předchozí zkušenosti s výškou

Abychom se jí vyvarovali, je nezbytné přizpůsobit naši tělesnou schránku vzrůstající nadmořské výšce, tzv. se aklimatizovat. Jedná se o běžný proces, kdy se tělo přizpůsobuje nižšímu parciálnímu tlaku vzduchu a překonává změny chemických procesů, které vyvolává výška. Je to proces stupňovitý, velmi individuální a není nekonečný. Doba potřebná k aklimatizaci závisí na rychlosti výstupu, dosažené absolutní výšce, překonaném relativním výškovém rozdílu a zdravotním stavu jedince, nikoliv však na jeho fyzické zdatnosti.

## Aklimatizujeme se

Proces aklimatizace souvisí s mnoha pochody v lidském těle, které začínají při vstupu do vyšších nadmořských výšek. Jsou to: hyperventilace, zvýšení srdeční činnosti, zvýšená diuréza, změna rytmu dýchání během noci, časté noční probouzení a zvláštní sny.

**Hyperventilace** – při normální dechové frekvenci se tělu nedostává patřičného množství kyslíku, a tak na to dechové centrum v prodloužené míše reaguje zrychlením dechové frekvence, tedy tělo hyperventiluje. To poznáme především při námaze. Jde o normální, přirozenou reakci, dokud pocit nedostatku kyslíku nevytmízí s odpočinkem. S přibývajícím nadmořskou výškou klesá schopnost krve přenášet kyslík. To znamená, že k udržení potřebného množství kyslíku nepomůže

### i FORMY VÝŠKOVÉ NEMOCI

1. Akutní horská nemoc, AHN (Acute mountain sickness, AMS)
2. Výškový otok plic (High altitude pulmonary edema, HAPE)
3. Výškový otok mozku (High altitude cerebral edema, HACE)
4. Chronická výšková nemoc (Chronic mountain sickness, CMS)

**WARMPEACE**  
ON BODY IN SOUL

Lehce, příjemně a v pohodě  
s produkty z materiálu skupiny Smile Skin

Lehká pánská košile "Hot"  
z materiálu Smile Skin

Lehká dámská košile "Sun"  
z materiálu Smile Skin

SMILE  
SKIN

Skupina technicky vyspělých materiálů, které udržují lidskou pokožku v příjemném klimatu. Jejich přednostmi jsou zejména pružnost, prodyšnost, nemačkavost, tvarová stálost a nenáročná údržba.



Obsahují vysoké procento  
střečových vláken, jsou pružné,  
nebrání ohybu a neškrtí



Rychle schnou, dobře  
se udržují



Jsou prodyšné, výborně  
pracují s tělesnou vlhkostí



Oblečení je lehké a skladné

WARMPEACE

www.warmpeace.cz



ani mnohonásobně nad běžné hodnoty zvýšená dechová frekvence. Osoba pociťuje nedostatek kyslíku nejprve při námaze, ve výškách nad 5500 m i v klidu.

**Zvýšení srdeční frekvence** - zvýšená srdeční činnost úzce souvisí se zvýšenou dechovou frekvencí.

**Zvýšená diuréza** - zvýšené močení. Pokud budete normálně zavodněni, během noci půjdete močit opakovaně. V opačném případě jste asi dehydratováni nebo aklimatizace neprobíhá správně.

**Změna rytmu dýchání během noci** - periodické dýchání. Reakce je podmíněna velmi nízkým množstvím oxidu uhličitého v krvi, které v noci způsobí „vypadnutí“ dechového cyklu. Periodické dýchání tedy sestává z cyklů normálního dýchání, zadržování dechu a následného zrychleného dýchání. Nesouvisí to s akutní horskou nemocí a změněné dýchání většinou mizí až při sestupu dolů. Pokud budete poprvé svědky spánku s tímto dýcháním, možná budete vystrašení, ale nemáte se čeho obávat.

**Časté noční probouzení** - známka probíhající aklimatizace. Po úspěšné aklimatizaci se kvalita spánku zlepší. Léky na spaní není vhodné v této fázi aklimatizace podávat.

Jak na sobě poznáte, že aklimatizace probíhá, jak má? Především, pokud na sobě pozorujete následující procesy: srdeční frekvence se vrací k individuální hodnotě před výstupem do výšky, v noci přetrvává periodické dýchání, hyperventilace zůstává během odpočinku i práce a také přetrvává zvýšené močení především v noci. Pozor, proces aklimatizace nejde fyzicky ani duševně nijak urychlit! Otázku preventivního podávání léčiva Acetazolamid bych ponechal stranou.

## Co je vlastně akutní horská nemoc?

Akutní horská nemoc (AHN) je nejčastější formou výškové nemoci. Výškový otok plic nebo mozku se z celkového počtu postižených výškovou nemocí vyvine zhruba u 1 – 5 % postižených a popis těchto stavů je nad rozsah tohoto článku. AHN je důsledkem nepřizpůsobení organismu hypoxickému prostředí v dané výšce (relativnímu nedostatku kyslíku). Obvykle vzniká následkem rychlého výstupu do výšek nad 2500 m a pobytu v nich.

**„ dostat výškovou nemoc je v pořádku, zemřít na ni nikoliv**

S AHN se setkáme častěji od výšek nad 3500 m. Jde o soubor příznaků, které se objevují postupně, typicky 6 až 12 hodin po výstupu do vyšších nadmořských výšek. Do jednoho až tří dní stav obvykle vymizí, pokud ve výstupu osoba nepokračuje. Poslední věta samozřejmě neplatí absolutně, protože pokud je po výstupu výškový rozdíl velký, nastanou další komplikace, které si vynutí sestup. Akutní výškovou nemoc může dostat každý, bez ohledu na věk, pohlaví, fyzickou kondici a předchozí zkušenosti s výškou!

Jak se akutní horské nemoci vyhnout? Jednoznačnou odpovědí je zvolit přiměřené tempo výstupu. Pokud budete nabírat výškové metry racionálně, s největší pravděpodobností se AHN vyhnete!

**Autor: Tomáš Obtulovič**

Narodil se v Havířově a povoláním je lékař dlouhodobě se zabývající o horskou medicínu, kterou přednáší na kurzech pro laickou veřejnost. Jeho články se objevily v médiích Montana, Treking, Vertigo, MF Dnes, Horyinfo.cz, Lezec.cz a Japanese Alpine News.

### i PŘÍZNAKY AHN

Bolest hlavy ve výšce nad 2500 m a alespoň jeden z následujících příznaků:

- nechutenství, pocit na zvracení, zvracení
- únava, slabost
- malátnost
- nespavost

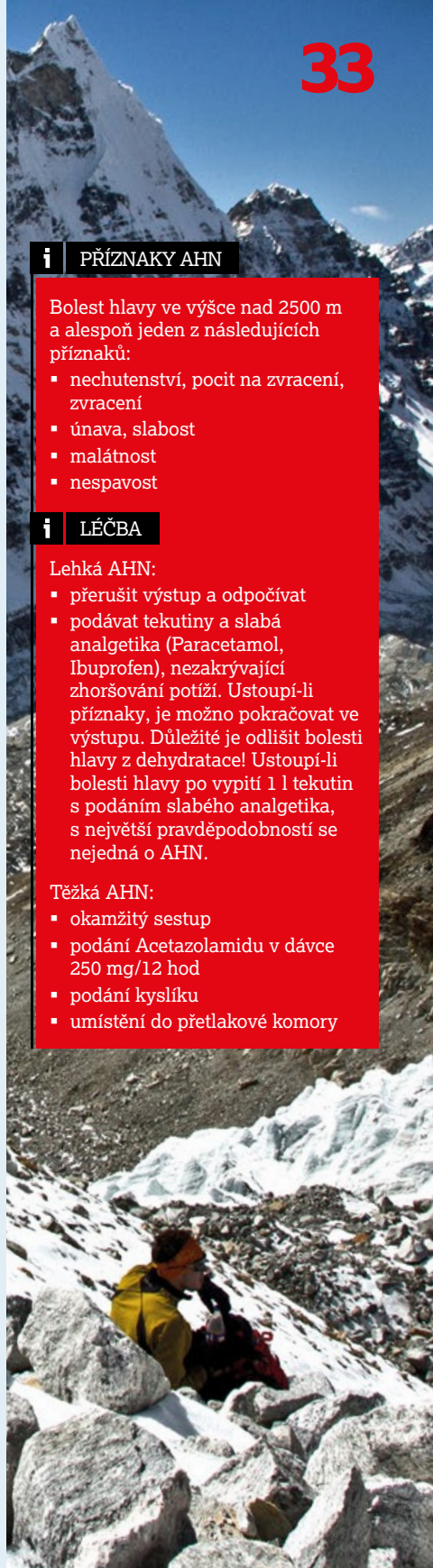
### i LÉČBA

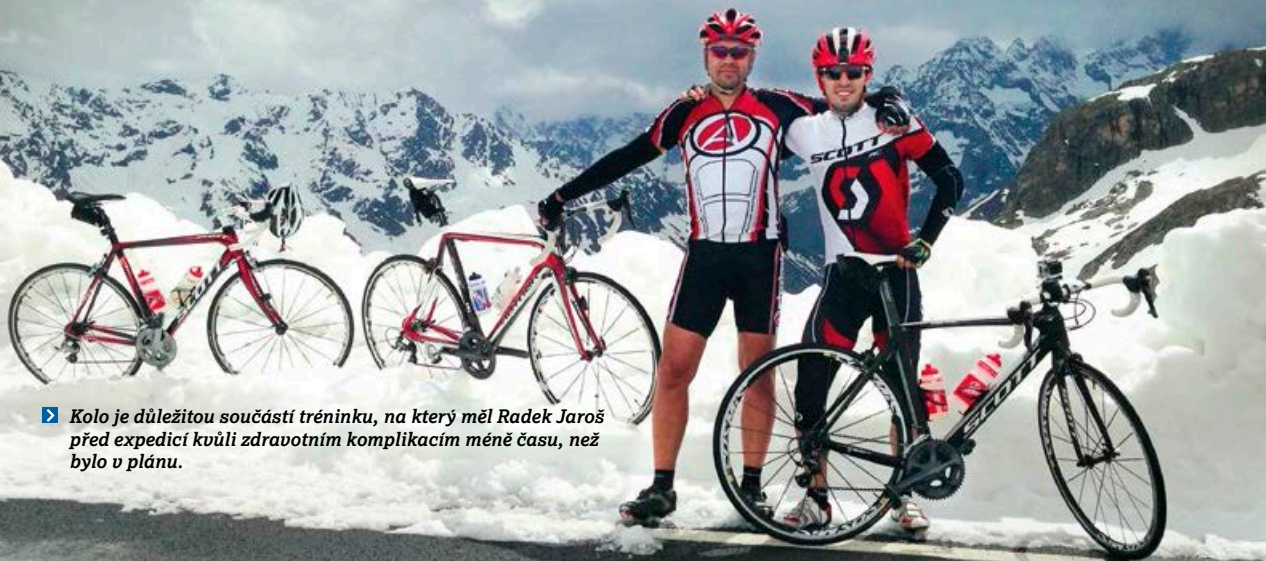
Lehká AHN:

- přerušit výstup a odpočívat
- podávat tekutiny a slabá analgetika (Paracetamol, Ibuprofen), nezakrývající zhoršování potíží. Ustoupí-li příznaky, je možno pokračovat ve výstupu. Důležité je odlišit bolest hlavy z dehydratace! Ustoupí-li bolesti hlavy po vypití 1 l tekutin s podáním slabého analgetika, s největší pravděpodobností se nejedná o AHN.

Těžká AHN:

- okamžitý sestup
- podání Acetazolamidu v dávce 250 mg/12 hod
- podání kyslíku
- umístění do přetlakové komory





► Kolo je důležitou součástí tréninku, na který měl Radek Jaroš před expedicí kvůli zdravotním komplikacím méně času, než bylo v plánu.

# K2 se nebude ptát, jestli mě bolí nohy

## Příprava a trénink Radka Jaroše

Začátkem června vyráží Expedice K2 2014 a cíl Radka Jaroše je jasný. Dosáhnout na poslední chybějící klenot v jeho Koruně Himálaje, vystoupit na vrchol K2. Při rozhovoru o přípravě a tréninku na expedici jsem se vyhýbal problémům se ztrátou prstů, což bylo medializované až až. Jenže ono to s přípravou natolik souvisí, že jsme si nakonec povídali o všem najednou.

### Jaký je tvůj vztah ke K2?

Byla to první osmitisícovka, kterou jsem v životě viděl. V roce 1989 jsem byl poprvé ve vysokých horách na Pamíru a tam jsme přes Hindúkuš viděli v dále obrovskou horu. Až doma jsme zjistili, že to byla K2. Tehdy mě ani nenapadlo, že bych na ni lezl. A vidíš, letos na ni pojedou popáté.

### Co všechno obnáší tvůj tréninkový plán?

Místo v listopadu jsem začal trénovat až koncem ledna, protože jsem musel ještě na jednu reoperaci a navíc jsem řešil problémy se zánětem karpálního tunelu. Ale teď už se konečně můžu intenzivně připravovat (*rozhovor proběhl počátkem dubna*). Byl jsem na běžkách, v Toskánsku na silničním kole a čeká mě deset dní na kole na Mallorce. Na samém konci března jsem byl poprvé po dvou letech běhat. Noha bolela, ale je potřeba, abych pahýlky prstů omačkal a otláčil, aby si zvykly. Při sestupu se nikdo nebude ptát, jestli mě bolí nožičky, nebo ne.

### Které sporty využíváš a kolik kilometrů během přípravy najezdíš a naběháš?

Zpočátku to byly běžky, kolo, kajak, později posilovna. Všechno, u čeho nedocházelo

k výraznému odvalu přes prsty nohou. Teď budu trénovat každý den a doufám, že na Mallorce najedu hodně přes 1000 km na kole. Začnu zařazovat i běh, byl jsem vždycky sportovní multiživelník a chci se k tomu vrátit. Samozřejmě se člověk bojí, aby se bolestivě nekopnul. Ale jít to musí.

### Plánuješ i lezení?

Samozřejmě. To byl také jeden z důvodů, proč můj poslední de facto zdravý prst na levé noze šel pryč. Neboul bych lezečku. Takhle mám levou nohu o dvě čísla menší, ale bude mít tvar boty.

### Co je hlavní pro fyzickou připravenost?

U mě je to objem a vytrvalost. Na K2 nebudu dělat shyby na jedné ruce, tuhle sílu nepotřebuju. Jednoznačně budu preferovat nohy a výdrž. Koupil jsem si stepper a cvičím, jde mi o to dostat do sebe objemy. Do posilovny chodím asi měsíc a půl, protože jsem měl stehy a nechtěl jsem riskovat, že se mi prořežou. Všechno jsem zahájil o dva měsíce později, ale člověk musí pracovat s tím, co má.

### *Proč jste pro aklimatizaci zvolili cestu do Peru na Huascarán?*

S tímhle modelem jsem přišel z několika důvodů. Jednak zjistím, jak se budou chovat prsty v podmínkách, které mě čekají na K2. Dál budu moci vyzkoušet vybavení, které s sebou bereme, termoprádlo od Craftu, společně navrženou řadu oblečení Radek Jaroš High Point a samozřejmě také boty Lowa, které mám dělané na míru. Také vyzkoušíme satelitní techniku. Ale hlavně chceme strávit dvě až tři noci na vrcholu Huascaránu.

### *Čím je tenhle typ aklimatizace výhodný?*

Dává šanci, že pokud nás pustí počasí, budeme schopní na K2 vybudovat první tři výškové tábory v jednom tahu. Ve druhé periodě dobrého počasí bychom se už mohli pokusit o vrchol. Je to časově i finančně náročnější, ale po aklimatizaci se vrátíme na týden do středoevropského komfortu a zregenerujeme. V Pákistánu by regenerace rozhodně byla horší jak co do klimatických, tak gastronomických podmínek. Podobnou aklimatizaci jsem absolvoval s Martinem Koukalem už v roce 2001 a potom jsem jel na K2 a běhal tam jako smeček. Doufám, že se to povede zase.

### *Jedou na aklimatizaci všichni účastníci?*

Určitě jedou všichni lezci, Petr „Miska“ Mašek, Honza „Tráva“ Trávníček i Martin Havlena, Lucka Výborná by se také ráda přidala. Na expedici K2 nás pak ještě bude do základního tábora doprovázet Sigmund Schwarzkopf z mé domovské značky High Point.

### *Řešíš životosprávu ohledně jídla, vitaminových doplňků nebo bílkovinných prášků?*

Žádný extrém. Teď jsem ale byl v Toskánsku s Ivanem Rybaříkem, což je vítěz australské Crocodile Trophy 2012, jehož projekt CistySport.cz propaguje stravu a doplňky na přírodní bázi.

i

### **POKUSY RADKA JAROŠE NA K2 (8611 m)**

- 2001 – počasí pouští do výšky 8000 m
- 2003 – padající sníh a výška 7400 m
- 2005 – hluboký sníh a opět počasí, 7300 m
- 2007 – zranění prstu v základním táboře



▶ **Martin Koukal na vrcholu  
Čo Oju, za ním majestátní Everest.**

Pobral jsem něco inspirace a zkouším například kúru mumio (pozn. red. – přírodní povzbuzující potravinový doplněk), což je známá věc, kterou vozili horolezci ještě snad za totality z Ruska.

### *Jak dlouho po expedici obvykle odpočíváš, než se zase pustíš to tréninku?*

Záleží na expedici, většinou jsem se do plné zátěže dostal do tří týdnů. Ale v roce 2005 jsme na K2 byli dohromady celkem 12x v zóně smrti nad 7000 m, to je pak samozřejmě rozdíl.

### *Jak dlouho je třeba trénovat, než má člověk fyzicky na osmitisícovku?*

Říká se, že osmitisícovka se neptá, co jsi dělal poslední tři měsíce, ale co jsi dělal celý život. Chce to lezecké i technické zkušenosti a dlouhodobou aktivitu. Před druhou expedicí na Mt. Everest jsem dva měsíce proležel a prokulhal se špatně udělanou operací menisku. Ale já jsem předtím makal celý život, moje tělo to vědělo a nebyl to takový handicap. Odjel jsem s diagnózou prasklý meniskus, vylezl na Everest, vrátil jsem se a šel na operaci znovu.

### *Dá se trénovat psychická připravenost?*

Nedá, to jsou především zkušenosti. Ale pozor, trénovaní sportovci, kteří jsou poprvé ve vysokých horách, mohou mít paradoxně problém. Jsou zvyklí na bolest a dokážou jít „přes závit“. A to je ▶





☑ Čo Oju (8201 m), na vrcholu stáli Radek s Martinem Koukalem právě před deseti lety.

ve výšce špatně. Vráťím se znovu k Martinovi Koukalovi, kterého na Huascaránu výšková nemoc skolila hrozným stylem. Při aklimatizaci máš nějaké hranice a musíš poslouchat tělo.

#### *Sleduješ, jak trénují špičkoví horolezci v zahraničí?*

Přehled nemám, ale horolezci z alpských zemí mají trochu jiné podmínky. Když to přeženu, tak se pohybují ve vysokých horách denně. Já pocházím z Vysočiny, kde má nejvyšší kopec 800 m. Kdybych mohl každý druhý den s mačkami a se zbraněmi vyběhnout v Alpách kopec kilometr a půl, tak by to byl určitě velký dar.

#### *Kdo je tvým lezeckým vzorem?*

Sen o vysokohorském horolezectví začal v mládí nad knihou Himálajští tygři, kde byl Šerpa Čong Norbu. V padesátých letech absolvoval řadu expedic a to byl pro mě tehdy neuskutečnitelný sen. Samozřejmě mám v úctě všechny Messnery, jsem rád, že se známé s Peterem Habelerem, což byl jeden z lidí, kteří mě motivovali a nakopli. Když jsem byl v roce 1994 s Josefem Rakoncajem na své první expedici na Mt. Everest, tak jsem lezl ve dvojici s Italem Faustem di Stefanim, který jako pátý člověk vylezl všechny osmitisícovky. Já byl na první a on měsíc předtím vylezl jedenáctou. To byl motor pro vznik myšlenky, že mi výšky sedí a že k tomu mám dispozici.

#### *Na pár dní mizíš na Mallorcu – asi pohodová dovolená, pláž, moře, gaučink?*

Já si to představuju taky tak. Před tím ještě každý den tak 150 km na kole a půl hodina běhu v písku po pláži, a pak všechno ostatní, co jsi říkal.

#### *Ať se na K2 daří, držíme palce...*



# Užij si DŘINU!

**CRAFT**   
FUNCTIONAL SPORTSWEAR



# Na hory s profesionálem

## Horský vůdce Tonda Volk:

### Nejraději vodím v Bernských Alpách

Ostré skalnaté štíty, sluneční trpyt odrážející se od neporušené pokrývky bílého prašanu, hluboké lesy a azurově modrá jezera. Lákají vás výstupy ve vysokých horách, ale nejste profesionální horolezci ani zkušení dobrodruzi? Nevadí, stačí pouze mít chuť a odhodlání se na nějaký alpský vrchol vydat.

Dříve jste museli být členem horolezeckého oddílu nebo mít kamarády, kteří se v horách vyznali a vzali vás s sebou. Dnes je to mnohem jednodušší. Pokud si chcete užít krásy hor bez obav a starostí, nejjednodušší cesta je zúčastnit se výpravy jedné z mnoha tuzemských agentur, které tyto zájezdy nabízejí. Jen musíte dát pozor a pečlivě si prostudovat, jaký bude mít váš doprovod kvalifikaci. Jednou z prvních cestovních kancelářů, která začala spolupracovat s horskými vůdci s mezinárodní licencí IFMGA, je cestovní kancelář Adventura.

Oslovili jsme jednoho z horských vůdců IFMGA Tonda Volka a položili mu několik otázek ohledně jeho vzdělání a profese, kterou vykonává. Tonda spolupracuje s CK Adventura více než 15 let, vzdělání horských vůdců IFMGA ukončil v roce 2006.

#### Co tě přimělo nastoupit do školy horských vůdců?

Byl to můj kamarád Dušan Stuchlík, který se inspiroval systémem vzdělávání horských vůdců v alpských zemích. V roce 2004 se jeho zásluhou otevřel první český vzdělávací kurz, do kterého jsem nastoupil.

#### Musíš jako horský vůdce dodržovat nějaká pravidla?

Jako horský vůdce jsem členem IFMGA a České asociace horských vůdců (ČAHV). Zavazuju se tak dodržovat a respektovat standardy a doporučení těchto dvou asociací. Mezi doporučení patří zejména stanovení počtu osob, které mohou vést v jednotlivých typech terénu.

#### Vzal bys s sebou na hory kohokoli, kdo tě osloví?

Dá se říct, že ano, hory jsou pro každého. Určitě bych ale nevalz člověka bez zkušeností hned na Matterhorn. Když mě osloví nový klient, zeptám se ho nejprve na tzv. horský profil: jaké má zkušenosti, jaké výstupy už absolvoval, jaká je jeho fyzická kondice. Podle těchto informací mu pak nabídnu adekvátní výstup, tak aby odpovídal jeho zkušenostem. V případě náročných výstupů si nové klienty otestuju i v terénu, v rámci aklimatizační túry.

#### Jaké výstupy s klienty nejčastěji absolvuješ?

Nežádanější kopci jsou samozřejmě Mt. Blanc, Matterhorn a Grossglockner, snažím se jim

ale vyhýbat. V Alpách je řada jiných, hezčích a také mnohem méně frekventovaných výstupů. Rád nabízím výstupy v Bernských Alpách – Mönch, Jungfrau, Fisterahorn nebo italský Weisskugel a Ortler.

*Co bys doporučil lidem bez zkušenosti, které lákají alpské výstupy?*

Nejlépe ať se obrátí na horského vůdce IFMGA nebo na jednu ze spolupracujících agentur, třeba CK Adventura.

*Jak by se po fyzické stránce měli připravit?*

Pro chození po horách je důležitá vytrvalost, nestačí tedy jen navštěvovat posilovnu. Nejlepší trénink je pravidelná chůze s batohem. Pokud zvládnete 5 km v terénu s batohem nebo převýšení 300 m do hodiny, budete dobře připraveni.

**TIP:** Celý rozhovor s Tondou Volkem si přečtete na [www.Pohora.cz](http://www.Pohora.cz).

#### i ANTONÍN VOLK



Od roku 1992 je člen APUL (Asociace profesionálních učitelů lyžování) a v roce 2006 ukončil vzdělání Horský

vůdce IFMGA. V obou svých oborech se nadále věnuje vzdělávání nováčků. Je aktivním průvodcem CK Adventura.

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



# Přidá Libor Uher čtvrtou pákistánskou osmičku?

## Expedice Broad Peak 2014

Libor Uher patří už skoro celou dekádu k horolezcům, kteří pravidelně vyjíždějí na expedice za osmitisícovkami. Podaří se mu ke K2 a k oběma vrcholům Gasherbrum I a II přidat letos v létě další pákistánskou osmičku – Broad Peak?

*S jakou výstupovou cestou na Broad Peak expedice počítá?*

S největší pravděpodobností to bude normálka západním žebrem. Určitě nemáme v plánu nějaký prvovýstup nebo těžší cestu. Ale netvrdím, že kdyby se naskytla šance jít do něčeho jiného, tak že bychom to nezkusili.

*Hodně expedic končí na předvrcholu (8016 m), je cílem hlavní vrchol (8047 m)?*

Je pravda, že spousta horolezců končí na předvrcholu tzv. Rocky Summit, ale naší prioritou je určitě hlavní vrchol. Někdy jsou ovšem tak špatné podmínky, že jsi rád za ten předvrchol (smích).

*Jaké je složení expedice?*

Pojede se mnou jen Marek Novotný. Měli s námi jet ještě dva kluci z Havířova, skialpinisti, ale vypadá to, že budeme sami.

*V tak malém týmu je asi podmínkou kamarádství a znalost jeden druhého.*

To každopádně. S Márou se známe od roku 2009, ze základního tábora Everestu. Bydlíme kousek od sebe, takže spolu často trénujeme a v roce 2012 jsme byli na Dhaulágíri ještě s dalšími kluky.

*Vloni na jaře jsi mi říkal, že Broad Peak odkládáš o rok, protože se v Pákistánu k něčemu schyluje. Přišel červen, tragédie pod Nanga Parbat, a já jsem si vzpomněl na tvá slova. Odkud jsi měl tak dobré informace?*

Na jednom z tréninků v Beskydech s námi byl úplnou náhodou velvyslanec z Pákistánu. Dali jsme se do řeči a on nám radil, abychom do Pákistánu rozhodně nejezdili, protože je tam hodně vypjatá situace a v některých oblastech i bezvládní, zvlášť v těch horských. Agentury

☑ *Expedice K2 2007 - pohled z vrcholu K2.*

nám sice tvrdily, že oblast, kam chceme jet, je bezpečná, a podobné informace dostali i kluci, kteří loni jeli na Gasherbrum I (*Hrubý, Holeček, Petreček, Novotný – pozn. autora*), ale já jsem uvnitř cítil nejistotu. Expedici jsem zrušil a rozhodně toho nelituju.

*Myšlíš, že letos budou bezpečnostní podmínky o tolik lepší?*

Na trek do základního tábora jsou tři vojenské posádky. Samozřejmě na sebe musí člověk vzít určité riziko, když jede do Pákistánu. Pro místní vládu je horolezeckví ohromně výnosné, tak budeme věřit, že udělala pro bezpečnost maximum.

*Je pro tebe týdenní trek do základního tábora přes ledovec Baltoro očištěm, nebo to bereš tak, jak to je? Přeci jen už jsi ho šel třikrát.*

Mně to nevádí. Dalo by se říct, že mě to i baví. Z hlediska aklimatizace se jedná o vynikající trek.

*Na internetu ve videu o fyzické přípravě na Broad Peak se s Markem zmiňujete, že Beskydy jsou ideálním pohořím pro trénink na osmičku. Jak je to myšleno?*

Jsou to kopce, které mezi sebou mají docela velké převýšení a neleží daleko od sebe. Když jdeš na Lysou, tak uděláš nějakých 900 výškových metrů



Base camp expedice Double Gasherbrum v roce 2010.

(hned vedle jsou hory jako Smrk a Travný, které jsou na tom podobně – pozn. autora). Takže když jdeme trénovat s Márou, jsme schopni udělat 2500 výškových metrů za jeden trénink!

*Ve stejném videu bylo řečeno, že trénujete 16 – 20 hodin týdně. Kolik z toho tvoří trénink v horách?*

Zmíněné číslo je aktuální spíše těsně před závody. Teď je to spíš 10–12 hodin. Hory zařazujeme dvakrát týdně, což zabere asi 8 hodin. To všechno doplníš běháním a kolem.

*Jedním z tvých hlavních sponzorů je adidas. Kdy jsi s nimi navázal spolupráci a při jaké příležitosti?*

Naše spolupráce začala v roce 2011, kdy adidas začal podporovat náš adventure tým, to jsem ještě dělal Adventure Race. V dalším roce jsem jel na Dhaulágíri, takže se spolupráce ještě prohloubila. Po Dhaulágíri jsme začali s adidasem dělat společné závody (Lysohorská 24, Beskydská sedmička, 24 hodin na in-linech kolem Olešné – pozn. autora). A spolupráce na skvělé úrovni funguje dodnes.

*„Pracuješ“ pro adidas také jako tester? Jaké od něj dostáváš vybavení?*

Pro přípravu i na expedice si můžu vybrat cokoli, co mají v nabídce. Někdy mě upozorní na novinku, která ještě třeba není v prodeji, a chtěli by ji otestovat. Momentálně mají skvělou bundu, která kombinuje peří a duté vlákno, nedávno jsem ji měl na sobě a hodně se těším, až ji prověřím. Vynikající je od adidasu spodní prádlo, respektive první vrstva. V podstatě jsem na sobě v tomto ohledu neměl nic lepšího. Jejich membránovky jsou taky na nejvyšší úrovni.

*U bundy, kterou jsi uvedl, jde asi o to, aby se spojily výhody peří a dutého vlákna...*

Určitě. Když je hodně vlhko, tak peří ztrácí na svých vlastnostech. Naproti tomu duté vlákno hřeje, i když je vlhké. Takže vrstvy blíže k tělu jsou u zmíněné bundy z dutého vlákna a dále od těla, kde je vlhkost nižší, je peří. Tohle je podle mě dobrá kombinace obou materiálů.

*Pokud bude expedice na Broad Peak úspěšná, tak zkompletuješ všechny osmičky, které rostou z pohoří Karakóram. Nepomýšlel bys v takovém případě na tu poslední pákistánskou, kterou je Nanga Parbat?*

Možná, tahle hora je ale strašně těžká. Teď se soustředím především na Broad Peak. Co bude potom, uvidíme, ale určitě nejsem sběratel nějakých kolekcí (smích).

Děkuju za rozhovor a hodně štěstí na expedici.

**i** LIBOR UHER



Jako druhý Čech v historii vystoupil v roce 2007 na K2 (8 611 m), druhou nejvyšší horu

světa. Na svém kontě má také vrcholy Gasherbrum II (8 035 m) a Gasherbrum I (8 068 m) během 12 dnů jedné expedice v roce 2010. Zajímají ho také extrémní sporty, pořádá například Beskydskou sedmičku.



Expedice Dhaulágíri 2012.







↗ Při cestě pralesem k nástupnímu místu dokázala dvoučlenná expedice s kajaky a s vybavením urazit sotva 5 km za den.

Dlouhé rukávy a nohavice jsou naprosto nezbytné. Stejně je všechno mokré, a tak to na tepelný komfort nemá velký dopad. K mému překvapení nejsme nijak mučeni komáry, nejsou to hejna, jaká jsem očekával. Příchod noci je na rovínku bleskový. Naše hamaky se ukazují být naprostou nezbytností. Přes den jsem viděl, co všechno leze po zemi a jaké to tady dorůstá velikosti. Nemám proto ani pomyslení spát na zemi. Navíc je všechno ve svahu, rovný terén prakticky žádný, ale stromů je spousta. Věšíme naše „ložnice“, natahujeme plachty a dáváme rychlé jídlo. Je zvláštní, jak něco takového jako jednoduchá hamaka s moskytiérou navozuje pocit bezpečí. Po setmění je „venku“ teprve pořádný koncert. Zdá se, jako by se všechno, co má nohy, zrovna probudilo.

## ” boří se svah pode mnou a já jedu po tobogánu listí a bahna

Další den se nese v podobném duchu jako ten první. Zvednout kajak, přetáhnout přes strom, podlézt strom, vytáhnout zaseklý kajak... Kolem poledne se spustí pořádný slejvák a trvá několik hodin. Všude je bláto a stezka je kluzká. Naklopení ji dělá dost nebezpečnou, a tak každou chvíli jeden z nás sklouzne směrem k řece, která teče někde hluboko pod námi. V jednu chvíli se pode mnou boří část svahu a já se rozjedou na tobogánu listí a bahna. Pád se mi naštěstí asi po 50 metrech daří zastavit a po chvíli zmateného rozhlížení nalézám i kajak a pádlo. Problémem je zvrtnutý kotník, který je velice bolestivý na došlap a zpomaluje už tak pomalý postup. V 6ešti kontrolujeme GPS a zjišťujeme, že jsme za dva dny ušli kolem 10 km. Pro dnešek končíme.

Ráno je jasné, že dál se už nedostaneme. Nateklý kotník protestuje proti jakémukoliv pohybu. Navíc v noci zase přšelo, z údolí slyšíme hřmění řeky a máme obavy, o kolik řeka nastoupala. Moc vody by znamenalo velice nebezpečný, nebo i nemožný sjezd. Malým přítokem se dostáváme k rozvodněné řece. Tokem se valí stovky kubických metrů vody a každou chvíli kolem pluje pořádný strom. Moc nemluvíme, ale je nám jasné, že ani jeden z nás loď zpátky neponese. Jediná cesta odtud je po rozbouřené řece. ▶

### DEVOLD



#### Devold Breeze pánské i dámské

- 100% merino vlna
- vhodné pro celoroční nošení
- pro sport i volný čas
- novinka, designová trika
- příjemné a bez zápachu i při delším nošení



### Bergans OF NORWAY

#### Košile Bergans Langli a Runde

- lehká, prodyšná, rychleschnoucí
- perfektně sedí
- vhodná na cestování i každodenní běžné nošení
- v dámském i pánském provedení
- více barevných variant



### Bergans OF NORWAY

#### Kalhoty Bergans Utne pánské i dámské

- perfektně padnou
- rychleschnoucí a strečové
- volnost pohybu
- vhodné na cestování do hor i do města
- ve variantách: kraťasy, 3/4 kalhoty, dlouhé kalhoty



## To nejlepší pro Vaše cesty a dobrodružství!

“Bergans kalhoty jsou nejvhodnější, které jsem mohl vyzkoušet”

“Pro každodenní nošení, sport a relaxaci doporučuji prádlo Devold”

**Jakub “Kajman” Šedivý**

Seznam prodejen Devold a Bergans naleznete na: [www.norskamoda.cz/prodejny](http://www.norskamoda.cz/prodejny)

**norskamoda.cz**

Generální dovozce pro ČR a SR:  
North Trappers s. r. o., Jarošova 2, Litoměřice, 412 01  
[www.norskamoda.cz](http://www.norskamoda.cz)

## Na hřbetě našťvaného draka

Nasedáme do rychlého proudu a držíme se co nejbliž jeden druhého. Řeka má ohromnou sílu. Po stranách se tvoří velké víry, které hrozí spolknutím našich v tuhle chvíli malinkých kajaků. Pereme se proudem, jak se dá. Připadám si trochu jako figurka v loutkovém divadle. Vlny si s námi pohazují ze strany na stranu a já jen chvílemi vidím Seanovu hlavu. Je to jak jízda na hřbetě našťvaného draka. Je jasné, že jakákoliv chyba by mohla mít za následek nebezpečnou „rozplavu“ a skoro určitou ztrátu lodi s veškerým vybavením. Jsme odkázáni jen sami na sebe a jakákoliv záchrana je velice obtížná. Dorážíme k horizontu, kde vodní tříšť už z dálky signalizuje velký spád. Řeku hradí několik příčných válců velikosti malého autobusu a cesta vede napříč peřejí nepříjemně blízko dvou největších z nich.

Je jasné, že válce nás nesmí „chytit“, co by následovalo, se dá přirovnat velkému pracímu bubnu. Dáváme kámen – nůžky – papír a já vyrážím první. Nájezd se daří stejně jako následná smyčka a pak už jen sprint do bezpečí vratného proudu. Směju se a signalizuju na Seana sto metru proti proudu, že do toho musí dát trochu síly. Chvíli to vypadá, že jej válec spolkně, ale nakonec projíždí v pořádku. V podobném duchu se nese celý den, vlny, obtížné vracáky, nebezpečné víry a mnoho horizontů, které je třeba prohlížet. Podepisuje se na nás únava a děláme chyby. Místo, kde jsme nastupovali na trek, skoro ani nepoznáváme. Hladina je o dva metry výš. Těsně před setměním zastavujeme u malé chatrče.

Celé peřeje Brem Brem se nám tedy sjet nepodařilo. Na druhou stranu, možná dobře, s dalším deštěm se hladina bude zvedat a řeka bude brzy nejetelná. Místní lidé nám poskytují nocleh. Do usínání se mísí bubnování tropického deště.



**i** JAKUB „KAJMAN“ ŠEDIVÝ



Český kajakář, který poprvé poznal dálky během studia na Novém Zélandu a zkušenosti získával také

v americkém Idaho na legendární řece Payette. S kajakem míří do možných i nemožných destinací, je průvodcem kajakářské školy Gene17. Jeho zatím největším úspěchem je prvosjezd nepálské řeky Langu Khola na podzim roku 2012.

Více na [www.jakubsedivy.com](http://www.jakubsedivy.com).



**pinguin**





TRADICE ≈ BEZPEČNOST ≈ ŽIVOTNOST ≈ KVALITA ≈ INOVACE ≈ DESIGN

# LETOŠNÍ SEZÓNA BUDE PĚSTRÁ

Vyrazte na rekreaci, turistiku nebo divokou vodu s našimi loděmi v nové barevnosti a designu!



PARŤÁK PRO KAŽDÉ DOBRODRUŽSTVÍ

[www.nafukovacicilode.cz](http://www.nafukovacicilode.cz)  
[www.nafukovacie-lode.sk](http://www.nafukovacie-lode.sk)

**GUMOTEX**

BOATS & OUTDOOR

# Hlavní cíl: Slyžování Dhaulágirí

V případě úspěchu by se také jednalo o první sjezd osmatisícovky Slováci. Úspěch na Dhaulágirí by za dobrých podmínek Slováci rádi okořenili ještě výstupem a sjezdem nedaleké Annapurny. Jedním ze tří lyžařů výpravy je Miro Peťo – lezec, skialpinista a extrémní lyžař, člen reprezentačního týmu slovenského horolezeckého spolku James. Pochází z Liptovského Mikuláše, jen na skok od Vysokých i Nízkých Tater. Tady jako sedmiletý začínal a sem se pořád vrací. Dnes úspěšně působí také v Alpách, Dolomitech a Skandinávii. Právě dokončuje doktorandské studium na Fakultě řízení a informatiky Žilinské univerzity a studium bere trochu jako „rozumný kompromis mezi nutností získat příjem potřebný na život a zachováním času na aktivity, které ma baví a naplňují“.

*Dhaulágirí bude pro tebe první zkušeností s velkými horami. Jak se připravuješ na lyžování ve výšce přes 8000 m?*

Snažím sa aspoň štyrikrát týždenne nájsť čas na viachodinovú aktivitu. Momentálne sa ešte venujem skialpinizmu (rozhovor byl realizován 15. 4. 2014, pozn. red.), navyše testujeme nový výstroj, čo sa bez aktívneho pohybu na lyžiach nezaobíde. V lete vypustím väčšie lezecké výkony a zameriam sa viac na aeróbnu činnosť. Kondične som na tom dobre, ako zareaguje na výšku organizmus je otázka. Expedícia je pre mňa súčasťou sebazpoznávania a som zvedavý, či pozitívne skúsenosti prevážia drinu a trápenie spojené s aktivitami vo veľkých horách.

## Slovensko-česká expedice míří do Nepálu

Dhaulágirí neboli Bílá hora (8167 m), sedmý nejvyšší vrchol světa. Právě tam směřuje (česko) slovenská skialpinisticko-horolezecká expedice na podzim letošního roku. Hlavním cílem výpravy je kontinuální sjezd hory na lyžích, což se navzdory několika pokusům dosud nikomu nepovedlo. Na podrobnosti jsme se zeptali jednoho z účastníků Miro Peťu.

*Expedice čítá dohromady 13 členů. Jak se spojí tak velká skupina a proč jste se rozhodli zrovna pro Dhaulágirí?*

Většina členov sa pozná už z minulých akcií, okrem iného aj z Annapurny. Mňa s bratom oslovil Jano Matlák pred dvomi rokmi s plánom expedície na Cho-Oju. Pre veľkú finančnú náročnosť a tiež preto, že hora už zlyžovaná bola, padlo neskôr rozhodnutie zmeniť cieľ. Osobne som rád, Dhaulágirí je oveľa krajší, a hlavne menej skomercializovaný kopec.

*Jedním z účastníků výpravy je i Čech Jiří Švihálek. Jak jste se dali dohromady?*

Jirka nás kontaktoval už pred tromi rokmi, na spoločnú akciu ale nedošlo asi aj kvôli mne. Keďže sme zohratá partia s bratom Rastom, nemal som potrebu extrémneho lyžovania

s niekým neznámym. Vlni sa ale Jirka a Rasťo stretli v Tatrách a zistili, že sa dobre dopĺňajú a dokážu vytvoriť silný tím. Následne nás Jirka pozval na plánovanú menšiu expedíciu na Cho-Oju, v tom čase sme už ale kľúli na Dhaulágíri a práve sme hľadali ďalších lyžiarov. Prišlo nám logické prizvať Jirku, ktorý po menšom váhaní ponuku prijal.

### *Jak plánujete organizaci celé expedice?*

Od base campu budú všetky činnosti realizovať členovia výpravy sami. Celá expedícia by mala prebiehať trochu v old school štýle. Najskôr postavíme tábory a potom sa budeme snažiť dosiahnuť niečo hore. Na kopci chceme fungovať bez kyslíka, pri lyžovaní by nám maska aj tak bránila v periférnom videní, ktoré je pre lyžiara v extrémnom teréne životne dôležité.

## » som zvedavý, či pozitívne skúsenosti prevážia trápenie vo veľkých horách.

### *Budou horolezecká a lyžařská část výpravy na sobě závislé?*

Lyžiaru pomôžu pri budovaní táborov, zúčastní sa aklimatizačných vynášok aj celej prípravy na vrcholový útok. Pri zjazde potom asi znesieme časť vybavenia, na lyžovanie s ťažkým batohom sme zvyknutí. Hlavným cieľom expedície je ale zlyžovanie hory, bude tu teda podpora lyžiarov ostatnými členmi tímu.

### *Máte ambici sjet Dhaulágíri celou jako první na světě...*

Dhaulágíri už vlastne je zlyžovaná celá okrem tridsaťmetrového skalnatého vrcholu, ktorý ale vhodné podmienky nebude mať asi nikdy. Nie je ale zlyžovaná kontinuálne. V roku 2007 to skúsil Fredrik Ericsson, 170 metrov pod vrcholom ho otočilo množstvo snehu a hrozba lavín. Z výšky 8000 m ale zlyžoval až na základňu. V 2009 zastavil Davida Fojtíka tvrdý vodný ľad na SV hrebeni, preto musel úsek vo výškach 7300–6700 m zlaniť.

### *Jak je to s technickou náročností – je výstup alespoň vzdáleně podobný klasickému skialpinismu třeba v Alpách?*

Dhaulágíri nie je ľahká ani pre horolezcov, od C1 alebo C2 pôjdeme na mačkách s lyžami na chrbrte. Zvažujeme pásy, za dobrých podmienok by v plate nad SV hrebeňom mohli mať zmysel. Potom je tu náročnosť samotného zjazdu – človek musí mať dokonale zautomatizované všetky činnosti a aj tak je otázka, či sa v týchto výškach dokáže dostatočne sústrediť.

### **i** MIROSLAV PEŤO



Jeden z najtalentovanejších slovenských skialpinistů a lezců nové generace. Má na kontě řadu přelezů nejnároč-

nějších evropských horských cest (Erectissima 8a/8a+ Cima Grande, Jet Stream.10-/10 Vysoké Tatry) a extrémních prvosjezdů na lyžích (V stěna Sunnmørslauparleagdy v Norsku, Kežmarský štít napřímením Tatarský cest, Vysoké Tatry). Je novou tváří značky Marmot.



» Lyžovačka nad slavnou stěnou Trollveggen.



## QUANTUM™ nejlehčí\* batohy pro extrémní akce



**QUANTUM 72-90**  
váha min. 1650g



**QUANTUM 42-55**  
váha min. 900g

Neuvěřitelně lehký a odolný technický batoh pro náročné výstupy a akce.

\*nejlehčí ve své třídě

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

### O výbavě

*Svět outdooru klade důraz na vybavení. Předpokládám, že základní představu o výbavě už máte. Co a proč budeš používat?*

Čo sa týka výberu lyží, zvolili sme K2 Wayback, podľa mňa rozumný kompromis medzi hmotnosťou a tvrdosťou lyže. K lyžiam som zvolil viazanie ATK Rider 12 DIN, pretože aj keď má vyššiu hmotnosť, má menej súčastí, ktoré by sa mohli poškodiť a dobrá je tiež pevnosť viazania. Z lyžiariok sa Rasto rozhodol pre Dynafit One s originálnou vložkou MF, v ktorej sa nohy potia len veľmi málo. Ja som zvažoval niečo ľahšie, nakoniec ale radšej pôjdem do ťažšieho, viac lyžiarskeho modelu Scarpa Maestrale RS. Vo veľkých výškach nemusí hlava fungovať na 100 % a tak je nutné podporiť vlastnú bezpečnosť spoľahlivou výbavou, ktorá človeka podrží aj pri prípadnej chybe.

*Wayback s 88 mm pod patou? V Himalaji predpokládám spíš tvrdý povrch než prašan, není Wayback na takový povrch a přeskoky příliš široký?*

Z dlhoročných skúseností s rôznymi typmi lyží som zistil, že mi lepšie sedí širšia lyža s väčším rádiusom, kde viac zaberajú hrany pod lyžiarkou. S úzkymi lyžami som v strmých terénoch mal menší pocit istoty, v extrémne strmom teréne sa pri užších lyžiach občas súcha o sneh lyžiarka a širšia lyža je tu výhodná. K2 Hardside s 99 mm, na ktorých lyžujem posledné tri roky, je už ale na Himaláje priveľa. Ako rozumná mi prišla šírka 85-90 mm a Wayback je jednou z mála lyží, ktorá toto kritérium spĺňa.

*Co oblečení? Sáhneš po peři, standardně používaném na osmtisícovkách?*

Vo veľkých výškach sa dá ľahko omrznúť, určite preto budem mať aj najhrubšiu páperovú vrstvu. Pôsobí síce robustne a nemotorne, nemala by nám ale pri lyžovaní prekážať.

*Jak se dají v 8000 m udržet nohy v teple?*

Lyžiarky nie sú stavané na takéto podmienky. Sú z tenkých plastov a hrozí omrzanie nohy. Dáme si preto ušit špeciálne návleky na skelety ako ďalšiu zatepľovaciu vrstvu. Veľký problém môže spôsobiť tiež spotená a zamrznutá papuča. Tu bol príjemne prekvapený brat, špeciálna vložka v Dynafit One naozaj funguje a noha sa potí výrazne menej. Ešte zvažujeme, že ponesieme aj náhradné termovložky, hoci do batohu je to veľmi nesprávny kus.

*Miro, díky za rozhovor, přeju úspěch, a hlavně bezpečný návrat!*



👉 *Tatry jsou pro Miro a jeho bratra domácí oblastí.*

# Střípky z outdooru

## Kurzy na skalách pod vedením horských vůdců

Výrobci lezeckého vybavení Climbing Technology, Skylotec a Tendon připravili šest víkendových kurzů základů bezpečného pohybu a správného použití lezeckého materiálu na skalách. Během víkendového kurzu si procvičíte zásady bezpečného lezení a jistění, vyladíte znalosti lanových technik a v neposlední řadě budete mít možnost vyzkoušet novinky lezeckého hardwaru Climbing Technology a Skylotec a také tuzemských lan Tendon. Na kurzy konající se v různých místech ČR je možné přijet už v pátek, samotný program začne vždy v sobotu a oba dny budou účastníci od 9 do 18 hodin na skalách. Večer následuje přesun do kempu, grilování a hodnocení lezeckého dne u piva. Příspěvek na grilování a pivo činí 290 Kč na osobu.

**TIP:** Místa konání a více podrobností najdete na [www.Pohora.cz/lezte-bezpecne](http://www.Pohora.cz/lezte-bezpecne)

## Poslední úspěchy české lezecké špičky

Český lezec Adam Ondra, člen neužší světové špičky, se od loňska (kdy odmaturoval) naplno věnuje profesionální kariéře a rozhodně mu to jde od ruky. Na začátku června se Adamovi podařilo ve Španělsku přelézt cestu II Domani 9a stylem on sight. Tím se vyšvihl na první příčku hodnocení českého lezeckého serveru Lezec.cz a potvrdil svou pozici na prvním místě celosvětového hodnocení prestižního serveru 8a.nu. Také jednadvacetiletá česká reprezentantka Edita Vopatová nezahálá a přidala na své konto přelez cesty Cringer 8c v německé Frankenjuře. Jedná se o první české ženské 8c a Edita se teď raduje z 6. místa v hodnocení žen na 8a.nu. Ani české rychlostní lezení nijak nezaostává a reprezentant Libor Hroza potvrdil své kvality na úvodním závodě světového poháru v Číně, kde obsadil bronzovou pozici. V důsledku selhání časomíry se ve druhém kole poháru konaného v Ázerbájdžánu musel Libor smířit s pátou příčkou.

## Smutné Velikonoce na řece Saalach

V obtížné soutěsce Teufelsschlucht (WW 5) na rakouské řece Saalach se koncem dubna utopil český vodák. Zkušený vodácký instruktor a vedoucí brněnského vodáckého oddílu Tomáš „Domino“ Hanák se převrátil a silný proud ho natlačil na kámen do sifonu, ze kterého ho přes okamžitou pomoc kamarádi nedokázali vytáhnout. Na Domina v pěkném a poučném článku na HydroMagazin.cz zavzpomínal jeho dobrý kamarád Pavel „Srb“ Srbecký.

## Superflow trail dokončen

Rychlebské stezky spolu se Singltrekem pod Smrkem jsou dvě největší tuzemská biková centra. Zatímco na Singltreku (bohužel) vývoj nových stezek kvůli sporům s místními starosty stagnuje,

v Rychlebských horách se skupina stavěčů okolo Pavla Horníka činí. Jedním z výsledků jejich snahy je dokončení sedmého a osmého úseku stezky zvané Superflow trail, který teď končí přímo u základny RS. Další nové úseky jsou právě ve výstavbě, dění v „Rychlebech“ můžete sledovat na [www.RychlebskeStezky.cz](http://www.RychlebskeStezky.cz).

## Ueli Steck vyhrál Piolets d'Or

Švýcarský rychlostní horolezec přezdívaný „The Swiss Machine“ vyhrál podle předpokladů nejvyšší každoročně udělované ocenění na poli alpinismu. Je třeba dodat, že Steckův výkon v jižní stěně Annapurny vzbudil mírné kontroverze, protože při výstupu ztratil fotoaparát a neexistují téměř žádné důkazy, že skutečně stanul na vrcholu.

Pro našince je potěšující zprávou, že do nejužšího výběru pěti nominovaných podniků se dostal i prvovýstup Máry Holečka a Zdeňka Hrubého na Talung. Mářův lehkým perem psaný report ze slavnostního předání si můžete přečíst na [www.Pohora.cz](http://www.Pohora.cz).



# Rád lezu jen tak bez cíle

## Tomáš Sobotka

Jméno Tomajdy Sobotky najdete pod mnoha novými cestami v Labském údolí. Nebaví ho tolik opakování cizích cest, jako vlastní hledání nových linií a prvovýstupy.

*V rámci Dolní Žleb Company jste s Ondrou Benešem začali zhruba před patnácti lety v podstatě ve velkém dělat nové cesty v Labském údolí, co vás k tomu tehdy vedlo? Cesty ve velkém jsem začal dělat s Pavlem Rývou. Ondra se k nám tenkrát přidal a rozdělily nás postoje. Pavel chtěl dělat cesty hlavně pro širokou veřejnost, já hlavně pro sebe a naše kámoše. V „Labáku“ bylo tenkrát pár těžkých cest a většinu z nich ještě k tomu hrozilo vytlučení, protože nevznikly podle pravidel. Ondru zajímaly hlavně extrémní přeazy, tak bylo potřeba to trochu rozjet, aby bylo co lézt.*

**» lepšími nás nedělají dny prosezené ve škole, ale zkušenosti z jiných světů a z nových setkání**

*Loni jsi výrazně účinkoval v dokumentu „Ti z Labského údolí“, kde hrají hlavní roli prvovýstupy a prvovýstupci. Jaký byl tvůj dojem z natáčení a jak se leze před kamerou?*

Bylo mi ctí si s Jirkou Slavíkem udělat cestu a strávit den prvovýstupem. Škoda jen, že víc než cestou je ten směr spíš pohledem do budoucnosti, protože se nám neprostoupenou stěnu nakonec nepodařilo vylézt. Dalo se ze stěny utéct, ale i tak je to na RP seriózní desítka k poslednímu háku a od něj hozená rukavička pro mladší, a hlavně lepší lezce. Odcházení budíž i vzpomínkou na odcházející naše blízké, nejen na milého a schopného předsedu ČHS, který nás opustil krátce před tímto prvovýstupem. A kamera? Když opravdu lezu, tak nevnímám nepodstatné věci okolo sebe.

*Chystáš letos další prvovýstupy v „Labáku“ nebo plánuješ i nějakou výraznější lezeckou cestu do zahraničí? Snažím se neplánovat. Chci lézt hlavně neprostoupené stěny, které ubývají. I když dnešní móda v nových krocích mi navrácí touhu po pouhém opakování.*

*Jak připravuješ prvovýstup? Řešíš ten nejbližší, nebo máš seznam na celou sezonu?*

Nepřipravuju. Když chodíš do skal, kde jsou tisíce volných linií, není potřeba přemýšlet kam. Spíš to nechávám na svých přátelích, já sám si umím najít výzy všude. Pravda je, že mám v hlavě i pár „Velkých směrů“. Ty většinou buď hned navrtám, nebo zapomenou.

*Kterou svou lezeckou expedici do zahraničí vnímáš jako nejvýraznější? Každou. Je to úžasná týmová záležitost, vzpomínka na dobu, kdy všechno bylo „my“, dnes je už jen já, já, jájismus. Je to úžasné, když lidi semkne společný cíl. To, co z nás dělá lepší lidi, nejsou počty dní prosezených ve školních lavicích, ale zkušenosti z jiných světů a z nových setkání, které, ač jsou náhodné, nebývají beze smyslu.*



*Jak bys srovnal lezení na expedicích s tím domácím?*

Na expedicích se mi lezlo pokaždé spíš špatně. Lhal bych, kdybych říkal něco jiného. Rád a dobře lezu jen tak a bez cíle. A jak už jsem říkal, na expedici je cíl vždycky jasný a pevně daný.

*Jaké používáš vybavení při lezení, jaké máš lezečky, úvazek, (železo, lana...)?*

Lezečky, úvazek, železo a maglajz mám od Rock Empire – je český, je špičkový a to mě těší. Lana používám od Tendonu.

*Co je zajímavého na spolupráci právě s Rock Empire?*

Podpora a svoboda. Na rozdíl od mého už bývalého sponzora nemá potřebu ovlivňovat mé prvovýstupy. Nechává moje lezení čistě na mně a lidé z této firmy mají podobný pohled na lezení jako já. Hodně mě baví dnešní doba, když extrémní horolezci v některých cestách kňourají, že je moc vysoko první jištění, že se hůř cvaká nějaký borhák nebo je to někde pod dalším jištěním dokonce až na zem. Prostě věci, které jsou při lezení na písku časté. V lehčích a klasických cestách na písku je to k prvnímu jištění téměř vždycky na zabití. Pod dalším jištěním, je-li výjimečně tam, je to většinou až na zem a kruh se vždycky špatně cvaká. To všechno nejlepší lezci v těžkých cestách rozhodně řešit nemusí. Bezpečné cesty na písku vznikají až posledních pár let.

*Díky za rozhovor.*

## **i** TOMÁŠ SOBOTKA

Je podepsán pod stovkami prvovýstupů především na pískovcích v Labském údolí. Má za sebou ale i několik expedic po celém světě s hodnotnými přelety, lezl v Yosemitech, v Patagonii, na Madagaskaru i na Borneu. Tomáš Sobotka je člen Rock Empire Climbing Teamu.



## **Rock Empire**

### **Český výrobce horolezeckého vybavení a osobních ochranných prostředků proti pádu z výšky**

Rock Empire je firma s dvacetiletou tradicí, jejíž produkty se prodávají ve více než 40 zemích světa. Ve sportovní sféře se řadí mezi specialisty v oboru horolezeckých úvazků, které jsou s největší pečlivostí vyráběny v České republice. V nabídce najdete široký sortiment pro horolezce a outdoor – od už zmiňovaných úvazků po karabiny, expreskové sety, jisticí systémy, mechanické vklíněče, mačky, cepíny, stany a spacáky.

Horolezecké vybavení Rock Empire používají například Marek Holeček, Tomáš Sobotka, Ondra Beneš, Iva Vejmolová, Martin Tomásek nebo horský vůdce Radek Lienerth. Sedák Lightning měl např. hlavní roli v olympijském Soči na Ice Climbing festivalu a úvazek Super Light dominoval začátkem května na Elbrus Race. Dlouholeté zkušenosti jsou teď zúročeny i v novém výrobním programu – vybavení pro výškové pracovníky – ať už se jedná o pracovní postroje, polohování, lana, karabiny, slaňovací zařízení, tlumiče pádu nebo další vybavení. Celou nabídku najdete na [www.rockempire.cz](http://www.rockempire.cz).



**vibram**

Podešev Vibram®  
Natural Shape

Špičková kvalita Asolo  
vyrobeno v EU

**GORE-TEX®**

Membrána GORE-TEX®  
Extended Comfort

**ASOLO**  
**AGENT GV**



Natural Shape

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

# Co umí čelovka

## Orientujete se v možnostech moderních čelovek?

Rozmach úsporných a výkonných LED diod přinesl pro čelové svítilny – čelovky – nové možnosti, zejména velkou rozmanitost modelů, provedení, a hlavně funkcí, které teď kromě samotného světelného výkonu a dosvitu čelovky nabízejí. Ovšem často se pak stává, že kupující vůbec netuší, co může očekávat a co která funkce obnáší. Pro výběr při koupi rozhodně neuškodí přiblížit si vlastnosti a možnosti moderních čelovek, i když nepůjde o kompletní výčet, ale spíše o stručný exkurz.

### Plynule měnitelný výkon a zoom

Některé čelovky nabízejí možnost plynule regulovat světelný výkon a případně také plynule měnit šířku světelného kužele. Pro mnoho uživatelů je příjemné nastavit si parametry přesně podle momentálních potřeb (svým způsobem tím jde také šetřit baterie – jednu na ten výkon, jaký potřebuju, a ani o píd' víc). Výkon se plynule mění obvykle buď přidržením ovládacího spínače (náročnější), nebo otáčením kolečka či posunutím páčky (přirozenější). Šířka světelného kužele se naopak plynule mění změnou optiky – posuvem optické čočky v reflektoru. To je rozhodně pokrok proti staršímu řešení, kdy se před reflektor umístila rozptylka, která úzce směřovaný světelný paprsek skokově změnila na doširoka rozptýlené světlo.



► Plynulá regulace výkonu kolečkem (vlevo) a polohovací páčkou (vpravo).

### Regulace pro konstantní výkon

Moderní elektronická doba přinesla vedle masivního využití LED diod také čelovky, které mají tzv. regulaci pro konstantní proud, někdy se též zkráceně říká, že jsou regulované. Pozor, neplést si s regulací výkonu ve smyslu výběru z několika režimů výkonu. Regulace pro konstantní proud neznamená nic jiného, než že elektronika uvnitř čelovky zajišťuje po co možná nejdělsí

# FENIX

dobu konstantní světelný výkon, a to i při snižování napětí v bateriích – rozuměj při jejich pozvolném vybití. Pokud takovou funkci čelovka má, je dobré, má-li také nějakou indikaci stavu baterií. Při dosažení určité hraniční kapacity totiž výkon skokově a ve zlomku vteřiny spadne takřka na nulu. Moderním trendem jsou čelovky, které umožňují volbu mezi režimem regulace pro konstantní proud, a tedy s co možná nejdéle konstantním výkonem, a klasickým režimem, kdy světelný výkon bude pozvolna klesat podle stavu vybití baterií. V takovém případě, jak jistě tušíte, není indikace stavu baterií tak podstatná, „to přece vidíte“.



▶ *Plynulá regulace šířky světelného paprsku otočným prstencem reflektoru (vlevo) a páčkou (vpravo).*

## Podpora periferního vidění

Podpora periferního vidění není nutnost, ale velmi příjemný bonus. Znáte ochranný límec na krk, který dostávají psi, aby si nemohli kousat poranění? Pak si nejspíš dovedete představit, jaký rozdíl může být ve vnímání okolí s tímto límcem a bez něho. Stejný rozdíl analogicky platí ve vnímání okolí s čelovkou podporující periferní vidění a tou, která má spíše úzce směřovaný a ostře ohraničený světelný kužel. V prvním případě máte přehled, co se děje na periferii vidění vlevo a vpravo, oči jsou méně namáhané a celkově vnímáte nasvícené okolí příjemněji a přirozeněji. Výrobci dosahují podporu periferního vidění v zásadě dvěma způsoby. Nejčastějším a podle mého názoru lepším způsobem je kombinace více (obvykle dvou) LED s optikou, z nichž jedna má na starosti úzce směřovaný intenzivní světelný kužel do dálky a druhá (nebo více) produkuje kužel s kratším dosahem a co možná nejširším nasvícením okolí. Někteří výrobci mají pro tuto vlastnost speciální termín – např. Intelligent Light (Silva), jiní tuto vlastnost nazývají obecně mixed beam – „kombinovaný kužel“ (např. Petzl). Druhý způsob spočívá v použití jedné výkonné LED, doplněné patřičnou optikou/čočkou, která se o vše postará sama.



▶ *Podpora periferního vidění prostřednictvím dvou různé fokusovaných LED.*

## Červené světlo

Říkáte si, k čemu mi je, když je čelovka vybavena červeným světlem (obvykle jedna nebo dvě malé červené LED)? Kdo se často pohybuje ve tmě, má jasno. Červené světlo totiž neporušuje adaptaci oka na tmou. Kdo by neznal situaci, kdy si oči konečně přivyknou na tmou a parťák na vás posvítí čelovkou, nebo jí jen rozsvítí ve stanu. Trvá pak i několik minut, než oči opět přivyknou tmě. Červené světlo o nízkém výkonu adaptaci oka na tmou naruší jen minimálně. Dejte si ale pozor na čelovky, které sice červené LED mají, ale abyste aktivovali režim červeného světla, musíte se k němu „proklikat“ skrze různé výkonné režimy bílého světla. Někteří výrobci stále ještě nepochopili, že uživatel „oslepne“ dříve, než se k červenému světlu dostane. Ideální je červené světlo na první namáčknutí nebo ovládané samostatným spínačem. ▶



▶ *Červené světlo neporušuje adaptaci oka na tmou.*

voděodolná

# HP30

Dosvit 233 metrů

Výdrž 300 hodin

Fakt 900 lumenů

## dobrá čelovka

f/svitilny.fenix

www.kronium.cz

## CR6

CHAMELEON

440 lm / 120 m

1×18650 Li-Ion aku  
2×CR123 Lithiové baterie  
 Cree XP-E2 (R5) bílá LED  
 Cree XP-E (R2) červená LED

Dosvit až 190m / 150 m

Svítilna kombinující dvě barvy světla, Bílá a Červená



## SRT5 Detective

750 lm

1×18650 Li-Ion aku  
2×CR123 Lithium 3V  
 Cree XM-L2 (T6) LED

Dosvit až 155m

Plynulá regulace výkonu 0 až 750 lm

## NWS20

TITANOVÁ PIŠTALKA  
120 dB

Čelová svítilna s plynulou regulací intenzity výkonu

## HC90

900 lm

1×18650 Li-Ion aku  
2×CR123 Lithiové baterie  
 Cree XM-L2 (T6) bílá LED  
 Šířka úhlu svítu: 100°

Dosvit až 110 m

## Uchycení čelovky na kolo

Pokud se věnujete několika činnostem, typicky například turistice, VHT, kolu nebo i běhu a nechcete mít pro každou z činností speciální světlo, existuje už dostatečná nabídka čelovek, které jsou univerzální bez toho, aby byly nutně kompromisní volbou. Pro použití na kole jsou čelovky dodávány s držákem na řídkta kola, někdy také na helmu, nebo je držák možné alespoň dokoupit. Samozřejmě existují i uživatelé, kteří preferují jízdu na kole s čelovkou na hlavě, ale pevné umístění na řídktkách bude pro většinu příjemnější a pohodlnější. Akumulátor nebo box s bateriemi je obvykle možné nacyknout na zmíněný držák z druhé strany nebo se přidělavá suchým zipem na rám kola.



Držák na kolo (nahore) včetně uchycení pro bateriové pouzdro (dole).

## Možnost umístění baterií nebo akumulátoru mimo čelovku

Pokud běháte nebo se pohybujete s čelovkou v mrazivém počasí, oceníte oddělitelné pouzdro s bateriemi, resp. akumulátorem, a s možností umístit je například za opasek, do batohu nebo do kapsy. Zvyšuje se tím komfort zejména při běhu a v zimě jsou baterie lépe chráněny proti mrazu, to znamená, že déle vydrží. Čelovky, které to umožňují, se obvykle dodávají s prodlužovacím kablíkem, který vřadíte mezi světelný modul a bateriové pouzdro či akumulátor. Stačí jen ohlídat, že kablík je dostatečně dlouhý pro vámi plánované umístění zdroje.

## Automatická regulace výkonu na základě množství odraženého světla

Jednou z posledních vychytávek moderních čelovek je automatické přizpůsobení světelného výkonu na základě množství odraženého světla. Čidlo vyhodnotí, kolik světla se odráží zpět směrem k uživateli, a úměrně tomu snižuje nebo zvyšuje světelný výkon. Tím automaticky zabrání oslnění v momentě, kdy s čelovkou na plný výkon například skloníte hlavu, abyste se podívali do mapy. Pro tuto technologii používá většinou každý výrobce svůj název, namátkou např. Reactive Lighting (Petzl) nebo Optisense (Led Lenser).

Tak by šlo pokračovat dál. Ovládání čelovky mávnutím rukou se myslím nijak zvlášť neujalo (čelovka má aktivní infračervený senzor, něco jako automatické spouštění výsousseče rukou na WC). Při koupi čelovky a zvažování toho, co od ní požadovat, si především řekněte, jak často ji budete používat a pro jaké účely. Při využití čelovky jednou ročně v kempu u stanu může účel splnit i finančně nenáročná „neznačková“ supermarketová čelovka. Naopak, čím častěji čelovku využíváte, tím víc oceníte přidanou hodnotu některé z uvedených funkcí a je lepší se poohlédnout po kvalitních výrobcích renomovaných značek.

**Autor:** Petr Macháček

Kmenový autor, tester a zakládající člen Světa outdooru se zájmem o vybavení související s technikou. Jeho testy a články o čelovkách, vaříčích, solárních panelech a také třeba o teleskopických hůlkách respektují jak čtenáři, tak i dovozci a výrobci.

# 300 stanů k vyzkoušení

**Nejvíce outdoorového zboží na jednom místě, to je Výstava stanů**

„Češi si jeden rok koupí malý stan pro dva, další rok ho vymění za rodinný a nakonec se vrhnou na nákup kempinkového nábytku,“ říká Jaroslav Skalka, pořadatel největší středoevropské prodejní Výstavy stanů a vybavení do přírody v pražských Letňanech. Téměř tříměsíční akce nabídne od 31. 5. do 10. 8. nejširší nabídku zboží pro turistiku, kempink a sport v České republice. A jaké jsou trendy posledních let?

## Chceme kvalitu

O nákup kvalitnější výbavy mají nově zájem i ti, kteří dříve podlehli nabídkám levných, méně kvalitních výrobků v supermarketech. „Často se v servisním centru Výstavy stanů setkáváme s požadavkem na opravu takových stanů. Většina lidí na Výstavě pochopí, že i za nepatrně vyšší cenu koupí zásadně kvalitnější stan a ten jejich končí v kontejneru,“ upřesňuje Jaroslav Skalka.

## Kempinkový nábytek nejen do přírody

Lidé ho na Výstavě stanů kupují ve velkém, stejně jako nádobí, vařiče, barely na vodu, chladič boxy či ledničky. Moderní design, kvalita a praktičnost tento sortiment předurčují k využití i v domácnostech.

## Hitem jsou nafukovací stany

Rychlost stavby zvyšuje prodej stanů s nafukovací konstrukcí. Stan vyndáte z obalu, rozprostřete, nasadíte pumpu či kompresor a za dvě minuty ho nafouknete. To ke kempování přitahuje lidi, kteří měli dříve ze stavby obavy.

» **stany, spacáky a karimatky si můžete vyzkoušet na vlastní kůži**

## Nižší hmotnost i velikost

Ke snižování velikosti a hmotnosti dochází zejména u spacáků a expedičních stanů, zároveň se díky novým materiálům a technologiím zvyšuje komfort vybavení do přírody.

## Návrat bavlny

V bavlněných stanech je kvůli jejich prodyšnosti lepší klima a jejich životnost je vyšší než u syntetických materiálů. Využívají je klíčové značky a jejich podíl roste i u levnějších řad.

## Nakupte kvalitní zboží, a přitom ušetřete

Návštěvníci letošního 17. ročníku Výstavy stanů a vybavení do přírody se mohou těšit na u nás největší showroom stanů, karimatek, spacáků, kempinkového nábytku, nádobí, sportovního a outdoorového oblečení, obuvi a doplňků pro dospělé i děti. Zajímavou sekcí budou tašky, batohy, lampy, čelovky, plážové vybavení a další doplňky. V populárním spacákovém ležení si zákazníci spacáky a karimatky budou moct vyzkoušet, stejně jako postavení či sbalení stanů, kterých tu bude stát více než 300! Pořadatelé lákají na výhodné nabídky a výstavní slevy, ale hlavně na možnost vyzkoušet si všechno na vlastní kůži a poradit se s odborníky.

**TIP:** Více informací najdete na [www.vystavastanu.cz](http://www.vystavastanu.cz), identický sortiment je na [www.4camping.cz](http://www.4camping.cz).

## i ZASTOUPENÉ ZNAČKY

80 outdoorových značek na jednom místě – jediné na Výstavě stanů. Najdete tu Aku, Alpine Pro, Asolo, Bergans, Berghaus, Boll, Coleman, Devold, Ferrino, Funstorm, Hannah, Humi Outdoor, Husky, Keen, Leki, Loap, Lowa, Meindl, MSR, Nikwax, The North Face, Osprey, Outwell, Petzl, Pinguin, Rejoice, RVC, Tatonka, Therm-a-rest, Tilak, Vango, Victorinox, Yate a mnohé další.

# GPS má konkurenci

## Satelitní navigační systémy se rozrůstají



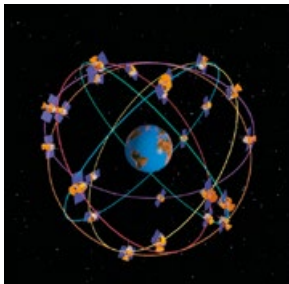
O satelitní navigaci už slyšel každý, využívá ji většina, ale s jistou nepřesností v určení polohy počítá málokdo. Potíže nejsou časté, ale existují. Pokrok se však nezastavil, a tak s rostoucími možnostmi využití většího počtu satelitních navigačních systémů vzrůstá i přesnost. Už zdaleka totiž není jen systém GPS.

V oblasti satelitní navigace roste konkurence. Technicky se prosadila pasivní dálkoměrná metoda určování polohy, kdy uživatel systému signály pouze přijímá a žádné nevyšílá. Princip je založený na vzdálenosti jednotlivých družic, což se určuje změřením doby, kterou signál potřebuje k překonání vzdálenosti mezi družicí a přijímačem (tedy naší GPS). Přístroj neměří skutečnou vzdálenost od družic, ale vypočítává tzv. zdánlivou vzdálenost. V důsledku nepřesnosti hodin přijímače může být změřený čas posunutý oproti skutečné době šíření a tento časový interval způsobí nepřesnost. Nutný je proto bezchybný příjem z minimálně čtyř družic současně.

Přesnost navigačních systémů je ovlivněna mnoha dalšími nestálými vlivy. Udává se, že například zpoždění signálu v ionosféře může způsobit chybu až 10 m, zpoždění signálu vlivem počasí asi 1 m, vychýlení družice z uvedené polohy 1 m, příjem falešných odražených signálů 0,5 m, vlastní šum přijímače 2 m a šum na straně družice 1 m. Skutečná chyba pak záleží na počtu a postavení přijímaných družic a na jejich možnosti chybu opravit. Pojďme si jednotlivé systémy stručně představit.

### GPS

Historicky první satelitní navigací byl americký družicový navigační systém Navstar-GPS, který byl vyvinut pro armádu a postupně od 90. let uvolněn pro civilní využití, na což jsme si snadno a rádi zvykli. Nad námi obíhá 24 družic, rovnoměrně rozložených v šesti oběžných rovinách (ty jsou vzhledem k Zemi centrické, sklon



k rovníku mají přibližně 55° a jsou podél rovníku vzájemně posunuty o 60°). Družice obíhají ve výšce přibližně 20 000 kilometrů a každá oběhne Zemi dvakrát za hvězdný den, oběžná doba je 11 hodin a 58 minut. Oběžné dráhy jsou navrženy tak, aby alespoň šest družic bylo vždy viditelných téměř z kterékoliv místa na Zemi. To slovo téměř je důležité, protože jsou doby a místa (vysoké severní a jižní šířky), kdy je příjem nedostatečný.

### GLONASS

Ruský navigační systém je podobně jako Navstar provozován leteckými obrannými silami, přihlášen ale je jako civilní. Prezident Putin v roce 2007 oficiálně podepsal výnos o bezplatném uvolnění systému GLONASS pro nevojenské použití. Vývoj sice začal už v roce 1970, ale plná orbitální konstelace 24 družic (21+3 záložní) začala pracovat teprve nedávno. Družice obíhají po přibližně kruhové dráze v nadmořské výšce 19 100 km s oběžnou dobou 11 hodin 15 minut celkem ve třech orbitálních rovinách (roviny jsou vůči sobě natočeny o 120°, s rovinou rovníku svírají úhel 64,8° a v každé je rovnoměrně po 45° rozmístěno 8 družic tak, aby pokryly plný úhel). Rozmístění satelitů poskytuje viditelnost alespoň 5 satelitů kdekoli na světě.

Každá družice GLONASS vysílá na své vlastní frekvenci, která se liší od frekvence ostatních viditelných družic. Uvádí se, že ve vysokých zeměpisných šířkách je navigace přesnější než GPS. Příjem družic se na displeji navigace objeví jako satelity s číslem od 66 výš.



## Galileo


Navigační systém Galileo je plánován jako autonomní evropský Globální družicový polohový systém. GNSS Galileo měl být původně provozuschopný od roku 2010, podle nových plánů je rok spuštění naplánován snad už na rok 2014. Důležité ale je, že oba současné hlavní systémy (GPS a GLONASS) jsou vojenské (i přes civilní uvolnění) a provozovatelé nedávají záruku, že ve výjimečných situacích budou systémy stále plně funkční pro civilní využití. Dočasné zhoršení výkonu systému či jeho úplné vypnutí by mělo velké důsledky pro všechny uživatele, tedy i pro nás turisty a cestovatele. Evropský systém Galileo je naopak primárně navržen jako projekt řízený a spravovaný civilní správou, i když si iluze v souvislosti s NATO také nedělám. Plný systém bude sestávat z 30 družic (27 operačních + 3 záložní) obíhajících ve třech rovinách po kruhových drahách na střední oběžné dráze Země (Medium Earth Orbit - MEO) ve výšce 23 222 km (každá z rovin dráhy bude svírat s rovinou rovníku úhel 56°, což umožní využívat navigační systém bez potíží až do míst ležících na 75° zeměpisné šířky). Velký počet družic zajistí spolehlivou funkci systému, i když některá družice přestane správně pracovat. Galileo umožní určit aktuální polohu s přesností lepší než jeden metr, což by bylo skvělé. Systém Galileo bude mít největší potenciál především v dopravě (letecká, silniční, železniční, námořní a říční, městská atd.), přesto však nabízí široké využití i v dalších oblastech, kde zvýší bezpečnost, přesnost a komfort. Také v outdooru se můžeme těšit na přesnější navigaci.



## Compass

Také cílem čínského projektu Beidou-Compass je vývoj nezávislého družicového navigačního systému. Byl přejmenován na Compass poté, co bylo rozhodnuto o změně konceptu z regionálního navigačního systému na globální. Kompletní Compass bude používat celkem 35 družic, 27 z nich bude situováno na středním zemském orbitu, 3 na geosynchronní dráze (doba oběhu družice a doba otočení Země kolem své osy je stejná, takže satelit je každý den ve stejnou hodinu na stejném místě) a 5 na geostacionární dráze (kromě stejné oběžné doby je dráha navíc v rovině rovníku, takže satelit se vůči pozorovateli na Zemi zdánlivě nepohybuje). Čína už v roce 2006 oznámila, že od roku 2008 bude Beidou zdarma poskytovat určení polohy s přesností 10 metrů v rámci základní služby (Open Service). Oproti systémům GPS, GLONASS a Galileo, které využívají družice pohybující se vzhledem k zemskému povrchu na střední oběžné dráze (tzv. MEO-Medium Earth Orbit), používá Beidou geostacionární družice. To znamená, že původní Beidou potřebuje sice méně družic, ale je funkční jenom v oblasti vymezené souřadnicemi 70° až 140° východní délky a 5° až 55° severní šířky. Princip Beidou se navíc od ostatních systémů liší, protože zařízení uživatele aktivně komunikuje směrem k družicím. Pro nás je zatím bez významu, dokud nebude plně funkční Compass. Na jeho zprovoznění jsou prý výrobci navigací připraveni.

## IRNSS

V květnu 2009 oznámila také Indie svůj plán budovat regionální systém IRNSS s tím, že bude funkční v roce 2015–16. Je složen ze sedmi satelitů, které budou disponovat trvalým pokrytím Indie. IRNSS je plánován jako systém pod civilní kontrolou, ale také s vojenským segmentem. Bude-li systém kompatibilní s našimi navigacemi, pak určitě opět doplní a zpřesní určení polohy. 

VÍC NEŽ  
AUTODOBÍJEČKA!



**TORPEDO**  
**2600**

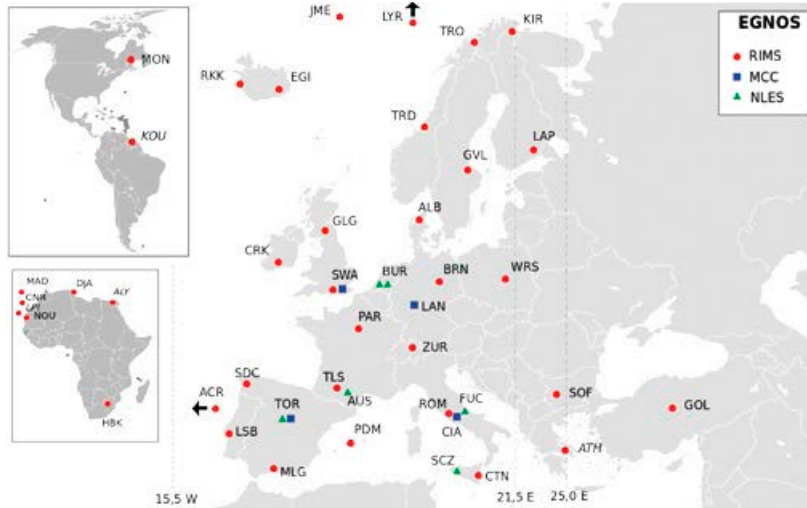
HYBRID  
POWER PACK  
CAR CHARGER



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

## EGNOS

Podpůrná navigační služba EGNOS je v plném provozu už od roku 2009 a stále dochází k jejím zlepšováním. Skládá se ze dvou geostacionárních družic Inmarsat 3, jedné družice Artemis a rozsáhlé sítě pozemních stanic. Vyhodnocuje signál vysílaný systémy GPS a GLONASS a pak vysláním opravných dat umožňuje určit polohu s přesností na 5–10 m oproti původním 20 m. Koriguje hlavně chyby při příjmu signálů z družic, jako jsou efermeridy (přesná poloha satelitu), přesnost hodin, vlivy ionosféry a troposféry a různě odražené signály, termální šумы a nepřesný SW navigací. Příjem signálu EGNOS vidíme na navigacích jako přijímané satelity 33, 37 a 39.



✎ **Rozmístění pozemních monitorovacích stanic systému EGNOS, pramen [wikimedia.org](http://wikimedia.org).**

## Co navigační systémy přinášejí běžným uživatelům GPS

Pro zvýšení přesnosti určení polohy GPS je už delší dobu možné využívat hlavně systém EGNOS. Je ale nutné mít volný výhled na jih, kde jsou družice pro tuto korekci umístěny na geostacionární dráze podobně, jako jsou umístěny družice satelitní televize.

Velkým přínosem jsou technologie čipů GPS s názvem SiRF, které zlepšují přesnost polohy i v místech s horším signálem. Tyto čipy se vyznačují vysokou citlivostí příjmu GPS signálu a novými algoritmy pro zpracování signálu, vysokou rychlostí určení polohy, větší přesností určení polohy, nízkou spotřebou elektrické energie, a dokonce i nízkou cenou.

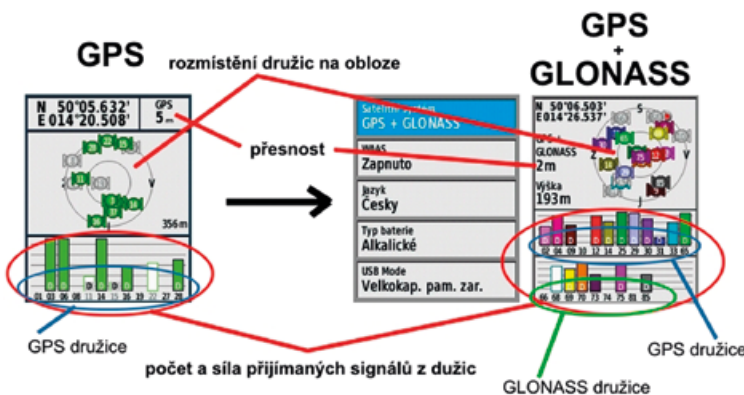
Dostupnost ruské navigace GLONASS poskytuje další alternativu, nebo spíše vhodné doplnění používaného GPS. Použití dvou GPS-GLONASS přijímačů a antén v jednom přístroji zkracuje čas, a můžeme tak mít k dispozici až dvakrát tolik satelitů pro určování naší polohy. To je velmi užitečné pro každého uživatele, který potřebuje spolehlivé informace o poloze v náročných prostředích, jako jsou moderní města s ulicemi v podobě kaňonů, ale také v přírodních kaňonech, roklicích, skalních městech nebo v prostředí, kde hustá zeleň, stromová patra,

mosty atd. blokují velké části oblohy a signály od EGNOS jsou nedostupné. Praktickými pokusy bylo potvrzeno, že k významnému zlepšení opravdu dochází, a proto nové navigační čipy už umožňují duální příjem z obou navigačních systémů. Jak se s tím výrobci navigací vypořádají, jaké zvolí antény a rychlost zpracování s ohledem na spotřebu už nyní, si můžeme zjistit z dostupných technických dat výrobků.

Výrobci navigací tedy poměrně rychle zareagovali a GLONASS implementovali do nových modelů. Mohu i z vlastní zkušenosti potvrdit přesnější, rychlejší a nepřerušovanou navigaci, která mě při testu příjemně překvapila. Také výrobci mobilních telefonů začali služby systému GLONASS osazovat do nově prodávaných telefonů s navigací. Očekává se, že v dohledné době dojde k další postupné integraci všech hlavních známých družicových polohových systémů GPS, GLONASS, evropského Galilea a případně čínského Compassu. Na to jsem docela zvědav. Plánujete-li tedy nákup nové satelitní navigace, zjistěte možnosti příjmu nejen GPS a GLONASS, ale i systému Galileo, případně získajte záruku upgrade systému v době, kdy už bude plně funkční, snad tedy ještě letos.

**Autor:** Pavel Krupka

Od samého počátku stálý autor a spolupracovník Světa outdooru. Jako autor i tester má přehled především o technice, o sněžnicích a o zimním backcountry vybavení. Zajímá se i o mapy, vaření, pěší turistiku a nejen díky své mohutné postavě je nepřehlédnutelným členem redakce.



✎ **Kombinace příjmu satelitů GPS a GLONASS zrychluje a zpřesňuje určení polohy, pramen Garmin.**



# Novinky k obléknutí i obutí v kolekci adidas

Historie adidas Outdoor sahá do 30. let minulého století, kdy zakladatel firmy a fanoušek horské turistiky Adi Dassler vyrobil první trekingovou obuv se svrškem z hovězí usně. V 70. letech vyvinul adidas novou trekingovou botu pro horolezce ve spolupráci s Reinholdem Messnerem, který v ní vystoupal do základního tábora na Mount Everestu. V roce 1992 byla představena první kompletní kolekce outdoorové výbavy.

Spolupráce s Messnerem pokračovala opět v roce 2007, kdy byla rozšířena kolekce pro využití v dalších outdoorových sportech. Přelom nastal v roce 2008 se vznikem konceptu adidas Terrex. Využívají se nejlepší technologie i materiály jako je Gore-Tex, Primaloft či Windstopper a hmotnost produktů razantně klesla. Outdoorové vybavení adidas od té doby patří do výbavy mnohých českých i světových horolezců, jakými jsou bratři Huberové, Beat Kammerlander nebo třeba Libor Uher. Kolekce pro jaro a léto 2014 přináší především další odlehčení výrobků. Pro každé použití se hodí jiný materiál, nově je například ve více výrobcích použita technologie Cocona, využívající přírodní uhlík ze skořepiny kokosového ořechu pro lepší termoregulaci.



➤ *Bota adidas Terrex Scope GTX.*

## Stealth pro nepřekonatelný grip

Zajímavé novinky jsou ale nejen k obléknutí, ale i k obutí. Perfektní nízkou trekovou botou vhodnou pro delší výlety, lehčí lezení nebo pro nástupy pod stěnu je adidas Terrex Scope GTX s podrážkou vyrobenou z legendární gummy Stealth, kterou vyvinula společnost Five Ten a využívá ji na svých lezečkách. Její unikátní složení a specifický design podrážky zaručuje skvělé držení boty na jakémkoli povrchu a pod jakýmkoli úhlem. Boty se vyznačují pevnou oporou kotníku, což využijete především ve strmých sestupech, měkkí gumu ve špičce naopak oceníte při kratších skalních výstupech. Při chůzi mokrou travou nebo po sněhovém poli udrží boty nohu v suchu díky voděodolné a přitom prodyšné membráně Gore-Tex. Uživatelskou recenzi bot Scope si můžete přečíst v tomto čísle Světa outdooru na straně 64.

I boty adidas Terrex Solo jsou vybaveny podrážkou z jedinečné gummy Stealth s vynikající přilnavostí za mokra i za sucha. Jsou lehčí a mají výraznější krytí špičky. Deska pro ochranu chodidla před kořeny a ostrými kameny a pěna Adiprene pod patou pro tlumení nárazů předurčují Solo k využití lezci na cestě ke skalám i boulderům, zvládnou v nich i lehčí výstupy a při samotném lezení si pak tyto boty za poutka na patě snadno připnou karabinou k batohu či úvazku.

Speciální boty na slackline? Proč ne! Někteří slacklineři rádi chodí naboso, jiní preferují ochranu nohy i na lajně. Logickou volbou jsou boty s rovnou, pevnou a neklouzavou podrážkou, bota by navíc měla mít velmi nízký profil, aby chodidlo bylo co nejbližší slackline, zároveň ale musí být vhodná pro často i lezecké nástupy k highline. Přesně podle tohoto zadání jsou navrženy boty adidas Slack Cruiser s jen zlehka perforovanou podrážkou z gummy Stealth. Kromě slacklinerů jejich vlastnosti jistě ocení například skateboardisté.



➤ *Bota adidas Slack Cruiser.*

**TIP:** Celou kolekci adidas Terrex najdete na [www.adidas.cz/outdoor](http://www.adidas.cz/outdoor).



➤ *Bota adidas Terrex Solo.*

# Bitva o feratové sety

## Bezpečnost na zajištěných cestách

Základem obliby zajištěných horských cest neboli ferat jsou adrenalinové zážitky na exponovaných a obtížných terénech nejen v horách. Snadnější přístup přitahuje na feraty i méně zkušené návštěvníky, což vede k častějšímu podceňování bezpečnosti. Souběžně s růstem popularity je proto potřeba klást důraz i na informace o správném vybavení a bezpečném jištění. Všechno ukazuje, že souboj s malou informovaností ještě nějakou dobu potrvá.

## Úvazek, přilba, feratový set

Nikdo už snad nepochybuje o nutnosti jištění, ale o jeho úroveň se vede neustálý zápas s pohodlností, nezalostí a občas také s technologickými problémy. Nutným předpokladem cesty na feratu je vhodný úvazek, pohodlná přilba a feratový set, dále potom přiměřené oblečení, boty a hodí se i rukavice. Úvazek je v případě lezení s batohem lepší celotělový. Cena úvazku stoupá se snižující se hmotností, extrémně odlehčené výrobky nejsou ale pro feraty klíčové. Stejně tak nevyužijete zvlášť pohodlně polstrovaný úvazek, protože v něm skoro nikdy neseďte. Přilba musí dobře padnout a musí být lezecká, nikoliv cyklistická, která má jiné bezpečnostní limity. Časté jsou otázky, proč je potřeba speciální feratový set, když by stačilo sestavit jištění z jednotlivých dílů. Odpověď bývá skryta ve dvou přežívajících omylech. První chybou je domněnka, že na feraty postačí klasické lezecké vybavení. Karabiny pro feraty musí vydržet boční namáhání a manipulace se zámkem musí být rychlá a pohodlná. Karabiny jsou proto jinak konstruované a mají označení „k“. Dalším velkým omylem je představa, že pády na feratě jsou lehčí než při lezení, protože pád horolezce může být mnohem delší, zatímco na feratě se padá jen k nejbližšímu kotvení fixního lana, což bývá do 4–5 m. Jak je to doopravdy si přečtete v následujícím odstavci. Je samozřejmě možné sestavit z koupených komponent vlastní bezpečné jištění na feratu, ale vyžaduje to znalosti a zkušenosti. Bez nich hrozí cesta vrtulníkem, v lepším případě do nemocnice.

✓ **Používané typy feratových setů s trhacím (vlevo) a třecím (vpravo) tlumičem rázové síly.**



## Pády na feratách

Zkušení alpinisté říkají, že na feratách se nepadá, protože jde vždycky o hubu. Je pravda, že pády na feratě jsou sice kratší, ale rázová síla, která při pádu působí na všechny části jištění, nezávisí nezbytně na délce pádu. Pro její výpočet je důležitý pádový faktor, který se definuje (s jistým zjednodušením) jako podíl mezi délkou pádu a délkou lana. Při klasickém lezení není pádový faktor větší než 2, protože délka pádu lezce je maximálně dvakrát větší než délka lana mezi ním a jištěním (tj. pád bez založení postupového jištění). Horolezci mají při pádu ještě k dobru protažení dynamického lana, což pohlcuje pádovou energii. Jenže! Na feratě jste jištěni lanem asi 1 m dlouhým a k nejbližšímu ukotvení fixního ocelového lana můžete spadnout klidně 4 m. Pádový faktor v tom případě bude mít hodnotu 5, což ale ještě neříká nic o tvrdosti a nebezpečnosti pádu. Vypočtená rázová síla je závislá také třeba na hmotnosti lezce a bez dalších bezpečnostních prvků bude v tomto případě někde kolem 2000 daN. Pro srovnání, při rázové síle nad 1200 daN je člověk o hmotnosti 80 kg

✔ *Takhle ne!  
Kdo si na feratu vezme  
cyklistickou přilbu,  
je hazardér.*



už v přímém ohrožení života! Proto je nezbytné použít tlumič pádu, což jsou aktuálně buď trhací sety, nebo třecí brzdy, které rázovou sílu sniží a rozloží. I s nimi bude ale pád na feratě taková řacha, že nejspíš nebudete schopni pokračovat v cestě a kamarádi vás budou muset dopravit do bezpečí.

## Feratové sety, bezpečnost a případná výměna

Vývoj přinesl integraci tlumičů pádu do feratových setů. I tyto sety ale měly své problémy. Nově zjištěné skutečnosti (jejich výzkum podnikl smrtelný úraz v rakouských Alpách v roce 2012) ukázaly, že elastické popruhy, které v setech propojují tlumicí systém s karabinami, mohly ztrácet delším používáním potřebnou pevnost. S ohledem na bezpečnost řada výrobců vybrané typy setů stahovala a zdarma měnila za bezpečnější, ačkoliv i ty staré odpovídaly normám. Jiným nečekaným zjištěním byl pokles funkčnosti některých typů setů s třecím tlumičem (třecí brzda, destička, také se jim říká provlékací) v závislosti na opotřebenosti, zašpinění a tvrdosti lana.

- ✔ *Technologický problém nastal u elastického popruhu typu „harmonika“, vpravo je ukázka nebezpečného opotřebenosti.*



## „pád na feratě je taková řacha, že často nejste schopni jít dál“

Extrémně opotřebené sety vykazovaly při testech značný nárůst rázové síly. Také zde některé firmy zdarma měnily opotřebené sety vybraných typů za nové. Dnes mají feratové sety uvedené problémy vychytané, neustálý vývoj ale napovídá, že i do budoucna se vyplatí občas sledovat aktuální situaci. A pokud máte sety vyrobené před rokem 2013, není od věci podívat se, jestli právě váš není mezi stahovanými. Jejich seznamy najdete na stránkách výrobců a také na stránkách [www.alpenverein.de](http://www.alpenverein.de). V každém případě platí, že před použitím je potřeba feratový set vždy pečlivě zkontrolovat.

## Aktuální nabídka

Současné řešení konstrukce feratových setů se dělí na sety s trhacím a sety s třecím tlumičem. Princip trhacího tlumiče je v tom, že složený a výrobcem sešitý popruh se při tlumení pádu postupně trhá, a tím zmenšuje rázovou sílu. U třecích tlumičů je lano provlečeno tvarovaným výliskem a tření při prokluzu lana pohltí sílu nárazu. Třecí sety se doporučují spíše pro uživatele střední a vyšší hmotnosti a jejich výhodou bývá nižší cena. Výhodou trhacího tlumiče je nezávislost na zašpinění a na době používání. Další výhodou je možnost přesně stanovit sílu potřebnou k roztržení sešití – jsou i sety pro ženy a pro děti s menší vahou, což jde u třecích tlumičů řešit hůř. Teprve nedávno se objevily sety s třecím tlumičem, u kterých je možné nastavit brzdovou sílu.

Feraty (italsky Via Ferrata a německy Klettersteig) jsou parádním zážitkem pro každého, kdo miluje hory, exponované cesty a adrenalin. Soutěž o dobrou osvětlu a o kvalitní technologickou podporu ale rozhodně není u konce a v uplynulých dvou letech nabrala tato bitva na síle. Výsledkem je mnohem větší bezpečnost při putování po exponovaných zajištěných cestách.

# CREATIVE TECHNOLOGY

**SWIFT 8.9 MM**

*Light and robust.*

*The ultimate lightweight rope.*

[www.edelrid.de](http://www.edelrid.de)

**EDELRID**



# Recenze Světa outdooru

V magazínu Svět outdooru pravidelně přinášíme krátké recenze outdoorového vybavení. Najdete tu informace o horkých novinkách i o zajímavém vybavení, které jsme měli možnost osobně krátce vyzkoušet, a které míří do prodejen. Je třeba podotknout, že v případě recenzí se jedná o krátké a spíše popisné představení produktu, které autor subjektivně hodnotí s ohledem na jeho doporučené použití.

Podrobnější recenze s detailními fotografiemi, a u části výrobků také důkladné testy, najdete na [www.SvetOutdooru.cz](http://www.SvetOutdooru.cz).

## Čelovka Nitecore HC50

První, co mě při rozbalení čelovky zaujalo, byl její netypický soudkovitý tvar. Nemohu říct, že by nezvyklý tvar sám o sobě kýřtal nějaký klad či zápor, ale vzhledem k tomu, že tělo čelovky je celohliníkové a celkově robustně zpracované, bylo dosaženo prokazatelně vysoké odolnosti. Výrobce dokonce garantuje odolnost čelovky vůči pádu z 1,5 metru a po praktickém testu mohu potvrdit, že HC50 bez problému ustojí i pád z výšky daleko vyšší. Výborná je také odolnost vůči vodě podle standardu IPX-8 (snesne dlouhodobé ponoření 2 m pod vodou). Sice jsem se s čelovkou nikde nepotápěl, ale průtřz mračen, která mě zaskočila při vyjíždce na horském kole, byla z mého pohledu dostatečným prověřením voděodolnosti.

Svítilna se zapíná stisknutím velkého dvupolohového spínače umístěného na boku. Jeho zapuštění by mělo chránit proti náhodnému zapnutí. Tato ochrana je bohužel nedostatečná a při testu se mi v jednom případě čelovka samovolně zapnula v batohu. Ihned po zapnutí o stavu baterie informuje praktické podsvícení spínače. Zasvítili po dobu 2 sec zelená, baterie je nabitá, červená znamená méně než 50 % baterie a blikající červená signalizuje kritický stav. Uvedená signalizace je praktická zejména z toho důvodu, že HC50 má elektronickou regulaci pro konstantní výkon, a tak se uživatel touto formou dozví o stavu baterie. Výdrž se pohybuje mezi 75 min. až 400 hod., podle výkonu. Mezi pěti intenzitami svícení se dá přepínat namačkáváním spínače a dvojice červených LED se zapíná jeho dlouhým přidržením. Jak bílé, tak červené světlo jde zapnout také v režimu blikání. Problém přehřívání (v režimu nejvyššího výkonu má použitá LED Cree XM-L2 světelný výkon 565 lm) řeší mohutné žebrování celokovového těla na čelní straně. Uvedený výkon se ukázal jako dostatečný i pro jízdu na kole, přestože optika čelovky vytváří široce rozevřený světelný kužel v úhlu 100° a nemá úzce směřovaný světelný kužel pro svícení „na dálku“. Zvlášť musím pochválit rovnoměrně rozloženou světelnou stopu a teplý odstín LED, které umožňují slušné periferní vidění a ani po delším svícení nijak netrpí uživatelův zrak. O napájení se stará jediný a čím dál rozšířenější 3,7V Li-ion akumulátor typu 18650, což předpokládá příslušnou nabíječku. V případě potřeby jej lze nahradit dvěma kusy 3V široce dostupných lithiových baterií typu CR123 nebo jejich dobijecí variantou RCR123. Právě tady vidím vedle vyšší hmotnosti (136 g vč. baterií) největší slabinu, protože tyto baterie jsou v tuzemsku ve srovnání s jinými obvyklejšími poměrně nákladné.



Nitecore HC50 bych doporučil uživatelům, kteří hledají ve všech směrech velmi odolnou, spolehlivou a kvalitně zpracovanou čelovku s dobrou optikou a nevdají jim nepatrně vyšší hmotnost a na české poměry zatím ještě nepřilíhly typické použití Li-ion akumulátoru typu 18650. MS

### Co se nám líbí

- Celokovová odolná konstrukce
- Rovnoměrně rozložená světelná stopa

### Nitecore HC50

Odolná outdoorová čelovka

Dodává: EuroLamp

Infocena: 1 647 Kč

Více najdete na [www.EuroLamp.cz](http://www.EuroLamp.cz)



## Čelovka

# Led Lenser H14R.2

Čelovka Led Lenser H14R.2 je druhou generací výkonného, oblíbeného a všestranného modelu H14R. Nový model nabízí vyšší světelný výkon, delší výdrž a větší dosvit. Čelovka má stále plynule měnitelný zoom (optiku), plynulou regulaci výkonu a pětiletou záruku, navíc přináší možnost světelné režimy a vlastnosti libovolně přizpůsobit. Jediné, co u nového modelu bohužel nenajdeme, je držák na kolo. Ten byl u první generace součástí balení.

K napájení čelovky je možné použít tři typy baterií/akumulátorů: 4 ks typu AA, s čelovkou dodávaný Li-Ion, případně 4 ks baterií typu CR123A. Líbí se mi, že ovládací spínač na bateriovém pouzdře nahradilo lépe ovladatelné multifunkční otáčecí kolečko, kterým je možné plynule měnit výkon. Nabíjení je řešeno skrze standardní microUSB konektor. Nabíječka je přibalena.

Kompletní popis možností nastavení a ovládání by u modelu H14R.2 vydal na samostatný článek, tak alespoň stručně. Dá se nastavit několik světelných programů lišících se zejména tím, v jakém režimu, resp. výkonu, čelovka nastartuje. Dále je možné nastavit, jestli čelovka bude fungovat v režimu konstantního proudu nebo v klasickém režimu pozvolna klesajícího výkonu. Výkon se v jednotlivých režimech pohybuje od 60 do 350 lm, krátkodobě pak 850 lm (boost). Tomu odpovídá výdrž v rozmezí od 10 do 40 hod. K dispozici je indikace stavu nabití akumulátoru. Šíří světelného kuželu jde nastavit vytažením nebo zasunutím vlastního reflektoru, podobně jako např. u tubusového dalekohledu nebo teleobjektivu fotoaparátu. Světelná stopa je vysoce kompaktní a na větší vzdálenosti rovnoměrně rozložená.

Čelovka Led Lenser H14R.2 je díky vyčerpávajícím možnostem nastavení a přizpůsobení univerzálně využitelná a nabídne vám výhodu jediného zdroje světla pro veškeré vaše outdoorové aktivity. Naplno ji využijí zejména ti, kteří provozují VHT, horolezectví, běh nebo kolo, případně aktivity v zimních podmínkách. Světelný výkon je více než dostatečný, stejně jako doba svícení. Z mého pohledu nemá čelovka žádné slabé místo.

PM

### Co se nám líbí

- Všestranná výkonná čelovka pro více aktivit
- Absolutní možnost přizpůsobení a nastavení

### Led Lenser H14R.2

Výkonná všestranná čelovka

Dodává: Moris Design

**Infocena: 4 407 Kč**

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



Lehké do batohu,  
výživné na kalorie.  
Jídlo do extrémů.

Jan Kopka - Aljaška 2014

**Mountain House**  
Delicious meals anytime, anywhere

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

## Batoh **Lowe Alpine** **Axiom Cerro Torre**

Lowe Alpine zkombinoval batoh své nejvyšší řady Cerro Torre s novým zádočným systémem Axiom+. Jde o klasický batoh dvoukomorové konstrukce, kterému z hlediska výbavy nechybí prakticky nic, co si je možné v této kategorii představit. A to vše při rozumné hmotnosti (2,64 kg; objem 65–85 l), zahrnující i veškerou výbavu, kterou získáte v ceně batohu: integrovanou pláštěnku, dodatečné popruhy a vnitřní kapsu na hydrovak. Tu jde v případě potřeby vyjmout a použít samostatně jako ultralehký batoh (125 g).

Horní komín batohu disponuje dvojitým stahováním a horním kompresním popruhem. Víko s vnitřní i vnější kapsou není nijak mimořádně prostorné, což je daň za jeho prohnuté dno,

které díky tomu výborně sedí na vrchlíku batohu. Kombinace horního, spodního a čelního vstupu výrazně usnadňuje přístup k nákladu. Na víku předního vstupu je plochá vnější kapsa s vodotěsným zipem. Pochvalu si zaslouží rozměrné boční kapsy z elastického materiálu, naopak dvě kapsičky na zip na bederním pásu bych osobně klidně ozelel. Výstup na hydrovak je jen na pravé straně, což je z mého pohledu dostatečné, ale znám jedince, kteří by ocenili možnost vyvedení i vlevo.

### Co se nám líbí

- Výbava v ceně
- Zádočný systém stavitelný za chůze

## Batoh **Boll Quantum 42**

Tuzemský výrobce Boll představil inovovaný horolezecký batoh Quantum 42, což je číslovka označující jeho objem, který se při posunutí vrchlíku zvětší na 55 litrů. Výrobce mu předepsal drastickou dietu, takže váhu zatíží devíti sty gramy. To však platí pouze po vyjmutí plastové výtuhy zad s kovovými pruty a odejmutí vrchlíku. V opačném případě se z podvyživeného hubeňoura stává štíhlý atlet, vážící 1350 g.

Na vrchlíku jsou dvě praktické a prostorné kapsy. Ta vnější se mi díky zipu po celé šířce velmi osvědčila. Jsou na ní našita poutka na přichycení sítky na helmu, která je spolu s pláštěnkou součástí výrobku. Hlavní vstup do batohu se zavírá rolovacím uzávěrem, známým z vodáckých vaků. Na zádočné části jsou po stranách našity přezky, jejichž protější jsou na rolovacím uzávěru.

I při řadě technických prvků (např. boční vstupy na zip a vnitřní kapsa pro uložení hydratačního vaku) si batoh zachoval zmíněnou nízkou hmotnost. Poutka na organizaci lezeckého materiálu, umístěná uvnitř batohu, nebo materiálová poutka na perforovaném bederním pásu jen podtrhují jeho určení. „Bederák“ není odnímatelný, což je u této kategorie batohů vcelku neobvyklé, kvůli použití se sedacím úvazkem. Díky stranou našité přezce však jistícím oku na úvazku příliš nepřekáží. Nezbytné jsou pochopitelně také úchyty na cepíny, tvořené jednoduchými kontrastními poutky. Tady se ještě jednou nevyhnu mírné kritice. Osobně bych se přiklonil k jinému systému, který dovoluje rychlejší manipulaci.

Závěrem něco o nosném systému. Na tvarované ramenní popruhy potažené pružnou tkaninou se nenabaluje sníh ani nečistoty, stejně tak jako na zádočnou část z jednoho kusu materiálu. Ten má na sobě řadu výlisků, zlepšujících proudění vzduchu mezi zády a batohem.

Sečteno a podtrženo, Boll Quantum 42 je povedený batoh, který mohu doporučit pro použití na horské výstupy a lezení. Podrobnosti ke zmíněným technickým detailům přinese test, který bude po delším prověření v terénu za několik měsíců zveřejněn na [www.SvetOutdooru.cz](http://www.SvetOutdooru.cz). KV

### Batoh Boll Quantum 42

Horolezecký batoh

Dodává: Boll Gear

Infocena: 3 695 Kč

Více najdete na [www.boll.cz](http://www.boll.cz)



### Co se nám líbí

- Rolovací uzávěr
- Nízká hmotnost

Jako zajímavý hodnotím nosný zádový systém Axiom+, který jde výškově nastavit přímo s batohem na zádech. Profilovaný zádový panel vyztužený kovovou kostrou má na vnější straně kanálky pro odvětrání zad. Jestli to bude i za teplého počasí dostatečné, ukáže dlouhodobý test. Tvarovaný bederní pás i ramenní popruhy jsou poměrně tuhé. Osobně si je chválím, ale nemusí vyhovovat každému. Chválím i dostatečně polstrovaný bederní pás. Ten je k zádovému panelu přichycen s určitou mírou flexibility, která vyrovnává pohyb těla při chůzi. Na zádech působí naložený batoh mimořádně stabilně. Jde o špičkový batoh pro vícedenní/vícetýdenní trekking se spoustou promyšlených drobných detailů. Objem je dostatečný na vše, co si dokážu představit, že bych byl ochotný někam nosit. *KH*

### Lowe Alpine Axiom Cerro Torre 65:85

Expediční a trekový batoh

Dodává: Sport Prima

**Infocena: 5 390 Kč**

Více najdete na [www.LoweAlpine.cz](http://www.LoweAlpine.cz)



## Batoh Osprey Variant 37

Variant 37 amerického výrobce Osprey je technický batoh vhodný především pro horolezce, skialpinisty a ostatní nadšence pohybující se v horách. Na první pohled zaujme svým propracovaným designem a výborně řešenými detaily.

Zádový systém z tvarovaného pěnového materiálu, zesílený plastovou výztuhou s hliníkovou konstrukcí, poskytuje dostatek pohodlí, zároveň neomezuje v pohybu a díky použitému materiálu se na jeho povrch nelepí sníh. Vnitřní hliníková konstrukce se dá spolu s plastovou výztuhou vyjmout, a váha batohu se tak sníží zhruba o 250 g (celková hmotnost se zádovým systémem vel. M činí 1,53 kg). Odepínatelný bederní pás disponuje na každé straně jedním poutkem na připnutí lezeckého materiálu.

Stejně jako většina lezeckých kletřů i Variant má pouze jednu komoru s jedním horním vstupem. Základní objem je 37 litrů, pomocí stahovatelného límce jej však „přifouknete“ až na úctyhodných 55 litrů, takže se vejde i zimní spacák. Víko je vybaveno dvěma kapsami, menší vnitřní s karabinkou na klíče a prostornou vnější kapsou na drobnosti, které musím být vždycky po ruce. Podstatným nedostatkem je absence držáku na přilbu, který bychom u alpinistického batohu (a vzhledem ke čtyřem popruhových okům v horní části víka) očekávali. Naopak velmi kladně hodnotíme snadnou výškovou polohovatelnost víka, zajímavým doplňkem je také lamela proti sněhu.

Na batohu najdete po stranách poutka a stahovací popruhy pro upevnění lyží, v přední části jsou umístěny sloty na cepíny a praktická kapsa na mačky. Na tomto místě bychom vytkli snad jen příliš krátké postranní stahovací popruhy, které neumožňují připevnění karimatky. Na druhou stranu musíme vyzdvihnout rozepínací spony (na více místech batohu), snadno ovladatelné i v rukavicích.

Celkový dojem z Variantu je velmi pozitivní. Obstál jak z pohledu komfortu nošení při celodenním výstupu, tak co se týče technického řešení detailů pro lezecké a skialpové použití. *MN*

### Co se nám líbí

- Chytře řešené spony
- Přizpůsobivý objem 37–55 l



### Osprey Variant 37

Horolezecký batoh

Dodává: Rock Point

**Infocena: 3 999 Kč**

Více najdete na [www.RockPoint.cz](http://www.RockPoint.cz)



## Boty Keen Marshall

Výlety do přírody, cestování, turistika, celodenní nošení po městě. To je výčet aktivit, pro které se hodí boty Marshall. Pokud si jako já pořídíte pekelně červenou barevnou variantu označenou jako „mars red“, nemusíte se bát, že by vám snad někdo ve víru města šlápnul na nohu. Marshallly jsou zkrátka nepřehlédnutelné (to neplatí pro decentní černou variantu).

Ostatně, i kdyby se tak stalo, pravděpodobně to ani neucítíte. Špiči chrání masivní gumová obruba, typický to znak většiny bot Keen. Prochodil jsem už několik modelů tohoto výrobce a vždy jsem ocenil pohodlí způsobené především šíří boty, která je i u tohoto modelu příjemně velkorysá.

Když jsem vzal boty poprvé do ruky, neubráníl jsem se údivu. Tak nějak jsem se vnitřně připravil na to, že síťovinová bota musí být lehoučká jako pírkó. Jenže na hmotnosti se nejvíce podepsala podešev, která je u těchto bot opravdu masivní. Proto je jasné, že svou hmotností se nemůže Marshall poměřovat s lehoučkými běžeckými botami, které jsou dnes často k máni. U bot této kategorie jde také o výdrž a odolnost, která se dá od pohledu předpokládat. Samozřejmě, výdrž může potvrdit až delší testování.

### Co se nám líbí

- Vzorek podrážky s dobrou trakcí
- Ochranná gumová špiče

Boty jsou ušité z prostorové, chcete-li 3D síťoviny. Podobný materiál známe například ze závodových částí batohů. Jeho použitím získávají boty prodyšnost, která se při testování prokázala jako nadprůměrná. Zákonitě je ovšem potřeba dbát opatrnosti při průchodu kalužemi. Pokud se tak stane, voda se sice může snadno dostat dovnitř boty, ale stejně tak snadno i ven. Lehký textilní materiál tedy navíc přispívá k rychlejšímu schnutí. Síťovina na bocích je navíc zpevněna gumovým nástřikem, což se při testu projevilo dobrou stabilitou kotníku. Na špiči i patě jsou pak další výztužné prvky.

Líbí se mi některé maličkosti, které potěší. Tím mám na mysli například zadní obouvací poutko nebo plastové výztuhy koncových šňěrovacích oček, jimiž tkaničky snadno prokluzují při dotahování boty. Při krátkém seznámení jsem sice botám (naměřená hmotnost páru vel. 42 činí 732 g) vyloženo „nenaložil“, jako třeba svým sandálům od stejného výrobce, ale po počátečním seznámení se mi jeví jako vcelku povedený kousek vhodný pro lehčí výstupy do přírody a pohyb po městě. KV

### Boty Keen Marshall

Univerzální nízká obuv

Dodává: Outdoor Concept

**Infocena: 2 599 Kč**

Více najdete na: [www.keenfootwear.cz](http://www.keenfootwear.cz)

## Boty Adidas Scope

Podle určení se jedná o obuv označovanou jako approach, tím je míněna bota pro nástupy pod stěnu, lehký lezení či via feraty. Tahle bota se díky pevné konstrukci a skutečně velmi přilnavé podrážce podobá lezečkám, ale v „turistickém“ provedení.

Zřejmě největší devizou adidas Scope je podrážka s hrubým vzorkem z přilnavé gumy Stealth. Podrážka je celkově velmi tuhá, což je při chůzi v náročném terénu a při lezení velmi důležité, a především díky použité gumě, jinak známé z lezeček Five Ten, poskytuje skutečně velmi nadstandardní tření na kamenech, hladké skále, ale i v měkkém terénu.

Svršek boty se skládá z kombinace syntetického materiálu se zpevňujícími pruhy pro pevnější zašněrování. Podobně jako u lezeček začíná šněrování ve špičce boty. Díky dobře polstrovanému jazyku a dvěma odlišným průměrům tkaničky jde Scope dostatečně a efektivně utáhnout. Přední polovina boty je chráněna pevnou gumovou obsázkou, která zabraňuje poškození boty i nohy o kameny a podobné překážky. Podobně chráněna je také zadní část boty.

Před proniknutím vlhkosti k noze chrání membrána Gore-Tex Performance Comfort a hydrofobní textilní výstelka rozvádí vlhkost uvnitř boty na co největší povrch membrány. Za samostatnou zmínku stojí i vyjímatelná vložka OrthoLite. Čtyři milimetry silná, tvarovaná a odolná pěnová hmota dobře odvádí vlhkost a současně by měla zabraňovat vzniku plísni (tedy i zápachu).

Bota mi dobře padla na mou středně širokou nohu a během testování jsem neshledal žádné závady. Vzhledově se mi líbí, na noze mi dobře

### Co se nám líbí

- Tření podrážky Stealth
- Systém šněrování





## Boty Mammut Ridge High

Dámské trekové boty Ridge High, určené na feraty a lehčí treky, zaujmou především zajímavou konstrukcí a slušnou hmotností (1248 gramů/pár velikosti 42,5). Navzdory nižší hmotnosti jsem hned po prvním obutí měla pocit pevné fixace v oblasti kotníku, kterého bylo mimo jiné dosaženo polstrováním vnitřku boty pěnou zvanou MemoFoam, která se přizpůsobí noze a těsně ji obejme a zafixuje.

Dodatečnou ochranu a podporu kotníku zajišťuje také vnější opora, která je utažená šněrováním a téměř nedovolí botě se v těchto místech ohnout jiným směrem než dopředu a dozadu. Vzhledem ke hmotnosti hodnotím oporu kotníku (a ochranu před případným zvrtnutím) jako velmi dobrou. Oceňuju také podešev Gripex. Skvěle drží na různých materiálech a chůze po libovolném povrchu nedělá problém. Při chůzi jsem měla pocit, že se podrážka nesmeká ani na mokřem povrchu, což je u boty se zmíněným určením velkou výhodou.

Svrchní materiál je tvořen kombinací syntetické kůže a textilu, pod níž se nachází membrána Gore-Tex. Špička a pata jsou navíc pogumované, což chrání svrchní materiál proti prodření a také nohu proti „nakopnutí“ při lezení po skále a kramlích.

Boty jsou lehké, přesto však pevné a pohodlné. Za dobu, po kterou jsem je zkoušela, jsem nepřišla na žádný zásadní nedostatek. Za jejich velkou přednost považuju kvalitní podešev, která neklouže a podrží nohu i v těžším a kluzším terénu. Pro použití na zajištěných cestách, na které jsou boty primárně určeny, mohu Ridge High s klidným svědomím doporučit. Jediná věc, která mě překvapila, bylo číslování. Oproti svým standardním šestkám jsem si u těchto bot musela vzít sedmičky. Před koupí je tedy dobré boty déle zkoušet, aby velikost skutečně padla. *MN*

### Co se nám líbí

- Podešev s nadprůměrnou trakcí
- Fixace kotníku

### Mammut Ridge High GTX Women

Dámská kotníková obuv

Dodává: Hudy

Infocena: 4 390 Kč

Více najdete na [www.hudy.cz](http://www.hudy.cz)

sedí a myslím, že je pro své určení dobře navržena. Kromě černo-modré barevné kombinace, již jsem testovala, je dodávána i v méně výrazné černo-šedozeleňé variantě, a to jak v pánském, tak i dámském provedení. Ne náhodou adidas Scope získal ocenění „Outdoor Industry Award“ 2013 v kategorii „Approach shoe“. Pár velikosti 46 váží 1068 g. *PK*

### Boty Adidas Terrex Scope GTX

Pánská obuv z kategorie „approach“

Dodává: adidas

Infocena: 3 799 Kč

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

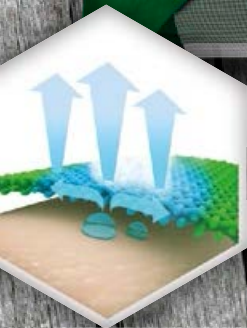




# RYCHLE SCHNE



RYCHLY  
ODVOD  
POTU



## PRÁVĚ V PRODEJI!



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

**ALPINE PRO**

## Šaty

# Warmpeace

## Backup Eco

Název šatů by mohl být z části poněkud zavádějící, Backup Eco podle mě totiž nejsou žádné záložní šaty, ale plnohodnotný kus oděvu, vhodný především na letní cestování do teplejších krajin. Slovo „Eco“ v názvu vypovídá o materiálu, který potěší ekologicky smýšlející cestovatele – šaty by se totiž měly kompostováním přirozeně téměř rozložit během 12 měsíců. Sedmiprocentní podíl materiálu Spandex se bohužel nerozloží, i tak si ovšem cením toho, že se Warmpeace vydal touto cestou. Kus látky jsem už během dubnového testování zakopala na zahrádce v kompostu a první informace ohledně probíhajícího rozkladu bude obsažena v recenzi na [SvetOutdoor.cz](http://SvetOutdoor.cz) během léta. Ať se bude látka rozkládat jakkoli, už teď mohu říct, že materiál je příjemný a pocitově bych ho přirovnala k bavlně. Ve skutečnosti se jedná o složení 65 % bambusové vlákně, 28 % tencel a 7 % spandex (spodní, silnější díl).

Líbí se mi především možnost kombinace dvou dílů, ze kterých se šaty skládají. V chladnějším počasí je možné nosit oba díly přes sebe (viz fotografie), a ve velkém vedru je naopak příjemné nosit pouze vrchní díl, který je z chladivého materiálu, pocitově lehkého jako pírkó. Samotný vrchní díl ve velikosti M váží pouze úctyhodných 62 gramů, není ovšem kompostovatelný. Díky volnému pohodlnému střihu jsou šaty maximálně vhodné na dlouhé nošení na cestách. Ve vedru skvěle větrají a díky délce ke kolenům se dají nosit i v zemích, kde místní na šaty nejsou příliš zvyklí. Tím ovšem nemám na mysli Indii a podobné země.

Šatům bych vytkla asi pouze střih, který je trochu neforemný. Podle mého názoru by jim slušel pásek nebo jiný doplněk, ale to je věc vkusu. Na druhou stranu cestovatelky určitě ocení široká ramínka a spodní vrstvu šatů ne příliš vykrojenou na zádech. To umožňuje pohodlné nošení plně polní bez zařezávání popruhů batohu do ramen a škrábání na zádech, které jinak znám při nošení hodně vykrojeného tílka. **KK**

### Warmpeace Backup Eco

Šaty na cestování a volný čas

Dodává: Warmpeace

Infocena: 1 290 Kč

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



### Co se nám líbí

- Rozložitelný materiál
- Variabilita dvou kusů šatů





## Lano **Tendon Hattrick**

Tendon Hattrick 9,7 je novinkou českého (a v Česku pletoucího) výrobce horolezeckých lan. Hattrick patří do nejvyšší kategorie lan zvané Elite, která klade důraz především na bezpečnost. Té bylo u testovaného lana podle výrobce dosaženo speciální konstrukcí, skládající se ze čtyř vrstev. Budeme-li při popisu postupovat od středu, nehlouběji při řezu najdeme tzv. paralelní duše (pro lepší pochopení bych je přirovnal k jakémusi „jádru jádra“), které jsou obalené samotným pleteným jádrem. Mezi ním a opletem se pak nachází vrstva polyamidového vlákna, díky které by si lano mělo udržovat nulový posun opletu vůči jádru. Oplet jako takový je zhotoven technologií zvanou SBS (simple braiding system), kdy je každé vlákno vedeno individuálně, a ne v páru, jako u mnoha jiných v současnosti nabízených lan.

Dost popisování! Ptáte se, co výše uvedená tvrzení znamenají v praxi? Pravděpodobně nikoho nepřekvapí, že jsem při testování dobrovolně neprováděl normované pády přes ostrou hranu, a tak nemohu ani potvrdit ani vyvrátit předpoklad, že lano udrží lezce i při značném poškození opletu nebo jádra. Co ale mohu říct je, že Hattrick budí skutečný pocit bezpečí, a především bych rád vyzdvihnul následující fakt: během prvních dvou měsíců testování se neprojevilo být

sebelepší poškození opletu ani zaznamenanelný posun opletu vůči jádru. Ještě je brzo na ukvapené závěry, ale zatím všechno nasvědčuje tomu, že lano bude skutečný „držák“. Ovšem jak už to tak bývá, každá karta má svůj líc i rub. Stinnou stránkou Hattricku 9,7 je podle mé zkušenosti značná subjektivní tuhost v porovnání s běžnými modely, a tím pádem také horší uzlovatelnost. Mé (a takéž spolulezcevo) prvotní zděšení (na tak tuhém novém laně jsem dřív nelezl) naštěstí po prvních pár vytažených cestách vystřídalo uklidnění. Musím konstatovat, že houževnatost lana mě ani mého spolulezce při lezení nakonec nijak neomezovala.

Tendon Hattrick 9,7 se podle mého mínění nerozšíří mezi lezci na úrovni řečneme evropské špičky, má ovšem slušnou šanci najít své místo mezi lezeckým „plebsem“, který bude vyžadovat kvalitní, bezpečné a dlouho sloužící lano. **MS**

### Tendon Hattrick 9,7

Horolezecké lano

Dodává: Lanex

**Infocena: 3 866 Kč (60 m)**

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

## Edelrid Via Ferrata Belay Kit

Chystáte se letos na feraty vzít děti nebo méně zkušené kamarády? Pokud si lámáte hlavu nad jejich bezpečností při pohybu na zajištěné cestě, rozhodně stojí za zvážení použití zajímavé vychytávky na dojištění od německého výrobce Edelrid. Celý jisticí set vlastně není nic převratného, jde jen o čtyři poskládané části horolezecké výbavy, které tvoří snadno obslužitelný celek (který ovšem není náhražkou feratového setu!). V polotvrdém obalu soudkovitého tvaru se nachází 15 metrů (případně 25 m) lana s šitými oky na koncích a samoblokující brzda opatřená dvěma šitými smyčkami. Teď se pojďme podívat, jak dojišťování začátečníka funguje.

Zkušenější prvolezec má obal s lanem připevněný na sedáku a volným koncem připne druholezce za jednu ze smyček jeho feratového setu (druhou se začátečník jistí na ocelovém laně). Prvolezec vyleze obtížný úsek, přičemž se mu z obalu vymotá patřičná délka lana, odsedne si a brzdu na Belay Kitu cvakne do ocelového lana. V ten moment se může druholezec pustit do lezení, vy jej dobíráte stejným způsobem jako s jinou samoblokující jisticí pomůckou a dobrané lano vracíte zpět do obalu. Jakmile začátečník doleze k prvolezci, uvedený postup se opakuje.

Samoblokující brzda je konstruována tak, aby při lezení prvolezce (tedy v momentu, kdy se z obalu vymotá lano) kladla co nejmenší odpor. Nečekejte, že byste žádný odpor necítili, po dvouletém testování ovšem mohu s klidem říct, že odpor brzdy při lezení na feratě je zanedbatelný. Jako příjemné zjednodušení hodnotím také barevné označení smyček na brzdě a na koncích lana.

Pokud je brzda zavěšená do modré smyčky, druholezce cvakáte

### Co se nám líbí

- Jednoduchost použití
- Inovativní nápad

na ten konec lana, který je označen modrým kroužkem. Další drobnost, která v terénu usnadňovala manipulaci, je například zip na obalu lana, po jehož rozepnutí se zvětší hrdlo obalu a lano se do něj při jistění lépe skládá. Naopak zapnutý obal tolik nepřekáží při lezení.

Možná si říkáte, že by stačilo krátké lano a jistítko. To je sice pravda, ale po dvouleté zkušenosti s Belay Kitem jej mohu skutečně doporučit – zjednodušení jistění je značné a pohyb se začátečníky se v mém případě zrychlil a stal bezpečnějším. **MS**

### Edelrid Via Ferrata Belay Kit II

Set pro jistění začátečníků na feratách

Dovozce: Vaude Sport, zastoupení pro ČR

**Infocena: 1 999 (2 249) Kč**

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



## Bunda **Marmot PreCip**

Stálice v nabídce Marmotu je bunda PreCip. V letošní kolekci u ní došlo k výrazné evoluci použitého materiálu, který aktuálně nese jméno NanoPro. U tohoto materiálu výrobce slibuje nejen vylepšení parametrů s nepromokavostí 10 m a slušnou prodyšností 17 000 gramů/24 hod., ale také změnu ve struktuře, díky které je materiál propustný i pro plyny, a je tedy skutečně „dýchající“. Propustnost nejen pro vodní páru, ale i pro plyny je jednou z oblastí, na kterou se v poslední době zaměřilo více výrobců, protože umožňuje zlepšit vnitřní klima.

PreCip Jacket kráčí ve šlépějích svých úspěšných předchůdců. Jde tedy o lehkou a skladnou dvouapůlvrstvou bundu, která poslouží jako záloha před nepřízní počasí a díky své skladnosti a lehkosti může být stále po ruce. Váha ukázala u bundy velikosti XL hmotnost 324 g a lze ji složit do malého balíčku o rozměrech cca 20x18x5 cm, k čemuž šikovně poslouží levá kapsa, která je k tomu účelu vybavena zipem s poutky na obou stranách jehdce.

PreCip je klasická celorozpínací bunda se zipem podloženým i překrytým légou. Má pevně připojenou kapuci, uschovatelnou do límce. Kapuce je v předozadním směru nastavitelná suchým zipem a kolem obličejů ji jde stáhnout vyztuženým štítkem. Tady musím podotknout, že vzhledem k tvaru a měkkému materiálu kapuce vyžaduje chvíli pozornosti při vyladění kolem hlavy, aby dobře seděla a nepřekážela výhledu. Bunda má dvě klasické boční kapsy, které jsou ze síťoviny. Pro lepší odvod vlhkosti je i tato lehká a skladná bunda vybavena ventilačními zipy v podpaží.

V praxi jde o nenápadného, ale praktického společníka. Nepromokavost je dnes už samozřejmostí, prodyšnost subjektivně hodnotím jako dobrou. Samozřejmě nezvládne odvést veškerou vlhkost při fyzické aktivitě, ale při změnách tepla se dá sledovat jak vlhkost uvnitř klesá. Vzhledem k lehkosti materiálu není bunda samozřejmě určena k běžnému použití s batohem, čemuž odpovídají i klasicky umístěné kapsy, které není možné s bederákem batohu použít. Marmot PreCip bych doporučil na běžné nošení nebo jako záložní bundu pro výlety do přírody. *JH*

### Co se nám líbí

- Nový prodyšný materiál NanoPro
- Možnost sbalení sama do sebe

### Marmot PreCip Jacket

Lehká záložní bunda

Dodává: Martin Rak

**Infocena: 2 690 Kč**

Více info na [www.marmot.de](http://www.marmot.de)



## NOVINKA 2014

**MSR®**

ELIXIR 2 / ELIXIR 3

2 osoby, 2 vestibuly, 2,2 kg

3 osoby, 2 vestibuly, 2,5 kg

více informací na  
[www.vertical.cz](http://www.vertical.cz)

## Bunda Adidas Active Shell

Bunda Active Shell se drží nastaveného konceptu lehkých bund pro aktivní pohyb firmy Gore. Její hlavní předností tedy není odolnost, ale právě vysoká prodyšnost, která dosahuje Ret < 3, což je velmi dobrá hodnota. Na první pohled je bunda spíše jednodušší, ale až když si ji obléknete, zjistíte, že je opravdu promyšlená a každý detail má svůj smysl. Zip (osvědčený YKK) je podložený légou s přehnutými okraji, které plní funkci „okapu“ v případě, že vám pod zip zateče voda. Svrchní část légy je v místě kontaktu s bradou překryta semišovým materiálem, který je příjemný na dotek. Z mého pohledu je to detail, který potěší a má svůj smysl. Trochu mě zklamal pas, který je, stejně jako u loňského modelu Terrex Active Shell, nestahovatelný. Jen na bocích bundy jsou pruženky překryté jemnějším materiálem, které zajišťují, že vám neodstává od těla. Bundě zůstaly také dvě vlamínované kapsy, které jsou pro maximální odlehčení na vnitřní straně tvořeny jen jemnou sítkou, a nejsou tedy nepromokavé, jak je u goretexových bund zvykem. Na druhou stranu výhodou síťoviny je, že umožňují snadné odvětrání, stačí jen rozepnout zip.

Okolo krku je provlečeno stahování pruženkou a plastové brzdíčky pro nastavování pruženky jsou kryté uvnitř bundy. Tento prvek hodnotím velmi kladně, gumička pruženky ani její spony nikde neplandají, což člověk ocení zejména při provozování rychlejších sportů. Kapuce je jednoduchá, ale dobře střížená a dostatečně prostorná. Na přední straně je opatřena zpevněným štítkem, který dobře drží tvar a odolá bez problémů i v silnějším větru. Stahování kapuce je jednosměrně pomocí pruženky a pro moje potřeby bylo zcela dostačující. Rukávy bundy na první dojem nijak nepřekvapí, ale jakmile si zapnete suché zipy, kterými se jejich konce stahují k ruce, všimnete si, že jsou anatomicky stříženy tak, aby po zapnutí kryly co největší část vnější strany ruky. Zpočátku jsem tento detail neuměl ocenit, ale při použití bundy v dešti a za silného větru jsem jeho význam rychle docenil.

PS



### Co se nám líbí

- Možnost odvětrání kapsami
- Lága hlavního zipu s „okapem“

### Adidas Terrex Gore-Tex Active Shell Jacket

Lehká pánská nepropo bunda

Dodává: adidas

Infocena: 7 599 Kč

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

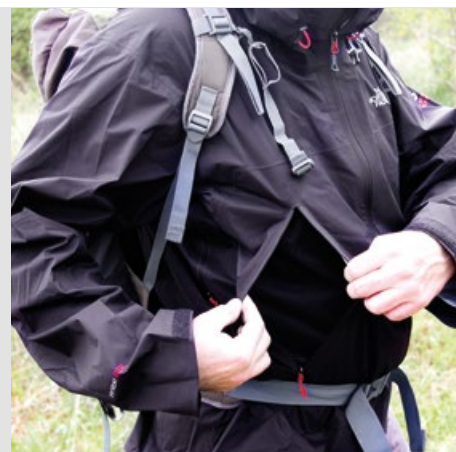
## Bunda The North Face Diad

Bunda Diad ze série Summit je příjemně lehká, u testované velikosti XXL váha ukázala slušných 395 g. Nepromokavost a prodyšnost použitého materiálu HyVent 2,5L je podle mé prvotní zkušenosti na srovnatelné úrovni s Gore-Tex Active (tedy dostačující), díky méně zvuknému jménu membrány je však pořízení bundy méně nákladné. Údaj 2,5L značí použití dvouapůlvrstvé membrány. Pod svrchním Ripstop Nylonem se nachází PU membrána, která je z vnitřní strany krytá natištěnou mřížkou, jež chrání membránu a současně zabraňuje jejímu možnému lepení na vlhké tělo. Bunda Diad se vyrábí v několika barevných variantách (šedočerné, kombinací oranžové, zelené a mnou zvolené černé variantě).

Rukávy s odvětráním v podpaží mi jsou dostatečně dlouhé a délka zad mi sahá těsně pod zadek, tak jak u bund do hor očekávám. Kapuce mi dobře kryje celou hlavu, stahovatelná je jednoručně, a to ve dvou směrech, vpředu je navíc i dostatečně velký kšilt, chránící obličej před deštěm i sněhem. Hlavní voděodolný YKK zip podložený légou se mi při testování snadno rozepínal, navíc je jezdec opatřen slabou šňůrkou, díky které se zip snadno ovládá i v rukavicích. Pod bradou není bohužel zakončen krytem pro jezce, což by u podobné bundy mělo být podle mého názoru standardem. Onopak mě potěšily dvě opravdu rozměrné kapsy (44x23 cm), přístupné i se zapnutým bederákem či s oblečeným sedacím úvazkem. V kapsách je ukryto jednoruční stahování dolního okraje bundy, a tak z vnější strany zbytečně neplandají volné pruženky. Diad postrádá kapsu tzv. napoleonku, která byla u předchozího modelu, mně však nijak nechyběla.

Za podstatné považuju, že bunda bez problému obstála v dešti se silným větrem. Nejen proto předpokládám, že TNF Diad dobře poslouží především horolezcům a turistům nebo i lyžařům na jejich výpravách do hor.

PK



### Co se nám líbí

- Použitý materiál HyVent 2,5L
- Rozměrné kapsy

### The North Face Diad Jacket

2,5vrstvá hardshellová bunda

Dodává: The North Face

Infocena: 4 990 Kč

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

# PRUBÍŘSKÝ KÁMEN

Více než velkolepý plán je mnohem důležitější kvalita vybavení. Dvacet osm top horolezců bylo pozváno k testování Mammut vybavení během výstupu na Ago del Torrone. Závěr: nejvyšší kvalita a funkčnost. Komplexní Mammut nabídka kombinuje bezpečnost a maximální pohodlí, a to i za těch nejtěžších podmínek.

Zjistěte více na : [www.mammut.ch](http://www.mammut.ch) nebo na [www.hudy.cz](http://www.hudy.cz)

 HUDY



Cellon Hoodý Woman



Alto High GTX



Trion Guide 35



**MAMMUT**

Absolute alpine.

## Batoh Coleman Ultralight

Batoh Ultralight Pack 30 patří do módní a oblíbené rodiny odlehčených batohů s určením pro jednodenní či víkendovou turistiku po svých, na kole či na lyžích. Hlavními znaky úspěšného batohu jsou objem 30 l, hmotnost 630 g, jednoduchost, účelnost a hojně využití síťovaného mesh materiálu.

Dovnitř úzkého protáhlého batohu se vejde překvapivě hodně věcí a není problém odložit si sem svršky i pro více lidí. Nečekejte žádný robustní bederák ani nosné popruhy, ale jejich funkčnost je vzhledem k účelu použití dostatečná. Už zmíněnou odlehčovací síťovinu najdete na sympaticky velkých bočních kapsách, na ploše zad a je z ní také ušitý celý bederní pás včetně dvou síťovaných kapes na zip. Snad jen na dolním okraji zad možná mohla být síťovina překrytá, v těchto místech se rádo zachycuje Jehličí a suchá tráva. Hlavní komora se zádovou kapsou (na pitný systém nebo desky A4) je krytá velkým víkem s menší kapsou na zip. Další kapsa na zip je na přední straně batohu. Nechybí důležité drobnosti jako boční stahování elasticou šňůrkou či hrudní popruh.

Batoh se na zádech příjemně nese a výztuha všitá v zádové části dobře drží tvar, což u některých odlehčených batohů nebývá pravidlem. Během několika pěších akcí nebyly zaznamenány žádné problémy. Batoh sedí, kde má. Velké víko dovolí zapnutí přezky i při plném naplnění, naopak při prázdnějším batohu by popruh uzavírací přezky mohl být upevněn o něco níž, ale nejde o žádný větší problém. Co je potřeba ocenit, je reflexní páska všitá ve švu hlavní komory, která jistí viditelnost v noci jak zezadu, tak z boku. Jde o řešení za světla nenápadné a za tmy funkční. Reflexní prvky jsou i zepředu na popruzích.

Batoh Ultralight Pack 30 nepatří mezi striktně minimalistické batohy a také hmotnost zůstává na střední úrovni, ale na druhou

### Co se nám líbí

- Velké boční kapsy
- Reflexní prvky



### Coleman Ultralight Pack 30

Odlehčený batoh

Dodává: Camping Gaz CS

**Infocena: 899 Kč**

Více najdete na [www.coleman.eu](http://www.coleman.eu)

stranu slibuje vcelku standardní služby bez výrazných omezení, často spojených s ultralehkými batohy. JČ

## Varič Primus Omnilite Ti

Primus inovoval svůj vícepalivový varič. Jak název napovídá, díky změně materiálů části těla variče na titan došlo k výraznému odlehčení. Váhový rozdíl oproti předchozím verzím je znatelný i pouhým pozvednutím, samostatně (tedy v uspořádání pro využití s plynovou kartouš) váží 230 g, s pumpou a prázdnou 350ml palivovou lahví to je 400 g (bez závětrí, obalu...).

Palivová pumpa zůstala kovová pro zachování pevnosti a spolehlivosti. Zůstala i dvojitá regulace přívodu paliva, možnost připojení plynových kartouš a snadná výměna trysek podle užitého paliva. Ty jsou v sadě k dispozici tři o průměrech 0,36 mm pro plyn, 0,32 mm pro kvalitní benzínová paliva a 0,25 mm pro naftu a petroleje. Úpravy těla variče ale nespočívaly jen v nahrazení materiálu, došlo i k několika konstrukčním úpravám – především k pevnějšímu spojení rozprašovače paliva s centrálním válcem variče. Ten je teď pro výměnu trysky nutno odšroubovat celý, díky čemuž vznikne maximální prostor pro manipulaci při výměně trysky.

Celý varič je přiloženou sadou klíčů možno rozebrat takřka na součástky – díky tomu jde snadno vyčistit a v případě poruchy nahradit např. poškozenou palivovou trubicí. V sadě s varičem najdete kromě už zmíněného i tubičku silikonu pro mazání těsnění pístu pumpy, plechové závětrí i odraznou podložku pod varič a pytlík pro uskladnění, který je ale pojat možná až příliš velkolepě – sice pojme varič i s palivovou lahví a všemi částmi sady, ale materiál a velikost nejsou příliš v souladu s „lite“ koncepcí variče. Při rychlém vyzkoušení výkonu variče došlo k ohřátí litru vody k varu (20 °C, 200 m n. m., hliníkový ešus,

### Co se nám líbí

- Možnost využití libovolného paliva
- Na benzinový varič nízká hmotnost



bezvětrí, Natural 95) za 4 minuty 10 sekund. Příjemnou vlastností titanu se ukázalo být rychlejší chladnutí materiálu, je tedy možné po dovaření varič dříve sbalit. VL

### Primus Omnilite Ti

Vícepalivový varič

Dodává: Fenix Eastern Europe

**Infocena: 6 290 Kč**

Více info na [www.primus.eu](http://www.primus.eu)

# Boxerky Moira

## X-Aer Pro

Na první pohled působí funkční boxerky X-Aer Pro trochu groteskně, to je ovšem daň za dobrý nápad a jakousi přidanou hodnotu osvědčeného funkčního prádla Moira. Mám tím na mysli váček pro stabilizaci pánského přirození. Jak je u tohoto českého výrobce zvykem, použitým materiálem je polypropylen, v tomto případě s 4% obsahem elastanu (to neplatí pro zmíněný váček, který je vyroben ze 100% PP).

Základní materiál má gramáž 140 g/m<sup>2</sup> a je rozdělen do několika funkčních zón s různým druhem úpletu. Ty najdete na bocích, koncích nohaviček a v oblasti kostrče. Během několikátýdenního testování při chůzi, kanoistice, cyklistice, lezení a delším řízení auta jsem však nakonec nějaký znatelný rozdíl ve funkčnosti těchto zón nebyl schopen rozpoznat. Snad jen použitý velmi jemný materiál Supermikro v oblasti rozkroku jsem byl schopen odlišit a zdál se mi jako skutečně funkční, a to především při jízdě na kole, kdy je na tuto část boxerek kladen největší nápor. To ovšem neberte jako výtku, jen jako konstatování mé zkušenosti. Ovšem nezávisle na druhu úpletu je materiál příjemný a funkční, tedy především ve smyslu odvodu vlhkosti od těla. U jízdy na horském kole bych se ještě na chvíli pozastavil. Ze zmíněných sportů se mi právě u této aktivity zdálo, že hlavní přednost boxerek – fixace přirození na správném místě – trochu pokulhávala. Je to dáno tvarem váčku, který počítá spíše se sportovními



### Co se nám líbí

- Fixace přirození
- Odvod vlhkosti

aktivitami více vestoje. Tím rovnou navážu na velkou pochvalu, a to ohledně nasazení u dalších sportů, které jsem s boxerkami praktikoval. Mám tím na mysli především lezení a chůzi, při kterých jsem tvar váčku skutečně docenil.

Veškeré testování probíhalo v teplotách nad bodem mrazu. Boxerky dobře padly na tělo, držely vše tam, kde má být, a cítil jsem se v nich dobře, což je hlavní. Doporučil bych je především pro všechny sporty, při kterých se pohybujete vzpřímení, uplatnit X-Aer Pro můžete ovšem i při cyklistice a jiných „sedavých sportech“. MS

### Moira X-Aer Pro Seamless

Bezešvé funkční boxerky

Dodává: Moira

Infocena: 890 Kč

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



DO PŘÍRODY S ÚSMĚVEM!





# Triko Devold Wool Mesh

Lehké triko Wool Mesh z merino vlny kombinuje dva různé úplety. Ten základní je o gramáži 190 g/m<sup>2</sup>, tedy stejný jako u řady Sport. U trika Wool Mesh ho najdeme na ramenou, prsou a vnější straně rukávů. Zkombinován je se síťovanou pleteninou na břiše, větší části zad a vnitřní straně rukávů. Výrobce uvádí, že jde o nejprodyšnější triko z celé jeho kolekce. Je opravdu na první dotek velmi lehké a působí vzdušným dojmem. Pochválit můžeme kvalitu šití a provedení všech švů, stejně jako celkový střih. Při běžné postavě a výšce 184 cm padne triko velikosti M jako ulité. Napomáhá tomu i výrazná elasticita materiálu, které bylo dosaženo bez použití elastanu. Potěší dostatečná celková délka i délka rukávů. Švy jsou ploché, na tenké pletenině ale přece jen výrazněji vystupují.

Wool Mesh je určeno především pro „potivější“ aktivity. Recenze potvrdila, že i při intenzivním běhu při venkovní teplotě 17 °C nebo při „švihů“ na silničním kole (cca 14 °C) dokáže velmi efektivně odvádět tělesnou vlhkost a udržovat pokožku suchou. V tomto směru si v ničem nezádá s ryze sportovními triky z polyesteru či polypropylenu. Osobně si troufnu tvrdit, že v obdobných situacích bude triko Wool Mesh pocitově příjemnější na nošení a šíře jeho využití bude širší. To všechno při známých přednostech merino vlny.

Celkově si dokážu toto triko představit jako ideální první vrstvu při většině aktivit v přírodě od jara do podzimu a v zimě i na běžkách či skialpech pro každého, kdo si rád dává trochu „do těla“. Snad jen v nejteplejším období bych kvůli dlouhým rukávům recenzovaného kusu asi volil něco jiného. Výrobce deklaruje vysokou pevnost a odolnost síťované pleteniny, ale ta přece jen působí dojmem, že proti oděru a případnému zatřetí

#### Co se nám líbí

- Vysoce prodyšný materiál
- Široké využití



bude o něco méně odolná než základní hladká pletenina. To prověří až dlouhodobé užívání. V řadě Wool Mesh je v nabídce ještě triko s krátkým rukávem, rolák a dlouhé spodky. KH

#### Devold Wool Mesh

Triko z merino vlny

Dodává: North Trappers

Infocena: 1 776 Kč

Více najdete na [www.NorskaModa.cz](http://www.NorskaModa.cz)



# Triko Alpine Pro Kastor

Triko je určeno jak na běžné nošení do města, tak na rekreační sportovní aktivity, jako je např. turistika, in-line brusle, cyklistika, tenis a podobně. Kastor je příjemně polopřiléhavé triko s krátkým rukávem a plochými švy, vyrobené z 65 % bavlny a 35 % polyesteru.

#### Triko s vůní kávy

Tento rychleschnoucí materiál, označovaný jako Cool Dry, v sobě kombinuje bavlnu, polyester a – tím je zvláštní – odpad z kávy. O jaký odpad se konkrétně jedná, jestli o lógr nebo zbytky z bobulí či rostlin kávovníku, výrobce bohužel neuvádí.

Struktura vlákna zajišťuje rychlý odvod potu od pokožky na povrch materiálu. Triko je tak na omak příjemně suché a pokud ho jako já propotíte, velmi rychle uschne. Podle výrobce tento materiál také poskytuje ochranu proti UV záření (neověřeno) a omezuje vznik nepříjemného pachu (ověřeno). Triko se skládá z materiálu o dvou rozdílných gramážích – zadní díl a část pod pažemi je lehčí a vzdušnější než díl přední. Na zádech v oblasti zhruba mezi lopatkami je také několik proužků reflexního potisku.

#### Alpine Pro Kastor

Pánské funkční triko

Dodává: Alpine Pro

Infocena: 699 Kč

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

Ačkoli triko – barvou i střihem – v lečems připomíná oblíbené cykloresy, méně syntetický materiál Kastoru je výrazně příjemnější. Protože tak snadno nezachytává, a především dál nemitomorfuje tělesné pachy, umožňuje podstatně širší využití. Kastor se vyrábí ve třech barevných variantách, což je dobře, protože na testovanou sytě žlutou se děsně lepí mouchy.

Autor recenze je milovníkem černé kávy. JŠ



## Odsolovač

# Katadyn Survivor 35

O Velikonocích jsem měl v Chorvatsku možnost otestovat manuální odsolovač Survivor 35 značky Katadyn. Dopředu jsem věděl jen tolik, že se jedná o zařízení, pomocí kterého jde ručně vyrobit z mořské vody vodu pitnou, a že pracuje na bázi reverzní osmózy, kdy se pod velkým tlakem žene slaná voda přes membránu, která zachytí sůl a propustí jen určité množství sladké vody, přičemž neprotlačena slaná voda pomáhá dalšímu záběru čerpadla.

Odsolovač váží něco málo přes 3 kg a nejdelší rozměr je asi 0,5 m, do mořského kajaku se tedy dá naložit. Vedou z něho dvě hadice. Vstupní hadička je opatřena předfiltrem zachycujícím větší nečistoty a patří do moře, z té druhé se pije. Nejprve je ale nutné systém pomocí pumpování zaplavit, což trvá určitou dobu, ale po chvíli se z výdejní hadičky začne řínout proud sladké vody.

Pumpování není těžké a zvládnou je i malé děti. Během 20 min. jsme dokázali vyrobit zhruba 0,75 l pitné vody, což je poloviční hodnota, než kterou uvádí výrobce, ale započítali jsme do ní i dobou nutnou pro zaplavení. Vodu pili všichni členové naší výpravy včetně dětí, a dokonce jsme z ní připravili i kávu. Měla neobvyklou příchut', ale pro nikoho nebyl problém ji vypít.

Protože se nejedná o levnou záležitost, není praktické pořizovat si desalinátor na klidnou dovolenou na Jadranu či ve Skandinávii. Dobře však poslouží při delších přeplavbách a v odlehlých destinacích bez bezpečného zdroje pitné vody. Survivor 35 je také vhodný na delších výpravách, kdy máte málo místa v lodi a stačí vám omezené množství pitné vody na den. V takovém případě je praktické sbalit odsolovač a jednu větší láhev, s čímž bez problémů pokryjete potřeby menší skupiny. *VPJ*

### Co se nám líbí

- Intuitivní použití
- Bezpečný zdroj vody při delších přeplavbách

### Katadyn Survivor 35

Bezpečnostní desalinátor

Dodává: Transalpinus

Infocena: 57 500 Kč

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

# NOVÁ KOLEKCE SOFTSHELLOVÉHO OBLEČENÍ

BUNDA SETTEMBRINO,  
MEMBRÁNA SOFTSHELL WINDBARRIER

NAKUPUJTE  
ONLINE





## Nafukovací seakajak Gumotex Seawave

Gumotex rozšířil flotilu svých nafukovacích lodí o model Seawave, z kterého mám já osobně velmi dobrý pocit. Má symetrický tvar, je značně variabilní a umožňuje použít flosnu (malý kýl) a proměnný počet sedaček. Seawave od svého předchůdce Solar udělal velký krok směrem k plnohodnotnému mořskému kajaku s obrovským sportovním i turistickým potenciálem.

Vlastní trup lodí přitom nepřináší celkem nic nového ani převratného. To, co dělá ze Seawave nejpozoruhodnější loď poslední doby, je až příslušenství. Na trupu se nalézá perfektně promyšlený systém prvků, které umožňují jednoduchou montáž kovových vzpěr pro uchycení nepromokavé textilní paluby. Zatímco v otevřeném provedení, tedy bez vzpěr a paluby, může být Seawave až trojmístný, s palubou nabízí variantu singl nebo debl.

Paluba, natažená na kostře z kovových úchyťů, se dopíná od příďe k zádi, kam přesně padne a fixuje se suchými zipy. Životnost suchých zipů pochopitelně zatím nebylo možno objektivně zhodnotit, ale dosavadní pevnost v tahu je více než dostatečná. V praxi jsem také ocenil vylévací otvor v zádi, kterým jde nacmránou vodu snadno vylít bez nutnosti odpinat palubu. Proti průniku vody zvenčí je otvor zajištěn kartou z měkkého plastu, která funguje jako šoupátko. Škoda, že futrálek na zasouvání není trochu větší, aby se v případě ztráty nebo zničení dal otvor nouzově zacpat například platební kartou.

Plavební vlastnosti kajaku v dodaném provedení (debl) jsem zhodnotil jako velmi dobré. Na nafukovací loď je překvapivě rychlá, stabilní a díky flosně dobře drží směr. Podstatně horší je to ale s manévrováním a vlastně nevím, proč nebyl Seawave vybaven i směrovým kormidlem. Znamenalo by to sice změnu v konstrukci záďe a nějaké další úpravy, ale při schopnostech, jaké konstruktéři Gumotexu při vývoji tohoto typu prokázali, nevěřím, že by to pro ně byl zásadnější problém. JŠ



**TIP:** Inspiraci na využití Gumotex Seawave hledejte na [www.HYDROmagazin.cz](http://www.HYDROmagazin.cz).

### Co se nám líbí

- Vylévací otvor v zádi
- Velmi dobré plavební vlastnosti

### Gumotex Seawave

Nafukovací seakajak

Dodává: Gumotex

Infocena: 19 959 Kč

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



” Nejmenší vaříč na světě, který spaluje téměř všechna paliva: plyn stejně jako všechna kapalná paliva od benzínu po naftu. Geniální vynález!”

Outdoor Industry Award 2011



## NEJDOKONALEJŠÍ VAŘIČ VŠECH DOB



OmniLite Ti je technologicky vylepšený a zdokonalený předchůdce Omnifuel. Tento mnohokrát oceněný vaříč je navržen tak, aby obstál v nejtěžších přírodních podmínkách. Vaříč OmniLite Ti je stejně spolehlivý a odolný, ale menší a účinnější. Výkon hořáku je přizpůsoben našemu nádobí Eta, nové generaci nádobí s výměníkem tepla, které šetří vaše palivo. Tělo i opora vaříče jsou vyrobeny z titanu. Proto je vaříč ultra lehký.



Nejbližšího prodejce Primus najdeš na [www.primus.eu](http://www.primus.eu)

# Prostě musím.

HANNAH. V POHYBU OD ROKU 91.



## Brýle **Julbo**

### **Trek Cameleon**

Brýle Trek Cameleon určením a funkcemi míří mezi náročnější uživatele, kteří se pohybují ve vysokých horách, lezou po skalách nebo se věnují řadě jiných pohybových aktivit v náročných světelných podmínkách. Brýle jsou na výběr v několika barevných provedeních a s různými typy skel.

Já jsem vyzkoušel samozatmavovací skla typu Cameleon, která reagují na intenzitu slunečního záření a mají sluneční filtr kategorie 2 až 4. Jde tedy o univerzální skla pro široké spektrum měnících se světelných podmínek. Jsou navíc polarizovaná, mají úpravu proti zamrazení a odvětrání pomocí páru podélných výřezů v rozích skel.

Proti ostrým slunečním paprskům z boku chrání odnímatelné bočnice, které se jednoduše zacvaknou do masivního rámu. Stejně tak se dá odejmout i horní plastový rámeček. Ten jednak chrání zrak proti paprskům směřujícím shora, ale díky pěnovému vypodložení chrání také proti stékání potu do očí. To jistě ocení nejen běžci, ale třeba i skialpinisté, supící do kopce s plnou polní na zádech. Podle výrobce se do brýlí dá nacvaknout i dioptrická vložka.

Další povedenou vychytávkou jsou nožičky, které zevnitř tvoří kovová tvarovatelná výtuka. Je tedy možné je používat ohnuté nebo i zcela rovné v kombinaci se snímatelným hlavovým páskem, třeba i přes čepici, jako lyžařské brýle.

Pojďme se ale ještě vrátit ke sklům Cameleon. Pokud je lehce pod mrakem nebo šero, skla jsou zabarvena do hněda. Brýle tedy není třeba sundávat a při vyšší intenzitě slunečního záření se skla během několika desítek sekund naopak postupně zabarví až do černa a vytvoří plnohodnotnou ochranu i před ostrým sluncem. Při této krátké recenzi jsem sice neměl možnost plně využít jejich rozsah i v náročnějších podmínkách, ale stejná skla na jiných brýlích tohoto výrobce využívám už několik let na sněhu v horách a mohu říct, že zatmavování funguje. KV

#### Brýle **Julbo Trek Cameleon**

Sportovní brýle do náročných podmínek

Dodává: Rock Point

**Infocena: 4 199 Kč**

Více najdete na: [www.RockPoint.cz](http://www.RockPoint.cz)

## i ZKUŠENÝ TESTOVACÍ TÝM

- Více než 700 testů od roku 1997
- 14 000 hodin testování
- Nezávislé testy a recenze
- Pozitivní hodnocení nelze nijak koupit

## Recenze Světa outdooru

Magazín Svět outdooru přináší v každém čísle stručné recenze outdoorového vybavení s cílem rychle informovat o horkých novinkách a o zajímavém vybavení.

### V tisku recenze, na webu navíc i testy

Recenze obsahují první poznatky a krátké představení vybavení. Dodržujeme zásadu, že výrobek musíme mít fyzicky k dispozici. Hodnotíme z pohledu uživatele a s ohledem na jeho doporučené použití, naopak nehodnotíme cenu. Recenze jsou subjektivním názorem autora s využitím zkušeností celého testovacího týmu. Otištěné recenze vyjdou na našich webových stránkách, a pokud výrobek po recenzi dále testujeme, objeví se výsledky po skončení testu také na webu SvetOutdooru.cz.

### Nezávislý testovací tým

Recenze a testy Světa outdooru jsou nezávislé v tom smyslu, že testující si stojí za tím, co napíše. Na případné chyby záhy upozorní čtenáři např. v komentářích pod článkem na webu. Žádným způsobem si nelze koupit kladný výsledek testu či recenze. S redakcí spolupracují stálí testéři a řada externích spolupracovníků, vesměs s mnohaletými praktickými zkušenostmi a s přehledem o trendech a o zajímavých novinkách. Testerům prošly rukama desítky a stovky výrobků. Ve výčtu jsou členové týmu, kteří se podíleli na recenzích pro toto číslo Světa outdooru.

### Testovací tým

**Jan Hotmar (JH)** je šéfem týmu a lektoruje většinu redakčních testů. Patří k zakládajícím členům Světa outdooru a rád cestuje nejlépe v horách.

**Petr Macháček (PM)** je lektor týmu s přehledem o vybavení technického charakteru. Jeho testy čelovek, vařičů či solárních panelů patří k našim nejpropracovanějším.

**Karel „Karlos“ Vidlák (KV)** testuje a píše o lezeckém vybavení. Má rád také skialpy, kolo a jako Moravák vyvažuje převážně pražský punc redakce.

**Jan Švovíček (JŠ)** je autor řady cestopisů, dlouhodobě testuje a píše články o vybavení do hor na léto i na zimu, na vodu a na expedice.

**Pavel Krupka (PK)** je stálý spolupracovník, který recenzoval už bezpečně vybavení z oblasti techniky, backcountry, vaření, orientace a zimního vybavení.

**Jakub Havel (KH)** je zkušený publicista, na jehož kontě je kromě redaktorské a autorské práce také řada recenzí a článků o vybavení.

**Hanibal Team.** Pokračuje recenzní a testovací spolupráce redakce s členy Hanibal Teamu, na recenzích pro toto číslo se podílela **Mírka „Blecha“ Nováková (MN)**.

**Vojta Lejsek (VL)** je člen redakčního týmu a šéfredaktor stránek Pohora.cz, má rád země, kde jsou dobří lidé a není tam moc turistů.

**Hydro Team.** Na recenzích pro toto číslo se podílí sesterská redakce vodáckého magazínu Hydro, a to šéfredaktor **Petr „Snížák“ Snížek (PS)** a **Vítek „Pinda“ Jindrl (VPJ)**.

**Katka Karlová (KK)**, manažerka festivalu Snow Film Fest ráda tráví čas v přírodě a baví ji cesty do slunečných zemí, kterým nechybí hory.

**Martin Skuhřavý (MS)** je šéfredaktorem stránek SvetOutdooru.cz, má zkušenosti s lezením, skialpem a horskými aktivitami vůbec, jezdí s oblibou na kole.

**Jiří Červinka (JČ)** je dlouholetý publicista a editor textů o outdoorovém vybavení jak v tištěné tak v internetové podobě.

## MÁRA HOLEČEK DŮVĚŘUJE LEZECKÉMU VYBAVENÍ ROCK EMPIRE

WWW.ROCKEMPIRE.CZ

Antarktida, vrchol úspěšně zdolání!

Monte Samlita, Antarktida

Rovně

**ROCK  
EMPIRE**  
READY TO CLIMB

**20**  
years

## Alpenverein

### Pojištění horských sportů

Členové největšího alpského svazu v Rakousku mohou využívat unikátní balíček pojištění, sítěch na míru téměř pro všechny horské sporty, a to včetně horolezectví, skialpinismu, freeride, MTB apod. Není to jen celosvětově platné pojištění léčebných výloh, ale také pojištění pátracích a záchranných akcí v horách a pojištění zodpovědnosti za škodu způsobenou třetím osobám.

On-line registraci přes portál [www.oeav.cz](http://www.oeav.cz) se roční poplatek členům snadno vrátí díky výrazným slevám při nákupu outdoorové výstroje, map, cyklistického vybavení, zájezdů či jazykových kurzů u partnerů Alpenvereinu v České republice i v Rakousku. Neméně atraktivní jsou i 50% slevy na ubytování na horských chatách po celých Alpách. Velmi výhodné je tzv. rodinné členství, v rámci kterého jsou děti registrovány zdarma. Každý člen se může účastnit kurzů a přednášek, zaměřených na prevence rizik při pohybu v zimním i letním horském terénu.

Alpenverein je možné na počkání sjednat v kanceláři V-Tour a jejich pobočkách po celé ČR, stejně snadná je registrace přes internet. Veškeré informace o členství v Alpenvereinu v českém jazyce najdete na [www.oeav.cz](http://www.oeav.cz).



**Staňte se členem Alpenvereinu a získejte předplatné Světa outdooru za 59 Kč. (Platí jen u registrace na [www.oeav.cz](http://www.oeav.cz))**

## Svět outdooru hledá další spolupracovníky do obchodního týmu (prodej inzerce)

Nabízíme perspektivní, zajímavou a tvořivou práci s flexibilní pracovní dobou v přátelském týmu. Hledáme komunikativní, obchodně zdatné a samostatné kolegy. Zkušenosti a orientace v outdoorovém prostředí je výhodou, nikoliv podmínkou. Strukturovaný životopis zašlete na adresu: [david.gladis@pohora.cz](mailto:david.gladis@pohora.cz).

## Česká asociace horských vůdců



Svět outdooru je mediálními partnerem České asociace horských vůdců, která zastupuje horské vůdce s mezinárodní licencí (UIAGM).

## Svět outdooru Svět outdooru je s nákladem 15 000 kusů největším outdoorovým časopisem u nás.

### KDE NAJDETE SVĚT OUTDOORU?

- více než 300 odběrných míst, z toho cca 100 vlastních stojanů u outdoorových obchodů
- 44 lezeckých stěn
- 40 vysokých škol a kolejí
- 500 ks odebírá Horská služba pro své spolupracovníky, 70 ks ČSHP pro horské průvodce a 170 ks Klub českých turistů
- 1000 ks jde profesionálům v oblasti outdooru přímo poštou
- na outdoorových veletrzích
- 1500 členů Alpenvereinu (sekce Edelweis / V-Tour) dostane ukázkové číslo zdarma s možností odběru jen za poštovné 59 Kč ročně

### CHCETE DISTRIBUOVAT NEBO DOSTÁVAT SVĚT OUTDOORU?

Napište Dáše Jursově, [jursova@svetoutdooru.cz](mailto:jursova@svetoutdooru.cz)

Svět outdooru 2/2014  
Magazín o vybavení, cestách, expedicích a osobnostech

Vychází 4x ročně, toto číslo vyšlo v květnu 2014  
Vydává Outdoor media s.r.o.  
Fříčova 3, Praha 2, 120 00  
IČ 26194554

Adresa redakce:  
Svět outdooru, Fříčova 3, Praha 2, 120 00  
Tel. 222 560 132  
[info@svetoutdooru.cz](mailto:info@svetoutdooru.cz), [www.svetoutdooru.cz](http://www.svetoutdooru.cz)

Šéfredaktor: Jiří Červinka, [cervinka@svetoutdooru.cz](mailto:cervinka@svetoutdooru.cz)  
Redakční tým: Martin Skuhravý, David Gladiš, Petr Macháček, Jan Hotmar, Vojta Lejsek

Spolupracovníci: Honza Novotný, Karel „Karloš“ Vidlák, Honza Haráč, Jan Štoviček, Jakub Havel, Pavel Krupka, Jan Čermák, Ladislav Sieger, Ondřej Müller, Dáša Jursová, Vladimír „Břeh“ Fořt, Petr „Snížák“ Snížek, Petra Greifová, Kateřina Smolová

Jazyková úprava: Honza Velišek

Grafická úprava: Veronika Bracková a David Navrátil, [www.opti-mystic.cz](http://www.opti-mystic.cz)

Inzerce: Ondra Müller, [muller@svetoutdooru.cz](mailto:muller@svetoutdooru.cz)  
David Gladiš, [david.gladis@hedvabnastezka.cz](mailto:david.gladis@hedvabnastezka.cz)  
Vladimír „Břeh“ Fořt, [fořt@svetoutdooru.cz](mailto:fořt@svetoutdooru.cz)  
Petr Snížek, [snizak@pohora.cz](mailto:snizak@pohora.cz)

Tisk: Triangl Praha

Distribuce: Dáša Jursová, [redakce@svetoutdooru.cz](mailto:redakce@svetoutdooru.cz)

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

Zkratka PR označuje články inzerenta, které nemusí vyjadřovat názor redakce. Neoznačené foto je zpravidla autora textu nebo z archivu redakce. Publikované informace nejsou 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.

© Outdoor media 2014, všechna práva vyhrazena, 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).

# Svět expedic

## Český prvovýstup v Himálaji

Pákistán – Gasherbrum I  
Marek Holeček, Tomáš Petreček  
10. 6. – 31. 8. 2014.

Cílem expedice je prvovýstup alpským stylem JZ stěnou na Gasherbrum I (8068 m). Ze světového měřítká se jedná o výjimečný lezecký počín, z českého pohledu pak v případě úspěchu o prvovýstup na osmitisícovku po 25 let dlouhé pauze a zároveň o zcela první takový prvovýstup alpským stylem. Marek Holeček se tak vrací k už rozdělané práci z roku 2009 a hlavně 2013, kdy na výpravě tragicky zahynul Zdeněk Hrubý.

## Nejtěžší cestou na Everest

Himálaj – Mt. Everest  
Dodo Kopold (SK)  
10. 4. – 1. 6. 2014

Dodo Kopold se rozhodl vystoupit na nejvyšší horu světa nejtěžší cestou, což obnáší alpský přelez Boningtonovy cesty neboli „Hard Way“ v západní stěně Mt. Everestu (8848 m). Cestu plánuje jako sólový výstup. V polovině sedmdesátých let se prvovýstup touto cestou podařil expedici vedené Chrisem Boningtonem. V roce 1988 přelezli tuto cestu alpským stylem Slováci Jozef Just, Peter Božík, Dušan Becík a Jaroslav Jaško. Jozef Just stanul až na vrcholu, při sestupu však došlo k tragédii a všichni zahynuli.

## K2 a Koruna Himálaje

Karákóram – K2  
Radek Jaroš, Petr „Miska“ Mašek,  
Honza „Tráva“ Trávníček, Martin Havlena  
Červen – srpen 2014

Po ročním odkladu připravuje Radek Jaroš expedici na K2 (8611 m). Tento obtížný vrchol mu jako poslední zbývá ke zdolání všech čtrnácti osmitisícových vrcholů světa. Výstup bude už pátým Radkovým pokusem vystoupit na tuhle horu. Dosavadní pokusy zhatilo počasí, kromě jediného, kdy výstupu zabránilo zranění v základním táboře. O zdravotních peripetiích a o přípravě na expedici si můžete přečíst v samostatném článku v tomto čísle Světa outdooru na str. 34.

▣ *Borneo Kayak Expedition 2013.*

## Prvovýstup na Everest

Himálaj – Mt. Everest  
Peter Hámor (SK),  
Horio Colibasuanu  
a Justin Ionescu (oba RO)  
Duben – květen 2014

Odvážný plán má slovenský horolezec Peter Hámor, který se chce pokusit o rychlý prvovýstup v severovýchodní stěně Mt. Everestu (8848 m) bez stavění výškových táborů, bez nosičů a také bez použití umělého kyslíku. Spolu se dvěma rumunskými horolezci již v rámci aklimatizace vystoupili (souběžně s uzavěrkou tohoto čísla) na Šiša Pangmu (8013 m), což je pro Petera v pořadí už dvanáctá osmitisícovka.

## Vodácký Kazachstán 2014

Východní Kazachstán  
Tomáš Andrásy, Pavel Andrásy,  
Peter Scherfel (všichni SK),  
Vasily Porsev (RU)  
17. 5. – 15. 6. 2014

Jedna z prvních expedic na řeku východního Kazachstánu v pohraniční oblasti s Kyrgyzstánem, Čínou a Ruskem v pohorí tří horských systémů Ťan-šan, Džungarie a Altaje. Expedice míří na řeku, které se svou obtížností řadí k největším big water řekám (řeky s velkým průtokem) na světě: pravá a levá Gromotuha, Velký Turgusun, Kaldgir, Bílý a Černý Berel.



# Ideální parták na hory i do kempu

## LOAP Melbu 4

Stan s 1 ložnicí a předsíňkou je určen **pro 4 osoby**. Extrarychlé a snadné postavení stanu. Vnitřní a vnější plášť **s přelepenými švy**, konstrukce 7,9 mm durawrap. Vodní sloupec vnějšího stanu 3000 mm, podlážky 5000 mm. 2 ventilační otvory pro regulaci teploty. Hmotnost 4,29 kg. Rozměry balení 45x18 cm.

Více stanů, spacáků a karimatek najdete na [www.loap.cz](http://www.loap.cz)

