

Svět outdooru

VYBAVENÍ, CESTY, EXPEDICE, OSOBNOSTI

4/2014

Skialp

Terény i vybavení

Rozhovor s Chrisem Davenportem

Jak na sněžnice

Pohyb na sněžnicích

Rady pro výběr

Únava

Jak přežít únavu

Hranice lidských možností



POJIŠTĚNÍ ZIMNÍCH
AKTIVIT V RÁMCI ČLENSTVÍ

alpenverein



oeav.cz

skialpinismus

lyžování

snowboarding

freeride

ledolezení

sněžnice

Proč se stát členem Rakouského alpského svazu – Alpenvereinu?

- celosvětové a celoroční pojištění léčebných výloh, záchranných akcí
- pojištění v rámci členství platí na všechny outdoorové aktivity v létě i v zimě
- členové mají 50% slevy na alpských chatách
- on-line vyřízení členství, řada kontaktních míst po celé ČR
- slevy na nákupy v ČR i Rakousku
- zdarma zapůjčení klíče od zimních místností “winterraum”
- děti mají členství **ZDARMA** v rámci rodiny
- předplatné časopisu **Svět outdooru ZDARMA**



QR přihláška

Členství v Alpenvereinu se vyplatí!

www.oeav.cz

Obsah

- 1** Foto na obálce: **Vichren (2914 m)**
v bulharské **Rile** (foto Jan Pala)

CESTY

- 9** **Pico de Maladeta**
(Skialp ve Španělsku)
- 10** **Skialpem na Špicberkách**
- 11** **Durmitor** (Skialp Černá Hora)
- 12** **Na nejvyšší vrchol Ukrajiny**
- 14** **Skialpinistické terény v ČR**
- 16** **Freeride má zelenou** (Švýcarsko)
- 17** **Trasy pro sněžnice** (Engadin)

OSOBNOSTI

- 24** **Vášeň pro strmé sjezdy**
(Iva Sikulová-Filová)
- 28** **Adrenalinový "feťák"**
(Sam Sutton)
- 40** **Legenda skialpinismu**
(Chris Davenport)
- 46** **Hory jako životní cesta** (Václav Hrbek)

HORY A BEZPEČNOST

- 18** **Únava** (Hranice lidských možností II)
- 22** **Ztracen pod Lampsenspitze**
(Alpenverein informuje)
- 34** **Jak otestovat riziko laviny**
(Testy stability sněhové pokrývky)

VYBĚHNĚTE S NÁMI

- 38** **Multičína** (Multisport v Zemi draka)

VYBAVENÍ

- 48** **Skialpová vázání**
- 52** **Zůstat na povrchu** (Lavinové batohy)
- 62** **Tajemství VB** (Odpářovací bariéra)

EXPEDICE

- 44** **Bylo to o fous**
(Jiří Švihálek o tragédii na Dhaulágíri)

83 Svět expedic

RECENZE

- 66** Berghaus **Arete Couloir** (batoh)
Pieps **JetForce Tour Rider** (batoh)
- 68** Bergans **Istinden** (batoh)
Vaude **Nendaz** (batoh)
Pinguin **Ace** (batoh)
- 70** Sir Joseph **Ametyš II** (pěřová bunda)
Sir Joseph **Koteka II** (pěřová bunda)
Vaude **Kabru** (pěřová bunda)
- 72** Direct Alpine **Trango 2.0** (bunda)
High Point **Flow** (bunda)
Marmot **Spring** (rukavice)
- 74** Smartwool **NTS** (prádlo)
Craft **Warm Wool** (triko)
Mammut **RescYou** (kladkostroj)
- 76** Ternua **Zanskar** (bunda)
Warmpeace **Topdeck** a **Rapid**
(bunda a kalhoty)
adidas **Terrex Conrax** (zimní boty)
- 78** Tilak **Ketil** (bunda)
Didriksons1913 **Nallo** (oblečení)
adidas **Terrex Climaheat Ice** (bunda)
- 80** Alpine Pro **Garth** (bunda)
Singing Rock **Bandit** (cepíny)

Vybrali jsme



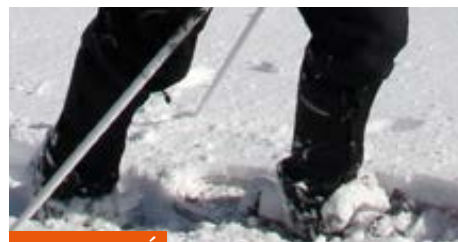
OSOBNOSTI

- 24** **Iva Sikulová-Filová** (Strmé sjezdy)



OSOBNOSTI

- 40** **Chris Davenport** (Legenda skialpinismu)



VYBAVENÍ

- 56** **Sněžnice** (Výběr, pohyb a mapy)

TÉMA SKIALP: TERÉNY, BEZPEČNOST, VYBAVENÍ

- 8** **Kam se vydat**
- 14** **Terény v ČR**
- 34** **Jak otestovat riziko laviny**
- 40** **Chris Davenport**
- 48** **Skialpová vázání**
- 52** **Lavinové batohy**



Vychytané akce

Co nesmíte minout

Jizerská 50 (9.–11. 1. 2015, Bedřichov, Jizerské hory) – Tradiční závod a zároveň největší zimní běžecká událost roku. Letos doufejme na sněhu. www.jiz50.cz

Lauberhorn Ski world cup (16.–18. 1. 2015, Wengen, Jungfrau region, Švýcarsko) – Legendární závod je jedním z nejtěžších ve Světovém poháru ve sjezdu a navíc s nádhernou kulisou Eigeru, Mönchu a Jungfrau. www.lauberhorn.ch

Veletrh GO – Regiontour (15.–18. 1. 2015, Brno) – Při veletrhu cestovního ruchu můžete zhlédnout cestovatelský festival Go kamera a zjistit vše potřebné o Švýcarsku při Švýcarských dnech v letohrádku Mitrovských. www.bvv.cz/go-regiontour

Festival Cyklocestování (16.–18. 1. 2015, Frýdek-Místek a 24.–25. 1. 2015, Hradec Králové) – Jedním z největších lákadel bude projekce slovenského dobrodruha Zoltána Bujny, který patří ke špičce slovenského cyklocestování. www.cyklocestovani.cz

Sněžnicový kurz (24.–25. 1. 2015, Stuhleck, Rakousko) – Dvoudenní ochutnávka pohybu na sněžnicích pod vedením zkušeného lektora. www.hedvabnastezka.cz/klub-hedvabna-stezka

Český pohár ve skialpinismu (leden–březen 2015) – Série skialpových závodů včetně nočního závodu a mistrovství ČR. Reportáže ze závodů přináší také největší web o skialpinismu www.tuleniPasy.cz. www.skialpinismus.cz

Veletrh ISPO (5.–8. 2. 2015 Mnichov, Německo) – Jeden ze dvou největších evropských veletrhů zaměřených (nejen) na outdoorové vybavení. www.ispo.com

X-trial Rampouch cup (7. 2. 2015, Hodonín u Kunštátu) – Zimní triatlon: přespolní běh – kros, běh na lyžích a MTB pro jednotlivce i štafety. www.czechoutdoortour.cz

Zimní výzva (12.–15. 2. 2015, Jeseníky, Orlické hory) – Zimní výzva je známá jako nejextrémnější český zimní survival dvojic ve volném terénu. zimni.horskavyzva.cz

Filmový festival Expediční kamera (únor a březen 2015 ve 200 městech celé ČR) – Celovečerní promítání filmů o dobrodružství, divoké přírodě a extrémních zážitcích. www.expedicnikamera.cz

Cestovatelské scuk (7. 3. 2015, Brno) – Festiválek cestovatelských besed, filmů a fotek. Setkávání všech, kterým toulání světem přirostlo k srdci. www.kudrna.cz/scuk

Jesenická 24 hodinovka (7.–8. 3. 2015, Jeseníky) – Běžkařský závod jednotlivců nebo dvou až pětičlenných týmových štafet na 24 hodin pořádaný od roku 2008. www.xmountain.cz/24

Krkonošský survival (20. 3. 2015, Roudnice v Krkonoších) – Dvacetihodinový orientační závod tříčlenných družstev na běžkách, sněžnicích, pěšky, podzemními tunely i po skalách. www.krkonossysurvival.cz

Bokami Západných Tatier (20.–22. 3. 2015, Západní Tatry) – Třídenní skialpinistický závod dvojic přes kopce a doliny Roháčů. Nejlepší skialpová akce ve střední Evropě. bokami.skialpfest.sk

Splutí Chrudimky (28. 3. 2015, hráz VD Seč I) – Splutí 10 km do Mezisvětí, obtížnost max. WWI, ideální pro začínající vodáky. www.skaut-ronov.wz.cz

Memoriál Vlado Tatarka (březen 2015, Vysoké Tatry, Slovensko) – Mezinárodní závody horských záchranářů. www.preteky.sk

Nejkrásnější skialp

O tipech na túry, o vybavení a o lidech

Téma skialpinismu nás lákalo už delší dobu a v letošním čtvrtém čísle Světa outdooru jsme se konečně do téhle parádní lyžařské disciplíny pustili a připravili tipy na skialpové možnosti v zahraničí, ale i u nás. Vyrazit třeba na Špicberky, to může být docela zábava, říká legenda extrémního lyžování Američan Chris Davenport. Nabídkou různých terénů téma nekončí, pokračuje velkým rozhovorem právě s Chrisem, který se o své zážitky a zkušenosti podělí se čtenáři Světa outdooru. Kromě Špicberků mu učarovala Antarktida, Aljaška a samozřejmě rodné Colorado.

Nejkrásnější skialp. Kromě Chrise zprostředkuje své zážitky i další zajímavý host tohoto čísla, slovenská extrémní lyžařka Iva Sikulová-Filová. Rozhovor s ní si určitě přečtete. Její cesta od skialpinismu a strmých sjezdů k záchranářství je inspirující. O nejtěžších okamžicích svého života mluví v dalším rozhovoru Jirka Švihálek, který jen zázrakem přežil zaspání lavinou v základním táboru slovensko-české skialpinistické expedice na Dhaulágíri. Téma skialp zasahuje i do textů o vybavení, přečtete si o lavinových batozích a o skialpových vázáních.

Překvapující je, že ladné a rychlé adrenalinové skialpy jsou spřátelenou zimní aktivitou pro neohrabané a pomalé sněžnice. Snad proto, že oba sporty mají podobné choutky a společně míří do neupravených terénů a odlehlých míst. Sněžnice jsou snadno přístupná zimní aktivita, získávají v poslední době příznivce a jejich popularita roste. Nejen proto jsme zařadili články o sněžnicích a o pohybu na nich.

Téma skialp souvisí i se spolupracovníky. Velkým zastáncem tohoto tématu byl kolega Martin Skuhřavý. Když na poslední chvíli odjel na rok do zahraničí a většinu článků jen nakouzl, jeho práci dokončil nový člen redakce Matěj Franěk. Tímto Matěje vítám do party „světooutdoorových“ redaktorů a přeju mu všechno dobré. Třetím spoluautorem čísla je jeden z nejpovolanějších, šéfredaktor skialpinistického webu TuleniPasy.cz a propagátor skialpu Jan „palič“ Pala.

Nejkrásnější skialp znamená pro každého něco jiného. Jedny láká adrenalin strmých sjezdů, jiní se kochají přírodou a volností sněhových svahů. Pro Ivu Sikulovou-Filovou je nejkrásnější skialp vždy ten poslední, ze kterého se šťastně a ve zdraví vrátí domů. Přesně v tomhle smyslu přejeme čtenářům dostatek inspirace k zimním aktivitám (podle aktuálně posledního a tedy jistě nejkrásnějšího! čísla Světa outdooru) a hlavně z hlediska návratů zásadně nejkrásnější skialpy, túry, treky či expedice.

Jiří Červinka
šéfredaktor Světa outdooru



BUILT TOUGH MADE SMART



ANDROID™ (4.4) KIT KAT

VODĚODOLNÝ*

MOŽNOST OVLÁDAT MOKRÝMI PRSTY

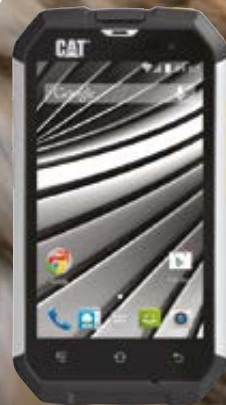
PRACHUVZDORNÝ PODLE IP67

ODOLNÝ PÁDU Z VÝŠKY 1.8M

CORNING® GORILLA® GLASS 2

5MP FOTOAPARÁT S BLESKEM

NAHRÁVÁNÍ VIDEO V KVALITĚ HD



■ Cat® B15Q
catphones.com



www.cat.com / www.caterpillar.com

© 2014 Caterpillar. All Rights Reserved. CAT, CATERPILLAR, BUILT FOR IT, their respective logos, "Caterpillar Yellow," the "Power Edge" trade dress as well as corporate and product identity used herein, are trademarks of Caterpillar and may not be used without permission. Third-party trademarks are the property of their respective owners. *Battery door must be correctly fitted and all ports are sealed securely. Bullitt Mobile Ltd is a licensee of Caterpillar Inc.



LORIS & NICOLAS FALQUET

Mammut Team
Profi-Freerideři a Extremski-
Filmaři Huck & Chuck

PULSE Barryvox

- Digitální 3-anténový vyhledávač s jedinečným akustickým výstupem
- 360° display pro snadné vyhledávání v reálném čase
- Rychlé a přesné označování v případě více zasypaných obětí

Removable Airbag System

- Jednotný lavinový airbag systém pro různé batohy
- Osvědčená Snowpulse Airbag Technologie
- Celková hmotnost od 2300 g včetně bombičky
(v závislosti na modelu batohu)

www.mammut.ch/safety

 HUDY

www.hudy.cz



MAMMUT
Absolute alpine.

Cestovatelské novinky a zajímavosti

Horolezec Peter Habeler na festivalu GO KAMERA v Brně

Přesně před 35 lety stanuli první lidé na Everestu bez použití umělého kyslíku. Peter Habeler a Reinhold Messner tak dokázali něco, co bylo do té doby považováno odborníky za nemožné a neslučitelné s životem. Právě fenomenální výstup na Everest bude tématem promítání slavného horolezce na 18. ročníku festivalu GO KAMERA. Festival pořádá cestovní kancelář Livingstone, a to 15. až 18. ledna 2015 v Kongresovém centru BVV v Brně. Mimo horolezectví je ústředním tématem festivalu Srí Lanka, jejíž nádherná zákoutí mají průvodci CK Livingstone prozkoumána jako málokdo jiný.

TIP: Program festivalu je k dispozici na www.GoKamera.cz. Informace o Srí Lance a zajímavých zájezdech do této země najdete na www.Livingstone.cz.



Kniha Touhy a úděl mapuje historii žen – horolezkyň na osmitisícovkách

Skvělá kniha horolezkyně Dity Štěrbové popisuje jednotlivé osmitisícovky z hlediska výstupu ženských expedic. Najdete v ní naprosto neuvěřitelné příběhy žen, které se pokusily o výstupy na nejvyšší hory světa. Autorka knihy shromažďovala neúnavně a až s mravenčí píli celých 15 let informace o prvních ženách na těchto horských velikánech. Podařilo se jí tak vytvořit celosvětově ojedinělé dílo, zabývající se touto tematikou.

TIP: Tuto knihu i spoustu další zajímavých turistických či lezeckých průvodců a map z celého světa seženete snadno na www.MapyKiwi.cz.



Rubrika o stopování na HedvabnaStezka.cz

V posledním čtvrtroce se redakce portálu HedvabnaStezka.cz zaměřila na vznik sekce zaměřené na stopování, přibýly desítky článků plných rad, zážitků i doporučení. Všechny je najdete v sekci www.HedvabnaStezka.cz/stopovani.



☑ **Vodácká Expedice Kazachstán.**
(foto Tomo Andrassy)

Vodácká Expedice Kazachstán se pustila do řek v pohoří Ťan-Šan

V polovině května vystupujeme z letadla, navazujeme kajaky, nakupujeme zásoby a vydáváme se ještě víc na východ, kde pohoří Ťan-Šan zasahuje až do nehostinné červené kazašské pouště, ve které si naše první řeka – Čaryn – za tisíce roků vyhloubila vlastní Grand kaňon. Složitější úseky se střídají s rychle tekoucí vodou, na začátku nás čeká kilometrová vstupní peřej, pár obtížnějších míst i dlouhé roviny, kdy obdivujeme okolí. Perfektní dojem z řeky nepokazilo ani spalující vedro a 40 km je za námi, ani nevíme jak.


TIP: Podrobnou reportáž z expedice najdete v posledním vydání HYDROMagazínu nebo na www.HYDROMagazin.cz.






Skialp

Téma čísla: Nahoru i dolů na lyžích



Lýžování v panenské přírodě v čerstvě napadaném prašanu je snem každého vyznače lyžování nebo snowboardingu. Pro tenhle druh sjíždění svahů je uzpůsobeno mnoho středisek, které vás vyvezou lanovkami k neupraveným svahům. Pokud máte finance na rozdávání, můžete se nechat přepravit na nedotčené kopce helikoptérou. Ale pakliže jste příznivcem skialpinismu, můžete se pustit na svých speciálních lyžích v podstatě kamkoliv, od úpatí po vrcholky hor. Aktuální číslo Světa outdooru vám dá tipy kam se vydat, čím se vybavit a jak se ve volném terénu chovat.



Pico de Maladeta na skialpech

Na území španělského národního parku Possests-Maladeta je řada krásných kopců s výškou přesahující 3000 metrů. Nejčastěji se vystupuje na nejvyšší Pico de Aneto (3404 m), v jehož stínu tak zůstávají okolní vrcholy. Jedním z krásných blízkých kopců je 3308 metrů vysoký vrchol Pico de Maladeta, z něhož je možné za dobrých sněhových podmínek sjet na lyžích žlabem se sklonem 40–50°.

Přístup do samotného centra NP Possests-Maladeta je snadný. Z města Benasque nastoupáme do hor k Hospital de Benasque (1740 m), kde necháme auto. Podle ročního období a stavu sněhu se dá už přímo od auta pokračovat na stoupacích pásech směrem na chatu La Renclosa (2140 m). Přístup k chatě je nejprve údolím s malým stoupáním podél jezera Ibón de Barrancs. Až v poslední části sklon výstupu roste a je potřeba traverzovat. Chata La Renclosa je celoročně otevřená a v případě zájmu o další výlety v oblasti je vhodná jak pro přespání, tak pro večeři.

Od chaty stoupáme na lyžích proměnlivým terénem ve směru cesty používané jako hlavní přístupová cesta k Pico de Aneto. V horní části cesta na Aneto odbočuje vlevo, zatímco my pokračujeme stále původním směrem až na pláň ledovce Maladeta, schovaného hluboko pod sněhem. Nad ledovcem se krásně vypíná masív Pico de Maladeta s hlavním kuloárem de la Rimaya. Tento žlab je poměrně strmý a v závislosti na množství sněhu může být jeho sklon v různých místech od 40 do 50°, takže cepín a stoupací železa jsou pro výstup nepostradatelná. Už z dálky

je bohužel vidět, že je žlab dost rozšlapaný z pěších výstupů a sestupů. To se nám potvrzuje i na začátku žlabu, kdy nás pohled nad sebe utvrzuje v tom, že po takto velkých sněhových dírách a schodech nepůjde sjet dolů na lyžích.

Tentokrát se žlabem tedy nesvezeme, ale výlet nám to rozhodně nezkaží. Lyže necháváme na úpatí žlabu a rychle s cepínem v ruce stoupáme vzhůru. Konec žlabu ještě neznamená vrchol, a tak po jeho dosažení stoupáme dál mírným terénem k nejvyššímu místu. Výhledy 360° kolem dokola jsou za krásného počasí uchvacující. Jediná přítomnost člověka široko daleko je vláček pěšáků sestupujících po ledovci zpod Pico de Aneto k chatě La Renclosa.

» **výhledy 360° kolem dokola jsou za krásného počasí uchvacující**

Z vrcholu se strmým žlabem dostáváme k lyžím a schováváme stoupací železa a cepíny. Sjezd po ledovci je středními a dlouhými oblouky, později délku oblouků zkracujeme. Na chatu dojíždíme ve výtečné náladě, některým z nás už se nechce, ale ve dvojici vyrážíme ještě k jednomu kratšímu výstupu a sjezdu. Jarní Pyreneje z pohledu skialpu nemají chybu.



► **Pěší sestup z vrcholu Maladeta, kde to na lyžích opravdu nešlo.**

TIP: Další tipy na skialpové túry na www.TuleniPasy.cz

**TULENÍ
PASY.cz**
SKIALP, EXPEDICE, OSOBNOSTI, VYBAVENÍ

Skialpem na Špicberkách

Exotické túry přímo za domem



V Longyearbyenu, hlavním městě Špicberk, jsem přistál poprvé v lednu 2005. Už po cestě mi připadalo, že toto bude destinace, která ve světě nemá obdoby. Už jen tou polohou, na 78° severní šířky, pouhých 1300 km od severního pólu. Přesto jsou Špicberky velice snadno – a překvapivě i celkem levně – dostupné v jakoukoliv roční dobu díky přímým letům z norského Osla a arktické metropole Tromsø. Městečko Longyearbyen (cca 2000 obyvatel, 5 hospod, 3 mateřské školy a 1 univerzita) se dá pokládat skoro za „normální“ místo k životu. Ale mimo Longyearbyen se skrývá jiný svět, označený na obou koncích města cedulí „Pozor, lední medvěd – platí pro celé Špicberky“. Dávat si na ně pozor ale musí obyvatelé i ve městech, nežřídká se totiž stává, že se medvěd dostane až k domům a místní policie ho musí vyhnět helikoptérou. Pokud ho tedy vidí, od října do února je totiž na Špicberkách polární noc, a to skutečná, kdy opravdu není poznat, jestli je poledne nebo půlnoc.

i KIM SENGER



Narozen 1984 v Praze, geolog a dobrodruh, momentálně žije v norském Oslu. Na Špicberkách žil od roku 2005

s přestávkami přibližně 4 roky, má za sebou přechod na lyžích jak Špicberk (r. 2007, www.frozenfive.org) tak Norska (r. 2010, www.sondagsturen.no, část na kole).



» sněh ode dveří domu až k vrcholům kopců

I proto jsem první dva měsíce neviděl hory, jež se skrývaly kolem cesty na univerzitu. V březnu a dubnu jsem teprve poznal tu pravou krásu Špicberk – sněh ode dveří domu až k vrcholům kopců v těsné blízkosti města. A od dubna zase slunce nezapadá, tím pádem se nabízejí vysněné podmínky pro jakoukoliv zimní aktivitu, ať už lyžování, snowboardování, jízdu na sněžném skútru nebo lezení v ledových jeskyních atd. Přímo z Longyearbyenu jsou k dosažení kopce jako Trollsteinen (850 m), Lars Hiertafjellet (876 m) nebo Nordenskiöldfjellet (1053 m). Krásné výslapy, které je možné podniknout v podstatě kdykoliv, jsou v „noci“ navíc příjemnější, protože slunce praží ze severu. Sněhové podmínky jsou variabilní a jeho množství je dáno spíše větrem, jak se napadaný sněh redistribuoval krajinou. Zažil jsem i prašan, ale to chce všeho nechat a vyběhnout si na lyže, než to vítr sfoukne do fjordu. Kde není prašan, je většinou tvrdý sněh nebo krusta. Kdo se nebojí trochu šlapat po rovině (nebo si sjedná odvoz na skútru) může podniknout výšlap a sjezd Hiorthfjelletu (928 m) na druhé straně údolí nebo vyrazit na panenské vršky v oblasti Møysalen (1061 m). Tam je mimochodem i zákaz skútrování, a tím pádem intenzivnější požitek z vlastního výkonu.

TIP: Podrobnou mapu Špicberk naleznete na toposvalbard.npolar.no

A co s sebou kromě běžného vybavení? Samozřejmě pušku a signální pistolí na odstrašení medvědů. A radu místních, ta je k nezaplacení, stejně jako dobré počasí. Přeju pěkné skialpování v nejsevernější destinaci světa.

Skialpový výlet v černohorském Durmitoru



Do Černé Hory se obvykle jezdí v létě, ať už k moři nebo chodit v pohořích jako jsou Durmitor, Komovi, Prokletije a mnohé další. Jenom minimum našinců se do těchto krásných hor podívalo v zimě. A je to chyba, protože černohorská pohoří jsou v zimě nádherná. A liduprázdňá. Jen v nejvyšším Durmitoru je kromě nejvyššího Bobotova Kuku řada o něco menších vrcholů, které jsou překrásné a vhodné k lyžování. Jedním z nich je Bandijerna (2409 m), vypínající se na konci údolí Lokvice.

” na výběr je nepřeborné množství kopců

Nástupním místem pro všechny skialpové výlety v Durmitoru je horské městečko Žabljak. Po příjezdu do něj můžete na místě zanechat ty, kteří dávají přednost sjezdovkám a freeridům, pod Savin Kukem. Sami můžete vyrazit do hor. Jak? Jednoduše – z jakéhokoliv místa Žabljaku se nechte nasměrovat k Crnomu jezeru. Variante je řada, od různých průstupů lesním porostem až po využití asfaltové silnice k Crnomu jezeru. Ta je v zimě obvykle pokryta sněhem, takže se po ní dá jít na lyžích. U jezera jsou ukazatele pro letní výlety v Durmitoru. Pro zimní výlety jsou ukazatele pouze orientační, protože kromě nich v terénu zakrytém sněhem jen málokdy narazíte na nějakou turistickou značku.

” někteří z parádních sjezdů výskají, jiní hudrají nebo nadávají

Zpočátku lesem a výše volným zvlněným terénem se dostáváme hlouběji do Durmitoru. Na lyžích je průchod přístupovým údolím pohodový a docházíme do údolí Lokvice. Výhledy jsou za krásného počasí jedním slovem FANTASTICKÉ. Na výběr je nepřeborné množství kopců, od nejvyššího Bobotova Kuku až po Savin Kuk, k němuž je možné se dostat přes sedlo a další dolinu. Nás však na první pohled zaujal průstup údolím až na jeho samotný konec do sedla. A ze sedla? Doleva na 2409 m vysoký vrchol Bandijerna.

Kolem částečně obyvatelných salašů (v zimě zaplněných sněhem) sjíždíme na pásech na samotné dno doliny, odkud zase začínáme stoupat. Sněhové podmínky na stoupaní jsou dobré, a tak rychle ukrajujeme metry k sedlu na konci údolí. Ze samotného sedla se nemůžeme vynadávat na okolní kopce, ale nakonec naše kroky směřují ke strmému svahu na Bandijernu. Ten je natolik strmý, že výstup na lyžích je téměř nemyslitelný. Jeden kolega za velmi zvýšené námahy vystoupal celým svahem na lyžích až nahoru. Pro nás zbývající bylo mnohem jednodušší a rychlejší přidělat lyže na batoh a stoupat pěšky.

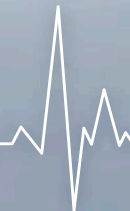
Výstup je dost strmý, a tak se i trochu zadýcháme. Na vrcholu díky tomu dáváme kochací přestávku. Sundáváme stoupací pásy, přepínáme vázání na sjezd. Začátek je po nepěkném sněhu, ale po prvních pár metrech se jeho kvalita zlepšuje a my se rozjíždíme naplno. Někteří z parádních sjezdů výskají, jiní hudrají nebo nadávají.

TIP: Zimní mapy Hallwag, Alpenverein a dalších vydavatelství pořídíte v mapkupectví Kiwi.





www.marmot.eu | facebook.com/marmot.mountain.europe
Marmot PRO: Lisa Horst | Location: Sella Group, Dolomites, Italy
📷 Christian Weiermann



WHAT
GIVES
YOU
LIFE?



Share with us *what gives YOU life* at
[facebook.com/marmot.mountain.europe!](https://facebook.com/marmot.mountain.europe)

Marmot[®]
FOR LIFE

Na nejvyšší vrchol Ukrajiny na skialpech



Zakarpatská Ukrajina byla mezi první a druhou světovou válkou nejvýchodnější částí tehdejšího Československa s nejvyšším vrcholem Hoverla. V létě tato oblast patří mezi nejoblíbenější pro návštěvníky z České republiky, ale proč se tam nevydat také v zimě na lyžích?

” spuštěná lavina by mohla být impozantní

Východním bodem ke skialpovému výletům v oblasti Hoverla je město Jasiňa, které bylo nejvýchodnější železniční stanicí v bývalém Československu. Kousek za městem je možné začít rovnou na skialpech, ale k Hoverle (2061 m) je to na víc než jednodenní výlet s překonáním 2020 m vysokého Petroše, jehož východní svah k Hoverle je velmi strmý a lavinózní. Proto je lepší si nástup ke kopci zkrátit tím, že si v centru Jasini najmeme gazíka, kterým se přes Lažeščinu necháme dopravit přibližně osm kilometrů prohrnutou silnicí dál do údolí pod Hoverlu. Cestou ještě plátneme za vstup do zapovědění v oblasti Hoverly. Nasazujeme lyže a přibližně po žluté turistické značce se začínáme přibližovat k hoře. Zpočátku

stoupáme různě lesem a pasekami s občasnými parádními výhledy na poloninu Svidovec s lyžařským střediskem Dragobrat a nejvyšším vrcholem Bliznica. Výš se dostáváme z lesa úplně ven na volné louky u salašů, odkud už je Hoverla vidět v celé své kráse.

” svahy a pláně pod hřebenem jsou pokryté hlubokým prašanem

Hoverla se nádherně vyjímá v teplém slunečném počasí, což má ale za následek, že vzhledem k předchozímu mohutnému sněžení zůstane krásný strmý svah otočený k nám našimi lyžemi nedotčen. Asi bychom moc oblouků neudělali, ale zato spuštěná lavina by mohla být impozantní. Nebudeme riskovat a i samotný výstup vedeme bezpečně po hřebenu. Jakmile se nám otevře výhled na sousední Petroš, říkáme si, že Hoverla z hlediska možného lavinového nebezpečí vypadá ještě v pohodě oproti podstatně strmějšímu Petroši. Zatímco svahy a pláně pod hřebenem jsou pokryté hlubokým prašanem, který vlivem slunce rychle mění svůj stav, hřeben samotný je pokrytý tvrdým vyfoukaným sněhem.

Přes podkluzování v poslední podvrcholové části se v pohodě dostáváme na nejvyšší vrchol Ukrajiny. Jsme tady sami, nikde ani noha, a panoramatické výhledy jsou úžasné. Po dostatečném pokochání se výhledy sundáváme stoupačí pásy, přepínáme vázání a začíná sjezd. Po vyfoukaném hřebenu to není úplně ideální. Jakmile se dostáváme kousek pod něj do hlubokého sněhu, je to paráda a krájíme jeden oblouk za druhým. Sjezd až do údolí je bezchybný. Gazík pro nás přijíždí chvíli potom, co sundáme lyže, a přejíždí s námi do Jasini, kde si dáváme šašlik a pivo.



Kde hledat

Skialpinistické terény ČR

Česká republika neoplývá tradičními skialpinistickými terény, jak je známe například z Vysokých Tater nebo rakouských Alp. Pohoří a jednotlivé vrcholy jsou u nás v porovnání se zahraniční konkurencí neporovnatelně nižší a až na některé oblasti Krkonoše a Jeseníků i zalesněné.

Klasické skialpinistické terény vzdáleně vizuálně připomínají pouze kotle v Krkonoších a Jeseníkách, které se ale často nacházejí v chráněných územích, jako je I. zóna Národního parku nebo Národní přírodní rezervace (NPR). Většina pěkných terénů je proto dnes oficiálně nedostupná. Významné terény nabízejí naše dvě nejvyšší pohoří Krkonoše a Jeseníky. S odstupem za nimi je oblast Kralického Sněžníku a zalesněné Beskydy. Tréninkové terény menšího rozsahu, co se týká délky a převýšení, nabízejí také Krušné hory, Šumava, Vsačké Beskydy a Javorníky.

Krkonoše

Krkonoše jsou od roku 1963 Národním parkem, z čehož vyplývá řada omezení i v zimním terénu. Do nedávné doby byl pohyb možný jen po vyznačených běžeckých trasách a v II. a III. zóně NP. Po dohodě zainteresovaných stran bylo zkušebně navrženo osm skialpových tras. Všechny se sice vyhýbají sjezdově nejzajímavějším terénům KRMAP, ale i tak se jedná o obrovský pokrok od doby, kdy se ještě v šedesátých letech mohl jezdit májový terénní lyžařský závod Obřím dolem. Trasy jsou z větší části vedeny po turistické značce a rozděleny do tří oblastí – čtyři jsou ve Špindlerově Mlýně a jeho okolí, po dvou trasách v Peci pod Sněžkou a Rokytnici nad Jizerou. Všechny trasy jsou závazné v I. zóně KRMAP, zatímco v nižších zónách a mimo zvlášť chráněná území je možný volnější pohyb skialpinistů. Krajinnově velmi povedené jsou trasy ve Špindlerově Mlýně č. 2, vedoucí Labským dolem, a v Peci pod Sněžkou č. 6 přes vrchol Sněžky. Ostatní zajímavé lokality – kotle, lesní a bezlesé pláně v I. zóně NP – jsou pro pohyb na lyžích uzavřeny.

Jeseníky

V rámci Jeseníků je řada území s vyšším stupněm ochrany přírody. Pro lyžování bylo v minulosti známé skalnaté karové ledovcové údolí Velká kotlina, které patří k botanicky nejbohatším lokalitám České republiky. Povoleno byl dřív také kotel z Červené hory, jehož horní hrana je jednou z oblastí s nejvyšší akumulací sněhu v Jeseníkách. Obě lokality nejsou v současné době lyžařsky přístupné, ale mimo ně nabízejí Jeseníky řadu zajímavých výstupů a sjezdů převážně ve vzrostlých lesních terénech

mimo I. zónu CHKO a NPR. Je to například oblast od lyžařského střediska Kouty po Dlouhé stráně nebo oblast na sever mezi Červenou horou a Trojmezím. Stačí si jen vybrat, možnosti je nepřeborně.

Kralický Sněžník

Rozsáhlý masiv nabízí za krásného počasí řadu lesních sjezdů, stejně jako několik otevřených, různě strmých plání na českou i polskou stranu. V přílehlém lyžařském areálu Dolní Morava je otevřené skialpinistické testcentrum, které kromě půjčování vybavy zajišťuje v případě zájmu také doprovod pro začínající skialpinisty. V terénu jsou vyznačeny tři výstupové (červená A, žlutá B, modrá C) a jedna sjezdová trasa (zelená D) v délkách od 1,7 do 6 km a s převýšením 410 až 458 metrů. Jako tréninková je nejlepší modrá trasa C, která při délce 1,7 km překonává převýšení 410 metrů a vede po červené sjezdovce vzhůru. Doporučená zelená vyznačená sjezdová trasa vede okolo a vyhýbá se nejzajímavějším sklonům svahů.

Beskydy

Svou rozlohou největší chráněné území v České republice. Pro pěší turisty i skialpinisty je v Beskydech magnetem nejvyšší Lysá hora (1323 m), jejíž severní sjezdovka s převýšením 400 m a délkou něco přes kilometr bývala vyhlášená. Tahle bývalá sjezdovka je dnes částečně zalesněná, ale i tak nabízí výborné možnosti na rozlyžování. Další zajímavé oblasti jako kotel Mazáku a Malenovický kotel jsou součástí NPR, takže pohyb na lyžích je v nich zakázan. Lysá hora je celoročně dost přelidněná, což

HORSKÁ SLUŽBA VOLÍ ČESKOU KVALITU.

podpořila i nová výstavba řady občerstvovacích a ubytovacích kapacit na vrcholu, stejně jako letní výjezdy autobusů na vrchol. Ostatní beskydské vrcholy jsou v zimním období téměř liduprázdné a stejně jako Lysá hora nabízejí řadu výborných výstupů a sjezdů na skialpech. Většina z těchto výstupů bývá vedena volným terénem a občas po turistických vyznačených trasách. Sjezdových možností s převýšeními začínajícími někde u 300 metrů a končícími téměř u 900 výškových metrů je nepřeberně a každý si může vybrat podle úrovně svých lyžařských schopností.

Krušné hory

Prvním skialpinistickým areálem v České republice byl Skialp nad Hrobem, který se nachází kousek od Hrobu po cestě na Mikulov. Pokud chcete trénovat na značených trasách, které vedou terénem, a ne po lesních cestách a turistických značkách, je Skialp nad Hrobem ideálním místem pro zájemce od Prahy do severních Čech. Délky dvanácti tras jsou od 800 metrů do dvou kilometrů v rozmezí nadmořských výšek od startu v 597 metrech až na Bouřňák (843 m). Pro výstupy jsou vhodně využívány terénní podmínky od různých strmých lesních svahů až po terénní zářezy – ideální na trénink stoupání a otáčení. Sjezdy jsou také vedeny lesem nebo po zrušených neudržovaných sjezdovkách. Samozřejmě je možnost sjet i po normální sjezdovce, pokud je v lese nedostatek sněhu. Ačkoliv je nad Hrobem malé celkové převýšení, sklony svahů a vedení tras je subjektivně nejlepší ze všech podobných lokalit v České republice. Bez omezení je také možnost večerního skialpu při čelovce. Součástí areálu je i naučná trasa pro skialpinisty.



☑ Značení skialpinistických tras na Bouřňáku.

Šumava, Vsacké Beskydy a Javorníky

Na Železnorudsku v oblasti Sport areálu Špičák a nad Železnou Rudou bylo žlutými terčí se siluetou lyžaře a číslem vyznačeno sedm tras pro výlety na skialpinistických lyžích v délkách od 4,9 km do necelých 10 km a s převýšeními od 235 do 425 metrů. Nejvyšším místem je vrchol Pancíře (1212 m) a v naprosté většině se cestou dolů jedná o sjezdy po lesních cestách nebo upravených tratích, tj. pro začátečníky. Na místě je také skialpinistická půjčovna.

V lyžařské obci Velké Karlovice, ležící v údolí mezi Javorníky a Vsackými Beskydmi, byly navrženy dvě trasy vhodné na skialp – jedna údolím Pluskovec k vrcholu Javorníček (890 m) v Javorníkách a druhá údolím a přilehlými svahy k Soláni (861 m) ve Vsackých Beskydách. Ve výstupu je vhodné tyto trasy využít, pro sjezdy se potom nabízí víc variant v závislosti na tom, jestli se přednost dává sjezdu vzrostlým lesem nebo lesními cestami. Kromě navrhovaných tras nabízí blízké okolí Velkých Karlovic řadu dalších možností výstupů a sjezdů v lese až po Velký Javorník (1071 m), který se už nachází na Slovensku.

☑ V ČR jsou vhodné volné terény nejenom pro skialp, ale i pro telemarkové lyžování.



Foto: valin.cz



V ČEM VYRAZÍTE NA HORY VY?

tilak®

www.tilak.cz

Švýcarská specialita

Freeride má zelenou

▲ Davos Klosters.
(foto Swiss-Image,
Christian Perret)

Každý sjezdař ví, že Švýcarsko je lyžařská jednička. Nejkrásnější alpská země má ale mnohem víc: například parádní terény pro ty, které už přestalo bavit jezdit po běžných sjezdovkách nahoru a dolů. Ať už jste skialpinisté, freerideři nebo rádi chodíte na sněžnicích – zkrátka všichni, kdo rádi utečete do pravé horské nádhery a ticha, oceníte Švýcarsko ještě víc.

Nekonečné pláně mezi sjezdovkami můžete brázdit téměř bez omezení, vysoko položená střediska poskytují po většinu zimy nádherný prašan. Ve Švýcarsku má freeride zelenou, především v lyžařských střediscích Davos, Svatý Mořic nebo Engelberg. Pokud chcete ještě víc adrenalinu, nechte se zavézt helikoptérou na některý ze stovek svahů. Budete mít pocit, že tu před vámi ještě nikdo nestál a nejel.

Zermatt: Mekka heliskiingu

Heliskiing získává pořád další a další příznivce. Sice lyžařům bere radost z výstupu, ale zase usnadňuje požitek ze sjezdu. Zermattský heliport je čile využíván, málokdy se stane, že bychom nad hlavami neslyšeli vrtule. Stojíme na vrcholu Aeschihornu. Panoramatiký let máme za sebou, čeká nás náročný sjezd prašanem i přemrzlou krustou, mezi skalkami i po sněhových mostech. Na takovou zábavu je nutná potřeba průvodce, který kopec perfektně zná. Ještě než se do toho pustíme, užíváme si pohledů na hradbou čtyřtisícovek, které se okolo nás seskupily.

TIP: Další oblíbený cíl vrtulníků je sedlo Col del Lys pod Monte Rosou.

Odtud vede čtyřhodinový sjezd po ledovci Grenz a Gornergletscher přes Furi do Zermattu. www.Zermatt.ch

Diavolezza: lanovkou nahoru, prašanem dolů

Ze stanice Diavolezza na trati Bernina expresu vás vyveze lanovka až do sedla mezi Saas Queeder a Piz Trovat. Tady začíná neznáčená off -pista Tour Val Arlas. Vede širokým kuloárem, později přichází náročný sjezd mezi skalkami.

Pravděpodobně tu budete úplně sami. Jeďte znovu nahoru a dejte si boulovatou černou nebo sjezd desetikilometrové žluté tratě do Morteratsch.

TIP: Žluté sjezdovky, neboli ski-routes, jsou neupravované volné terény kontrolované z hlediska lavinového nebezpečí. www.Engadin.StMoritz.ch

Autor: Petra Greifová

Od roku 2009 byla šéfredaktorkou portálu HedvabnaStezka.cz a nyní řídí projekty společnosti GunTAO. Cestování je náplní její práce i volného času.

TIP: Informace o Švýcarsku, včetně stavu počasí a sněhu nebo průjezdnost průsmyků najdete na www.MojeSvycarsko.com

Mont Gelé a Mont Fort, dvě freeridové krásky

Čtyři údolí ve Wallisu jsou plošně největším švýcarským střediskem. Za týden pečlivého lyžování sotva pojedete jednu sjezdovku dvakrát. Zlatým hřebem střediska jsou však vrcholky Mont Fort a Mont Gelé s úchvatným výhledem na Matterhorn, Grand Combin, Mont Blanc a mnoho dalších čtyřtisícovek. Z Mont Fort padá neupravovaná černá trať. Boule převyšují stojícího člověka a mezi nimi se plácá spousta zoufalých lyžařů. Je to výzva pro každého alespoň průměrného umělce. Naštěstí to netrvá dlouho a dál do údolí pokračuje mírnější žlutá off-pista. Trasa z vrcholku Mont Gelé není těžká, ale dává nám zasloužený pocit sjezdu náročného alpského vrcholku. Skialpovou túru pak připomíná sjezd od jezera Lac de Vaux přes sedlo Col de Mines do vesnice La Tzoumaz.

TIP: Zatímco z Mont Fort vyhlídí v jednu chvíli asi stovka výletníků, na Mont Gelé budete pravděpodobně sami. www.4vallees.ch



Prosluněným Engadinem

Trasy na sněžnicích

Zatímco u nás si o několikametrových závějích sněhu můžeme nechat jen zdát a sněhová pokrývka se stává poslední roky bílým zázrakem, okolí Svatého Mořice ve švýcarském Graubündenu slibuje dokonalý prašan nejen na sjezdovce, ale i mimo ni.

Do sněžnicových stop

Své první kroky na sněžnicích si můžete vyzkoušet přímo nad Svatým Mořicem, na náhorní planině Plaun dals Müls. U vlakové stanice Punt Muragl Staz nasedněte do zubačky, která je tu v provozu od roku 1907, a nechte se vyvézt do výšky 2456 m. Objevíte nejen upravované cesty pro pěší, ale hlavně speciálně značenou a neupravovanou sněžnicovou trasu. Sledujte růžové ukazatele, šipky a růžové tyčové značení. Pokud vyrazíte hned ráno, kdy stezka ještě není prošlápnutá, užijete si hluboké sněhové závěje přesně jako na reklamních fotografiích. U horní stanice lanovky je schéma všech tras, ideální je začít okruh směrem na severozápad, sledovat horský hřeben nad údolím Val Champagna až k vrcholu Cna Val Champagna (2568 m) a dál pokračovat po trase nazvané „Cesta filozofů“ až k zamrzlému jezeru Lej Muragl (2715 m).

Autor: Marie Klementová

Pracuje v CK V-Tour, je mezinárodním horským průvodcem, instruktorem Alpenvereinu a funguje v mnoha horských spolcích. Stihla navštívit většinu evropských zemí a nejčastěji ji potkáte na horách s fotoaparátem na krku a batohem na zádech.

Postupně se vám otevrou výhledy nejen na údolí Engadinu a řadu horských štítů, ale také na nejvyšchodnější alpskou čtyřtisícovku Piz Bernina (4050 m). Bonusem výletu může být závěrečný sjezd do údolí, po celou zimu je v provozu 4,2 km dlouhá upravovaná sáňkařská dráha.

TIP: Pro plánování zimních pěších nebo sněžnicových túr v okolí Engadinu se hodí speciální sněžnicová mapa ze švýcarské edice „Snowtrailmaps“, kterou zakoupíte v informačním centru ve Svatém Mořici. Sněžnicové trasy jsou na ní rozdělené podle obtížnosti a nechybějí informace o vzdálenosti, časové náročnosti nebo převýšení. Mapa má voděodolnou úpravu a snese i hrubší zacházení v zimních podmínkách.

Na návštěvu k Heidi

Příběh o osiřelé dívce, žijící s dědečkem v romantické alpské víscce, se stal fenoménem. Vesniček s názvem Heididorf nalezneme v kantonu Graubünden víc, jedna z nich (není to bohužel ta pravá) se rozprostírá přímo nad jezerem Lej da Segl. V létě tudy vede velmi pěkná túra k pramenům řeky Inn. V zimě sem míří nemálo „sněžničářů“, aby se pokochali kulisou typicky engadinských domů s mohutnými zdmi zdobenými sgrafitti. Začátek túry je v Plaun da Lej (1728 m), kam vás doveze místní linkový autobus, snadno tady také zaparkujete automobil. Prvních 200 výškových metrů stoupáte lesem, pak se otevrou neuvěřitelné výhledy na zamrzlá a zasněžená jezera Engadinu a potom už začnou vyukovat i zasněžené střechy prvních horských obydlí. Opravdu si budete připadat jako Heidi, děvčátko z hor. Kdo si chce vychutnat metrové závěje sněhu a naprosté liduprázdno, může z Heididorfu pokračovat až k jižnímu cípu jezera do městečka Maloja a zpátky do výchozího bodu trasy, Plaun da Lej, se vrátit po zamrzlém jezeře.

Údolím Val da Fain

Hodnotnou alpskou sněžnicovou túrou je výšlap do sedla Pascual da la Stratta. Ačkoli je údolí na dohled lanovky na Diavolezzu, zůstává zcela stranou zájmu skialpinistů, a tak máte téměř 100% jistotu, že za celý den nikoho nepotkáte. Vozidlo zaparkujete u dolní stanice lanovky. Nebo si můžete výlet zpestřit vláčkem, jedoucím po trase Bernina expresu, a ze Svatého Mořice sem přijet po kolejkách. Samotná trasa je pro sněžnice ideální – stoupání až do sedla je velmi pozvolné a cestou zpátky nelitujete skutečnosti, že to „na sněžnicích nejede“. Důležité je ale túru dobře naplánovat, zvážit případné lavinové nebezpečí a mít na paměti, že budete celý den v horách sami, bez civilizace, případného horkého čaje a telefonního signálu.

TIP: Pohyb na sněžnicích je snadný, což svádí k podceňování vybavení. Mějte s sebou vždy kompletní lavinové vybavení (sondu, pípák, lopatu).

Únava

Hranice lidských možností

II. část



Únava podceňovaná a zámáhající. Pro někoho může být překvapením, že únava je mezi negativními faktory působícími na přežití v extrémních situacích zařazena co do důležitosti hned za tepelnou pohodu. Spolu s podceněním tepelné pohody je únava často podepsaná pod scénářem tragických úmrtí na horách, ve kterých nefiguruje zranění. Po vodě a jídlu v minulém čísle je únava dalším negativním faktorem, který podrobněji představujeme.

Anatomie únavy

Život člověka je řízen cirkadiálním rytmem. Ten je zodpovědný za střídání našich aktivit, jako je spánek a stav bdělosti. Narušení této periodicity (prodloužení stavu bdělosti) se projevuje jako únava. Existují různé techniky a prostředky, jak únavu potlačit. Přesto nejsme schopni dostat se za fyziologické meze člověka. Protože se jedná opět o hraniční oblast, není mnoho experimentů, které by podrobně popisovaly dlouhodobý stav spánkové deprivace s nutností se soustředit.

Deficit spánku

Prováděla se však řada experimentů sledujících, jak dlouho jsme schopni fungovat bez spánku. Je zřejmé, že s časem se bude měnit kvalita výkonu, jak se u člověka bude postupně zvyšovat stupeň únavy. Většina lidí spí 6–9 hodin denně, děti do 4 let věku déle. Jestliže spí člověk dlouhodobě méně, vykazují během dne známky ospalosti, nesoustředěnost. Spánek plní řadu funkcí, od regenerace organismu až po tvorbu specifických hormonů, třídí informace získané během dne, fixují se údaje v paměti.

Jestliže je spánek dlouhodobě odpírán, vede to k celkové slabosti, ztrátě koncentrace a koordinace pohybů a v krajním případě to končí smrtí. Odpírání spánku (5 dní a více) bylo využíváno i jako jedna z výslechových metod, kdy člověk ztrácí nad sebou kontrolu a je schopen prozradit i to, co by za bdělého stavu neřekl. V 60. letech byla v Americe dělána řada pokusů se spánkovou deprivací. Byli na ně najímáni obvykle studenti, kteří po určité době měli pokus placený (do 5 dní zdarma a pak dostávali zapláceno za každou hodinu beze spánku). Většinou si přiliš nevydělali,



✚ Experimentální řízení auta trvalo 56 h. Na hlavě čapka EEG, pod nosem teplotní senzor snímající dech, na ruce elektrody na záznam kožního odporu.

ale známý je případ amerického studenta Randy Gardnera, který v roce 1965 nespal 11 nocí. Pak byl experiment lékaři ukončen, protože Randy už ztrácel představu, co je realita a co sen, byl dezorientován a existovalo nebezpečí selhání životních funkcí. Při pokusech hynuly krysy po 18 až 30 dnech bez spánku. To, kolik člověk vydrží bez spánku, je podobné jako s dehydratací. Maximální mez je někde okolo 11–12 dní. Dobu 5–6 dní jde s jistou mírou vyčerpání přežít.

Dlouhodobá zátěž

Většina lidí žije v denním cyklu a není nucena být víc než 24 hodin v bdělém stavu. Autor článku v rámci jednoho měření řídil 56 hodin automobil¹⁾. Smyslem experimentu nebylo dát návod, jak bez odpočinku jezdit na dlouhé tratě (důrazně varuji před takovými snahami). Šlo o to zjistit na modelové situaci, jaké jsou meze organismu (schopnost se soustředit na určitou činnost při nemožnosti spánku či odpočinku). Je to situace, kdy jste v horách se zraněným kamarádem, kterého musíte 2 dny transportovat do civilizace. Kamarád je oběhově nestabilní (neustále musíte kontrolovat, zda dýchá a tepe mu srdce). To vylučuje možnost si být i na 5 minut odpočinout a spát. Buď jej kontrolujete, nebo transportujete do civilizace.

Zajímavým výsledkem experimentu s řízením bylo, že pokusná osoba nevybočila z průměrných hodnot reakčních časů po celou dobu experimentu. Neznamená to, že řízení takovou dobu je bezpečné, ale že individuální schopnosti jedince jsou jinde, než bychom obvykle předpokládali. Protože šlo o modelovou situaci záchranu v horách, po celou dobu experimentu pokusná osoba nepila a nejedla. Cirkadiální rytmus je rozhodující a ani přes silnou motivaci se jej nepodařilo změnit. Znamená to, že okolo 2. až 3. hodiny ranní klesala tělesná teplota a organismus šel do útlumu. Protože spát nebylo možné (nutnost řídit), stoupala tepová frekvence. Znamenalo to značné psychické vypětí.

Jak poznat blížící se kolaps

Když jsme unaveni a vyčerpání, projev se to (kromě únavy a těžké hlavy) mravenčením na vnitřní straně předloktí a poruchou termoregulace. Přicházejí návaly horka s následnou zimnicí. Je to poslední

Poznámky:

- 1) Měření proběhlo na Dopravní fakultě ČVUT na simulátoru vozu Škoda Superb, který byl uzpůsoben na podobné experimenty. Byla prováděna řada měření (biochemie, EKG, EEG, tělesná teplota, kožní odpor, pohyb očí, reakční doba, stabilita stopy na vozovce). Na stěnu byla promítána scéna asi 12 km okruhu v různých podmínkách (hory, tunely, město, otevřená krajina).
- 2) Viz pořadí, v jakém je třeba řešit negativní vlivy, které na nás působí (bezpečí, vzduch, tepelná pohoda, únava, voda, jídlo a mezilidské vztahy).
- 3) 1,3,7-trimethylxanthin – kofein, thein (Coffea arabica, Thea sinensis), káva, čaj; 1,3-dimethylxanthin – theofylin; 3,7-dimethylxanthin – theobromin (Theobroma cacao), kakao, čokoláda.
- 4) Dávka kávy je 7 g a obsahuje 50 mg kofeinu. Zkuste navázat 7 g čaje a vylouhovat z toho šálek – bude to dryák. Běžný sáček s čajem má pouze necelé 2 g (viz též foto na další straně).

varování, kdy máme 15–20 minut, než padneme či usneme ve stoje. V tomto okamžiku nepomohou žádná stimulantia, ale pouze odpočinek. Je třeba se postarat o tepelnou pohodu, tedy připravit bezpečný bivak²⁾. Jestliže to podceníme (a jen na 10 minut si sedneme, abychom si odpočali) usneme a bez připraveného bivaku nejspíš umrneme.

Povzbuzující látky

Aby lidé nemuseli podstupovat výše zmíněné psychické vypětí, kterým se projevuje boj s únavou, přišli na myšlenku používat různé povzbuzující látky. Jednotlivé armády za druhé světové války zkoušely řadu z dnešního pohledu zakázaných látek, které měly udržet vojáky v bdělém stavu. Známý je případ anglických pilotů dálkových bombardérů, kteří na zpáteční cestě z Německa do Anglie takové látky používali. Samotní Němci je ordinovali svým pěším vojákům na frontě. Protože došlo k nadužívání a závislosti, projevily se i negativní účinky, jako je nemožnost usnout (v době určené na odpočinek) a následné vyčerpání organismu a např. usnutí ve stoje. Další negativním účinkem byly psychické poruchy a rozložení vztahů v jednotce. Nakonec se od toho upustilo.

Přesto existuje skupina látek, které se běžně používají, ale jsou chápány jako látky společenské, a ne v první řadě jako stimulantia. Některá legální stimulantia najdete v infoboxu, chemici tyto látky řadí mezi xanthiny³⁾. S překvapením zjistíme, že jsou to obvykle látky, se kterými se denně setkáváme.

LEGÁLNÍ STIMULANCIA

Mezi legální stimulantia patří:

- Káva – kofein (2–3 %)
- Čaj – kofein, thein (2–5 %)
- Kakao, theobromin, theofylin čokoláda
- Maté – kofein (3 %)
- Jope – kofein
- Cola – kofein (2–4 %)
- Guarana – kofein (5 %)

Nejčastěji jde o thein a kofein, což jsou velice podobné látky. Dokonce se dá říct, že thein v čaji je účinnější stimulant než kofein v kávě. Stačí si namíchat stejné množství čaje a kávy, uvařit z toho jeden šálek nápoje a porovnat⁴⁾. Řada energetických nápojů obsahuje kromě kofeinu v dávce 32 mg/100 ml navíc guaranu

a taurin. Důvod je převážně legislativní. EU v energetických nápojích nepovolila více než oněch 32 mg/100 ml. Dohání se to až 1 g výtažku z guarany. Stimulační látky působí proto, že ovládají naši psychiku a metabolismus. To jde ale i nacvičit. Budeme-li sledovat v kině film, který nás nudí, budeme u toho usínat; jestliže nás vtáhne do děje, tak nás probere.

Čaj kontra káva

Co je lepší, káva, čaj či energetický nápoj? Na to není jednoznačná odpověď. Je třeba si uvědomit, že použitím libovolného stimulantu jen tělu umožníme rychleji vyčerpat zásoby, které v organismu ještě máme. Energetické nápoje obsahují kromě kofeinu v různé podobě především cukr (tedy zdroj energie). Káva se obvykle vstřebává rychleji než čaj, který kromě theinu obsahuje ještě další alkaloidy, které zpomalují nástup stimulačních účinků. Káva i čaj (u čaje především třísloviny) dráždí žaludek.

„ mravenčení na vnitřní straně předloktí a porucha termoregulace je poslední varování, že během 15–20 minut únavou padneme či usneme ve stoje

V případě vyčerpání je kromě kofeinu třeba tělu dodat energii. Vyzkoušenou cestou dodání energie (rychlá – cukry a pomalá – tuky, které rovněž chrání žaludek před dráždivými účinky tříslovin v čaji) a vody (hydratace) je následující nápoj z černého a zeleného čaje. Je dobré použít kvalitní černý čaj (ceylon, indický, Assam). Uděláme silný, téměř černý nálev. Louhování trvá 3–5 minut. Neustále ochutnáváme, a když se začínají louhovat třísloviny, čaj slejeme. Stejný postup uděláme se zeleným čajem (např. Gunpowder). Ten je třeba hlídat pečlivěji. Slejeme čaje dohromady, přidáme smetanu či mléko (zdroj tuku) a hodně osladíme. Důležité je, aby čaj nevychladl (proto jej uchováváme v termosce). S litrem takového nápoje jsme v případě potřeby schopni v mezní situaci na horách probdít celou noc, vydržet celonoční přesun, ohlídat zraněného kamaráda a pochopitelně také pracovat celou noc.

Kdo nechce ztrácet čas přípravou nápoje z černého a zeleného čaje nebo utrácet za energetické nápoje, může využít rozpustnou kávu. Dávkování u mleté kávy je okolo 7 g na šálek. Rozpustná káva je koncentrovaný extrakt, stačí pouze 2 g. Potřebujeme-li dostat rychle kofein a cukr



▲ Čaj je účinnější stimulant než káva. Na obrázku je pro srovnání 7g dávka kávy, 7g dávka čaje a jako poslední běžná 2g dávka čaje. Je vidět, že 7g čaje rozhodně není dávka pro jeden šálek.

YERBA MATÉ

Maté je čaj z cesmíny paraguajské, obsahuje kofein a v Jižní Americe je to velice oblíbený nápoj. Pije se z kalabasy (vydřabaná tykev) pomocí kovové trubičky (bombilla). Kalabasa se do třech čtvrtin naplní Yerba maté a doleje vodou. Ustrknete dva doušky a doležete z termosky horkou vodou. Tak maté ve skupině koluje podobně jako dýmka míru.

ÚČINKY KOFEINU

Kofein uvolňuje hladké svalstvo a stimuluje srdce a dýchací systém, má protispánkové účinky („stay-awake pills“), odstraňuje únavu, zvláště duševní, zbystřuje myšlení, působí jistou euforii. Nemění osobnost a charakter. Je to mitotický (buněčný) jed, ve větších dávkách způsobuje křeče.

do krevního oběhu, využijeme toho, že ke vstřebávání dochází už na ústní sliznici. Připravíme si z rozpustné kávy, cukru a práškové smetany do kávy směs, kterou postupně uucáváme. Směs se nesmí polykat, snažíme se ji v ústech udržet co nejdéle (3 minuty). Cukr a smetana dodají energii, kofein zrychlí metabolismus a využítí dodané energie.

Nelepší je regenerace

Bojovat proti únavě není potřeba jen pomocí stimulantů (stejně nás jen přiblíží okamžiku totálního vyčerpání). Druhou možností je odpočívat, kdy jen to je možné. Jedna z možností je spát za pochodu. Není to plnohodnotný spánek, ale i tak se dá odpočívat. Poprvé jsem to zažil v 6 letech, kdy jsem šel se strýcem v noci do lesa na čekanou. Měli jsme před sebou 6 km lesem. Šel jsem za ním dva kroky v jeho stopách a jen naslouchal. Každých 15 sekund

Autor: Ladislav Sieger


Autor se jako fyzik dlouhodobě zabývá otázkami bezpečnosti a přežití v extrémních situacích. Studuje vlivy extrémních situací na lidský organismus, je členem lékařské komise ČHS a členem Společnosti horské medicíny.



Hanibal
Czech Outdoor Award
2014

PŘIVÍTEJTE ZIMU S TÍM NEJLEPŠÍM Z ČESKÉHO OUTDOORU.

www.hanibal.cz



jsem otevřel oči, abych zkontroloval, že jdu za ním. Rozestup dvou kroků tam byl proto, že když se zastavil (a to jsem slyšel), tak jsem jen dokročil a zkrátil vzdálenost na jeden krok, ale nenarazil do něj. Učí se to i speciální jednotky, první s posledním vedou a ostatní jdou uprostřed a spí. Když se drží za provaz, ještě se zlepší vzájemná komunikace.

Stimulační látky (kofein či jiné) nestačí ve stavu vyčerpanosti. Když už tělo nemá rezervy, způsobí stimulace kolaps (psychické poruchy, selhání oběhu – srdce, poruchy termoregulace – zimnice, upadnutí do spánku ve stoje apod.). Jednou při návratu z Aljašky do Prahy trvala cesta letadlem s přestupy déle než 36 hodin. Měl jsem s sebou energetický nápoj a byl jsem zvědavý, jak mě postaví na nohy. Když jsem usínal v pražském metru, vypil jsem energetický nápoj, ale nic to se mnou neudělalo. Uvědomil jsem si, že ve stavu silného vyčerpání nelze čekat zázraky. Je třeba dodat tekutiny a energii tělu dřív, než se octne na pokraji vyčerpání.

Po použití libovolného stimulantia je třeba pamatovat na regeneraci organismu. Američtí letci, kteří dostávali syntetická stimulantia „go pills“, měli po akci k dispozici „no go pills“, aby mohli usnout a zregenerovat organismus. Tělo na obnovení sil potřebuje především čas (spánek, odpočinek) a energii (strava, doplnění zásob cukrů, tuků a bílkovin). Nezapomínejme proto, že po probdělé noci je třeba plánovat dostatečný odpočinek.

Pokusili jsme se podrobněji probrat nejdůležitější negativní vlivy z hlediska pořadí, v jakém je potřeba řešit jejich působení na jednotlivce při extrémních situacích nejen v divočině. V minulém čísle Světa outdooru jsme řešili nedostatek vody a jídla. Teplem, tepelnou pohodou a podchlazením se v minulých letech zabývaly články v ročenkách Malý Průvodce světem outdooru.





Snadná skialpová túra s tragickými následky

Ztracen pod Lampsen spitze

Špatná viditelnost, intenzivní sněžení a silný vítr. V těchto podmínkách může velmi snadno dojít ke ztrátě orientace. Nehoda s fatálními následky se stala mladému manželskému páru začátkem ledna v Rakousku, ve Stubaiských Alpách.

Skialpový ráj

Právem nazývají Rakušané okolí údolí Sellraintal rájem všech skialpinistů. Lyžovat i podnikat skialpové túry je tam možné téměř půl roku – od první sněhové pokrývky až do jarních měsíců. Ačkoli je řada svahů poměrně strmá a výstupy jsou relativně náročné, není téměř vrchol, na který by nevedly stopy lyží a jeho svahy nebyly zkrášleny pravidelnými vlnkami.

Správné rozhodnutí pod vrcholem

Jedním z oblíbených cílů je vrchol Lampsen spitze (2875 m). Vynikající parkovací možnosti při nástupu na túru, terén vhodný i pro začátečníky, převýšení pouhých 1200 metrů – není divu, že řada nadšenců vyleze nahoru i několikrát během sezony. 5. ledna při výstupu na vrchol potkávají muž a žena během pauzy druhý manželský pár, který se právě z vrcholu vrací. Je dopoledne, pro dosažení cíle mají ještě časovou rezervu, jsou v dobré fyzické i psychické kondici. Jelikož se ale evidentně horší počasí, rozhodují se v túře dál nepokračovat a všichni čtyři společně sjíždějí do údolí. Na základě vyhodnocení aktuální situace (zhoršená viditelnost, přibývající sněhové srážky, nastupující mlha) sjíždějí postupně a volí asi dvacetimetrové rozesupy. Muž, který jede jako první, má u sebe GPS k usnadnění orientace v nepřehledném terénu. Zároveň při sjezdu sleduje vlastní výstupovou stopu ve sněhu. Za dobré viditelnosti by byl sestup naprosto bezproblémový.

Dezorientace

Ve výšce zhruba 2460 m ale skialpinista svou vlastní stopu ztrácí. Přesto pokračuje v sestupování a instinktivně se stáčí směrem na jihovýchod, do strmějšího svahu. Zbývají tři přerušit sjezd, nejsou si jisti, jestli mají muže následovat, vyčkávají u skal. Jsou tak svědky toho, jak náhle s hřměním zaválí prvního lyžaře množství prachového sněhu.



ALPENVEREIN ON-LINE

Nechybí ve vašich plánech skialpinismus, freeride, ledovcové túry, lezení, pohyb po zajištěných cestách nebo parádní túry VHT u nás i v zahraničí? Mohlo by vás zajímat členství v rakouském alpském svazu – Alpenvereinu – s řadou výhod, o kterých jsou informace na straně 2 tohoto čísla nebo na stránkách oeav.cz, kde lze také uzavřít členství on-line.

Padá lavina

Desková lavina o šíři asi 100 metrů se odtrhla ve výšce cca 2510 metrů (délka laviny 100–140 metrů, výška odtrhu 120–130 cm). Skialpinista je pohřben zhruba 3,5 metru hluboko pod povrchem sněhu. Zatímco žena vytáčí číslo 140, aby se dovolala na horskou záchrannou službu, k okraji laviniště přijíždí ihned druhý muž ze skupiny. S lavinovým vyhledávačem se snaží najít signál zasypaného a podle údajů na displeji se postupně přiblíží až na vzdálenost 4–5 metrů. Za použití 2,8 metru dlouhé sondy začíná prozkoumávat vytyčenou oblast, ale protože je se sondováním neúspěšný, začíná ve sněhu kopat. Obě ženy mu pomáhají. V hloubce 3, 5 metru pod povrchem nacházejí tělo bez známek života.

Záchrana

Mezitím se dostává na místo nehody i horská služba. Její členové vyprošťují tělo zasypaného, záchrana oběti trvá nakonec 90 minut. Přítomný lékař konstatuje smrt. Pozůstalí se za doprovodu záchrannářů dostávají bezpečně do údolí. Špatné počasí znemožňuje přilet vrtulníku, tělo je tak transportováno pozemní cestou za využití lodičkových saní akia. Do akce bylo celkem povoláno pět psůvodů horské služby Tyrolska a 30 záchrannářů z Gries im Sellrain a St. Sigmund im Sellrain.

Muž, který zůstal pohřben v lavině, byl instruktorem německého alpského svazu DAV. Ostatní neměli žádné vzdělání v oblasti alpských disciplín, nicméně řadu zkušeností s pohybem na skialpech ve vysokohorském terénu. Všichni byli vybaveni lavinovými komplety (vyhledávač, lopata a sonda), jeden měl rovněž ABS batoh.

Čtení terénu

Za dobré viditelnosti je sjezd (ať už po výstupové trase nebo volným terénem) odměnou za námahu při výstupu a lahůdkou, na kterou se

Autor: Marie Klementová

Instruktorka rakouského Alpenvereinu a mezinárodní horská průvodkyně UIMLA věnuje horám a obecně outdooru svůj profesní i soukromý život. Navštívila většinu evropských zemí a ráda se toulá s fotoaparátem na krku a batohem na zádech po horách, pokud možno ve vertikálním směru.



▲ Laviniště den po smrtelné nehodě. Červená linie znázorňuje dráhu lyžaře. Odtrhová linie už není zcela patrná, přestože byla výška odtrhnuté masy sněhu asi 130 cm. Sklon svahu v horních partiích činí 40°.

skialpinista celou dobu těší. Zcela opačná situace ale nastává v případě, že dojde ke zhoršení počasí. Pokud je trasa sjezdu kvůli špatné viditelnosti neúmyslně pozměněna, je šance na rozpoznání a napravení chyby velmi malá. Nástrahy terénu nejsou patrné a ani zkušený skialpinista nedokáže adekvátně reagovat jednoduše proto, že nevidí nic!

Skialpinisté v popsané situaci udělali jednu téměř učebnicovou chybu. Zásadou je, že pokud nemáte dobrý rozhled při sjezdu, případně zjistíte, že jste se odchýlili od trasy výstupu a ztratili stopu, je nutné stisknout tlačítko Stop a nepokračovat dál. Správný postup je vrátit se zpět do místa, kde jste stopu viděli naposledy, případně počkat na lepší viditelnost. Druhou možností je korigovat trasu pomocí GPS. Nikdo už nezjistí, proč v tomto případě nebyla ani jedna varianta použita. Muž se rozhodl pokračovat dál, a najel tak přímo do prudkého svahu o sklonu téměř 40°, což se mu stalo osudným. Za jasného počasí by do těchto míst nevjel ani nezkušený skialpinista. Všichni víme, kam až se můžeme za mlhy dostat.

Použití GPS na túře

Za jasného počasí je používání GPS často zábavnou hračkou pro technické nadšence, kteří si tak sledují výkon, vzdálenost a nastoupané metry. Čistý terén byste měli zvládnout jen na základně používání klasické papírové mapy. Při snížené viditelnosti (mlha, sněžení) může GPS další postup velmi usnadnit – dokáže nás navést na výstupovou trasu. Ale ani GPS není samospasitelná – neumí zobrazit terénní nerovnosti nebo případné další pasti. Zejména při sjezdu navíc musíte počítat se setrvačností zobrazování přístroje – o pádu ze skal můžou rozhodovat vteřiny.

Iva Sikulová-Filová o skialpinismu a záchranářství

Vášeň pro strmé sjezdy

Slovenská extrémní lyžařka Iva Sikulová-Filová (1973) je první ženou, která sjela známý Pallaviciniho kuloár z nejvyššího rakouského vrcholu Gross Glockner. Od té doby má na svém kontě řadu strmých sjezdů v různých evropských pohořích a také v Kyrgyzstánu. Kromě úspěšných sjezdů má s horami spojení jednu špatnou zkušenost, v bulharském pohoří Rila totiž spadla s lavinou. O ženském extrémním lyžování jsme si s Ivou povídali v rámci jejího současného zaměření na záchranu v horách.

Začnu obligátně – proč se věnuješ skialpinismu a strmým sjezdům?

Obligátnější otázku si už ani neumím představit. Nedá se odpovědět jednou větou. Lyžování bylo součástí mého dětství od tří let. Máma nás vedla ke všem sportům, z nichž vyčuhovalo lyžování. Také vztah k horám jsem měla od dětství, kdy jsme s rodinou chodili na túry. Později, to mi bylo 11–12 let, jsem se v horách pohybovala s turistickým oddílem a zamilovala jsem si jakýkoliv pohyb v přírodě. Když jsem v sedmnácti letech uviděla někoho na skialpech, hned jsem věděla, že to chci dělat také. Od začátku jsem se do skialpinismu zamilovala, ale zároveň jsem ve stejné době začala i s horolezectvím a speleologií. Po asi deseti letech turistického skialpování a běžného lezení jsem se dostala ke strmým sjezdům. Začala jsem si je užívat. Byla to pro mě dokonalá kombinace zimního alpinismu a lyžování. A protože se mi v tom dařilo, umocňovalo to i celkový prožitek, dá se říct vášeň.

Kde jsou tvé nejoblíbenější lokality na Slovensku?

Pro mě jsou to jednoznačně Vysoké Tatry, kde charakter žlabů a stěn je to právě pro strmější sjezdy. I když jsem doma ve Velké Fatře, je v blízkém okolí mého bydliště výrazně větší lavinové nebezpečí než ve Vysokých Tatrách.

▣ *Vysoké Tatry, výstup na Baranie rohy.*

Slyšel jsem, že ve vesnici, kde máš dům, je největší počet skialpinistů na počet obyvatel. Je to tak opravdu?

Nepočítala jsem to, ale když se nad tím zamyslím, je to možné, protože v Tureckej to vychází přibližně na 10 % obyvatel, kteří se věnují skialpinismu.

Jsi historicky první žena, která na lyžích sjela 4. května 2003 Pallaviciniho kuloár z Gross Glockneru.

Pro mě byl Pallaviciniho kuloár prvním extrémním sjezdem. Dostala jsem se k tomu tehdy víceméně náhodou s partou, která se o to pokoušela už podruhé nebo potřetí. Když se v roce 2003 rozhodli, že vyrazí k dalšímu pokusu, už jsem s nimi lyžovala ve Vysokých Tatrách. Nabídl mi, abych se přidala, že to určitě zvládnu. No, opravdu jsem nevěděla, do čeho jdu.



► *Goldberggruppe - Linke Rinne, Schareck, severní stěna.*

Pokoušela se o to některá z žen před tebou nebo po tobě?

Až po našem návratu Rakušani napsali, že to byl podle nich ženský prvosjezd. Jestli tam byly nějaké ženské pokusy předtím, netuším, protože jsme k tomu nenašli žádné informace. Pouze vím, že v roce 2009 to zopakovala slovinská skialpinistka Maja Lobnik. Možná je jediná, která to zopakovala, ale nesleduju to.

Proč je obecně tak málo žen, které se věnují strmým sjezdům?

Můžu se jen hypoteticky domnívat, že je to celkovou náročností, kdy strmé sjezdy vyžadují komplexní znalosti z lyžování, horolezectví a lavinové problematiky. Je také potřeba akceptovat vysokou dávku rizika. Na prvním místě je ale dostatek zkušeností z mnoha sezon strávených v horách. V tom bude možná problém, do strmých sjezdů se nedá pustit hned po roce od prvního postavení na skialpové lyže. Pokud se má žena věnovat skialpu deset nebo víc let, a přitom přijdou na svět děti, rodina, začne přirozeně eliminovat jakékoliv riziko. Potom zůstává velmi málo žen, které se do toho pustí. Je samozřejmě, že se strmé sjezdy nedají dělat dlouhodobě, s přibývajícím lety klesá morál, kondice i koordinace. Také po čtyřicítce upouštím od těžkých extrémů, ale strmý žlab s menší expozicí si ještě ráda vychutnám.

Na tvých webových stránkách www.ivafilova.com začíná výčet strmých sjezdů právě Pallaviciniho kuloárem, co se ti podařilo sjet před ním?

Jak už jsem říkala, byl to můj první extrémní sjezd, který stojí za publikování. Do té doby to bylo deset let sbírání potřebných zkušeností z hor a mezitím mateřská dovolená. Takže to byly převážně běžné skialpové túry po tatranských sedlech a žlabech, svahy v Západních Tatrách, první lyžování v Alpách, lezení v Tatrách a Alpách.

Který z tvých sjezdů ve Vysokých Tatrách považuješ pro sebe za nejhodnotnější?

V Tatrách nemám žebříček sjezdů, kde bych dokázala dát jeden konkrétní do popředí. Možná stojí za zmínku sjezd z Mlynára do Ťažkej doliny, což bylo první opakování cesty po Bohušovi Štofanovi. Převážně je pro mě ten NEJ vždy ten poslední, protože skončil šťastně a ve zdraví. Z tohoto pohledu je to sjezd Satanovým žlabem ze Satana do Mlynickej doliny v březnu 2014.

A z hlediska všech tvých sjezdů i ze zahraničních velehor?

Z Alp jsou to určitě všechny sjezdy, které byly v zimní sezoně 2008 – v Dolomitech Sassongher, Holzer kuloár ze Sass Pordoi a Whympier kuloár z Aiguille Verte v masivu Mont Blancu. Tehdy jsem se vrátila do strmých svahů po dvouleté vynucené přestávce, která následovala po lavinové nehodě, a byla to sezona dost náročná na psychiku.

Dosud ses na lyžích pohybovala převážně v Evropě. Výjimkou jsou sjezdy v severním Kyrgyzstánu, kde jsi byla v rámci pracovních cest jako geolog a ve volnu sjela několik pěkných linií v severním Tan-Šanu.

Expediční akce jsou samozřejmě i pro mě lákadlem, víc ty neznámé a odlehlé oblasti, např. Skandinávie nebo Nový Zéland, kde nejsou zase tak velké nadmořské výšky. Nedávno jsme například byli skialpovat na Korsice a z našeho pohledu to byla úžasná exotika. Skialpinismus tam ještě není rozšířený a terény jsou tam famózní. Ale výškové sjezdy z šesti až osmitisícových vrcholů určitě nejsou pro mě to pravé. Nedostala jsem totiž dobrou genetickou výbavu na adaptaci ve vysokých nadmořských výškách, a proto není u mě problém chytit výškovou nemoc i ve třech

**KVALITA A EXKLUZIVITA
Z NORSKA!**

Bergans
OF NORWAY

**Skialpinistický
komplet STOREN**
3-vrstvá membrána

TORREX
PERMIZAX 100



- NEPROMOKAVÝ
- PRODYŠNÝ
- VĚTRU ODOLNÝ
- STREČOVÝ
- ULTRALEHKÝ



tisících metrech. Proto jsou všechny sjezdy, které jsem absolvovala nad čtyři tisíce metrů, mým osobním vítězstvím. Největším problémem expedice je financování. Sponzoři se nehrnuli, a tak jsem se nemohla žádná větší expedice zúčastnit. Pokud by se podařilo zajistit finance, ráda bych určitě někam daleko na strmé sjezdy vyjela.

Nedávno kvůli pádu laviny na základní tábor tragicky skončila slovensko-česká skialpinisticko-horolezecká expedice Dhaulagiri 2014, která měla ambiciózní cíl nepřerušovaně sjet z osmitisícového vrcholu do základního tábora. Co si myslíš o sjezdech z nejvyšších vrcholů?

Co se týká sjezdů z nejvyšších vrcholů, je obrovský výkon už jenom samotný pohyb v takové výšce. Z mého pohledu, hlavně z profesního hlediska jako záchranáře, je tam už tolik objektivního rizika, že i když se udělá všechno pro maximální bezpečnost a eliminaci rizik, nestačí to. Vždycky tam bude příliš velké ohrožení života a zdraví. Je to ale na posouzení každého z těch, kteří to jsou ochotni podstoupit. Držím jim palce a obdivuji jejich výkony.

**” pocit, že by’ i jen jednomu člověku
zachráníte život, je nenahraditelný**

Ani tobě se nevyhnula zranění. Před několika lety jsi měla v Bulharsku lavinovou nehodu, kterou jsi popsala na internetu. Jak k ní došlo a jaké byly její následky?

Byli jsme v pohoří Rila v Bulharsku, kde je těžké zjistit vývoj počasí a povětrnostní podmínky tak, jak jsme zvyklí z rakouských Alp. Neměli jsme podrobnější informace o podmínkách a situaci jsme podcenili. Byli jsme ubytováni v horské chatě, ze které jsme vyrazili na lyžařskou túru, i když jsme věděli, že hodně nasněžilo a foukal silný vítr. Brzy ráno jsme začali výstupem na jeden kopec, který jsme pak bez problémů sjeli. Když jsme se vraceli zpátky, bylo ještě dost času, a tak jsme si řekli, že sjedeme ještě jeden blízký žlab. Byl to mírný, velmi lehký terén. Když jsme ale stoupali žlabem pod vrchol, odřízli jsme si lavinu. V konečném důsledku to dopadlo dobře – přežila jsem. Ale léčba zlomenin – obě ruce a koleno – trvala déle než rok. K tomu šest operací a další rok rehabilitace.



▣ Sjezd Satanovým žlabem do Mlynické doliny.



► Dolomity, kuloár ve stěně Sassongheru.

V nedávné době jsi zběhla od geologie k záchraně v horách. Kromě práce v Horské službě Banská Bystrica jsi vystudovala také obor záchranářství a angažuješ se při záchraně v horách s důrazem na zimu a lavíny. Co tě vedlo k této změně od geologie k horské záchraně?

Medicínu jsem chtěla dělat od základní školy. Osud mě ale zavál jiným směrem. Před pár lety byla geologie na Slovensku v útlumu a byl problém sehnat v tomhle oboru zaměstnání. Proto jsem se rozhodla, že se vrátím ke zdravotnictví, takže jsem na pár let opět vyzkoušela vysokoškolský život a vystudovala Urgentní zdravotní starostlivost. Dnes se maximálně angažuju v záchranářství, v oblasti horské záchraně hlavně v lavinové problematice. Moje rozhodnutí určitě podpořilo to, že i já jsem byla několikrát v pozici, kdy jsem potřebovala záchranáře. Ten pocit, že byš i jen jednomu člověku zachránil život, je nenahraditelný, a proto to dělám.

Jaké jsou tvé lyžařské cíle na další období?

Neklada si žádné zavazující cíle, spíše se jedná o spontánní akce. Mnohokrát jde jen o narychlo zorganizované výjezdy, které bývají nejlepší. Určitě to bude v nejbližší době návrat na Korsiku, prozkoumat tam nové skialpové cíle.

i IVA SIKULOVÁ-FILOVÁ



Slovenská extrémní lyžařka a záchranářka má na svém kontě řadu strmých sjezdů v oblíbených Vysokých Tatrách, v Alpách

např. Sassongher, Holzer kuloár ze Sass Pordoi či Whymper kuloár z Aiguille Verte, v dalších pohoří Evropy a v Kyrgyzstánu. Jako první žena sjela Pallaviciniho kuloár z nejvyššího rakouského vrcholu Gross Glockner. Ivu podporují např. značky Bergans a Scandinavia.

www.ivafilova.com

TULENÍ
PÁSVY.cz
SKIALPINISTÉ SOBĚ



❄️ skialpinistické túry a expedice ❄️ jak se v zimě neztratit
❄️ vše o pohybu na sněhu ❄️ tipy na výlety a reportáže
❄️ metodika, bezpečnost pohybu v zimních horách
❄️ skialpinismus ❄️ freeride ❄️ snowboard
❄️ splitboard ❄️ lavíny a bezpečnost
❄️ telemark ❄️ sněžnice

„Mistr světa“ a adrenalinový „feták“

Novozélandského extrémního kajakáře Sama Suttona netřeba představovat žádnému zapálenému vodákovi, pro všechny ostatní je tu pár informací, které ho trochu přiblíží. A nejvýstižnější je právě samotný titulěk tohoto rozhovoru – „Mistr světa“ má na vizitce po třech vítězstvích na adidas Sickline World Championship, „adrenalinový feták“, mluví samo za sebe (stačí se podívat na úvodní foto). Kajakingu se začal věnovat v 16 letech, když si ho najala na focení jedna novozélandská raftingová společnost. Za velmi krátkou dobu se pro Sama stalo pádlování životní náplní a brzy se v něm vypracoval na mistrovskou úroveň. A nejenže se kajaku věnuje profesionálně jako jezdec adidas Sickline Kayak Teamu, ale v nedávné době si založil i společnost, která kajaky vyrábí.

Sam o sobě říká, že je bezproblémový a konzistentní kajakář, který je k sobě velice kritický. Je velmi odhodlaný a duševně silný, což mu pomáhá koncentrovat se jenom na své výkony, bez přemýšlení nad následky svých extrémních akcí. Sam je pro veřejnost známý především jako trojnásobný mistr největšího závodu extrémního kajakingu adidas Sickline World Championship. Dokázal to ve třech po sobě jdoucích letech – 2010, 2011 a 2012, což se nikomu před ním nepovedlo. Se Samem jsme si povídali o jeho životě, o výpravě do Indie, o výrobě kajaků a o jeho vztahu k České republice.

Před kajakováním ses věnoval motokrosu, což je podle mě zcela odlišný druh sportu. Proč ses rozhodl pro tuhle změnu?

U motokrosu jsem se dost bál, protože tam vždycky máš dost vysoké riziko, že si polámeš kosti nebo ochrneš nebo tak. Když se něco stane na kajaku, tak prostě vyplaveš na druhé straně... Zkrátka jsem se víc bál, že se zraním, než že se utopím. A tak myslím, že kajak pro mě byla dobrá volba.

To je asi maminka ráda, žeš tu změnu udělal, ne?

Maminka? Je přirozené, že si o mě dělá starost, ale v zásadě je spokojená. Není to jen tím sportem, je to zkrátka životní styl kajakářů – úžasný životní styl. Je to proto, že tenhle sport přináší rovnováhu mezi prací a hraním, i když se většinou zdá, že máme toho hrani mnohem víc než práce.

„ když se něco stane na kajaku, tak prostě vyplaveš na druhé straně

Dočetl jsem se, že se chceš víc věnovat ježdění na vodním skútru, tedy jetski.

Co v tobě vzbuzuje takovou vášně pro motorizované plavidlo, když tak skvěle ovládáš svůj kajak?

Rád bych se tomu věnoval ještě víc, ale není to zrovna moc přátelské k životnímu prostředí. Prostě se mi líbí ty možnosti, které jetskiing na řekách má. Ne na malých řekách, ale na velkých. Pro mě je to takový přechod mezi motokrosem

TIP: Více o Samovi hledejte na www.sam-sutton.com.



☑ **Sam Sutton na norském vodopádu "Nevěstin závoj", na který si zatím trouflo jen pár lidí na světě.**

a kajakem, je to úžasný způsob jak vidět řeku. Spíše z expedičního pohledu, rád bych totiž udělal něco jako nejrychlejší sjezd Nilu.

Zpátky ke kajaku. Jsi členem adidas Sickline Kayak Teamu. Co jsi udělal pro to, aby ses do týmu dostal a změnilo ti nějak život to, že ses stal členem „bratrstva neohrožených“?

Abych byl upřímný, tak jsem akorát byl na správném místě ve správnou dobu. Když jsem vstoupil do týmu, zrovna hledali pár nových kajakářů a já měl zrovna dobrý rok, tak si mě vybrali. Myslím, že ta hlavní věc, kterou hledají, je někdo, kdo jim poskytne dobrou publicitu. Někdo, kdo se lidem líbí a kdo je bude dobře reprezentovat, takže je potřeba být přátelský. Nebo působit dojmem, že přátelský jsi (smích), a zároveň být dobrý kajakář. Jo, to je to, co hledají, dobrého kajakáře a zároveň přátelského člověka. A pokud jde o to, jak mi to změnilo život? Dalo mi to příležitost prozkoumat svět a být součástí přesně toho kajakování, které si opravdu užívám, a to jsou expedice. A mnoha z těchto expedic, na kterých jsem byl v několika posledních letech, bych se nemohl zúčastnit, nebyť týmu adidas.

Jaké je nejužasnější místo na Zemi, které jsi dosud navštívil?

Nejužasnější místo? Myslím, že musím říct Altaj a Rusko. Je to kvůli tomu, že není jednoduché se tam dostat a zároveň je úžasně tam být. A je to výzva na řece i mimo ni. Lidé v této oblasti, řekl bych, jsou velice podobní krajině, jsou to nádherní lidé, ale také dovedou být velmi drsní. Nevím, jak bych to řekl, jsou to opravdu skvělí lidé, ale mají těžký život, a tak jsou úplně stejní jako prostředí, ve kterém žijí. Stejně jako altajské hory a drsné řeky.

” navrhnout kajak je těžké, vyrobit ho je dost jednoduché

Vím, že teď žiješ v Německu. Našel sis chvíli, abys navštívil Českou republiku? Co si myslíš o českých řekách?

Strávil jsem v České republice spoustu času. Máme s kamarádem firmu na kajaky na divokou vodu, jmenuje se Waka Kayaks a vyrábíme je ve Vyškově, což je 40 km východně od Brna, takže v Česku trávím fúru času. Jediná řeka, na které jsem zatím v Česku pádloval, je Vltava. Je to

dobrá řeka, vždycky se tam bojím jedné přeje, jmenuje se Krvavá ruka (Bloody Hand, v Česku proslulá pod názvem Škvíra – pozn. redakce), to je přeje, na kterou nikdy nezapomenu.

Proč jste si pro výrobu vybrali právě Českou republiku?

Hledali jsme evropskou základnu. A vlastně to bylo kvůli chlapíkovi, který se jmenuje Mike Neckar (Mirek Neckář – pozn. redakce). Založil velkou firmu Necky Kayaks. Když tuhle firmu před 8 nebo 9 lety prodával firmě Johnson Outdoors, kajaky byly na úplném vrcholu. V té době Necky Kayaks vyráběla 200 lodí za den, takže byl asi největším výrobcem kajaků na světě. Ale ještě měl jednu firmu v Česku, tam, odkud pochází, a byl otevřený myšlence, že s ním zkusíme vyrobit nějaké lodě. Věděli jsme, že měl zkušenosti s českými značkami a jejich vysokou kvalitou. Nemusíš si tak dělat starosti s výrobou v Číně. A taky je to blízko našemu trhu. ☑

☑ **Kerala - prodirání se jihoindickou džunglí kajak rozhodně neusnadní.**



Je složité navrhnout a vyrobit moderní kajak? Jaké dovednosti jsou k tomu potřeba?

Navrhnout kajak je těžké, vyrobit ho je dost jednoduché. Je třeba dobře rozumět tomu, jak se kajak chová ve vodě. Abych byl upřímný, tak já tomu vlastně nerozumím, i když jsem strávil spoustu času v kajaku (smích). Já rozumím raftům, ale je jenom hrstka lidí na světě, kteří jsou dobří kajakoví designéři. Dneska se používají PC programy, které generují umělé řeky, a v těch se zkouší, jak se loď bude chovat. Všechny naše kajaky jsou založeny na ručně vyrobených formách. A takhle jsme vyrobili i náš kajak a zdá se, že si ho lidé užívají, že se jim líbí, a to je dobře.

Došlo k nějakému velkému pokroku v kajakářském vybavení za posledních pět let?

To je dobrá otázka, jenom se musím chvíli zamyslet. Vlastně bych řekl, že největší pokrok ve výrobě kajaků spočívá v upravení jejich tvaru pro lepší ovladatelnost v těžších peregích. A pak samozřejmě vesty! Vesta, kterou používám, je skutečně dobrá.

Jakým způsobem si sháníš informace, když se chystáš na prvosjezd?

Hodně používám Google Earth. S Google Earth si můžeš řeku zmapovat a vidíš její spád, takže je jasné, jestli na ni můžeš naskočit, nebo jestli je na kajak moc strmá.

„jestli nemáš rád déšť, není dobrý nápad tam jezdit“

V létě jsi byl s Mírou Kodadou (CZE) a Ciaranem Heurteuem (FRA) na úžasné cestě po indické Kérole. Proč jsi vybral tuhle oblast? Co je na ní výjimečného?

Jižní Indie je docela nová destinace. Vždycky jsem chtěl jet do Indie, a taky jsem doufal, že najdu nějaké místo s vodopády. Vytipoval jsem si pár indických kajakářů, se kterými jsem se předtím potkal ve světě, a zeptal se jich, jestli nevědí o nějakých dobrých kajakářských místech na jihu. A oni navrhli, ať zajedeme na Malabar River Festival. Viděl jsem pár fotek toho závodu a oni mi poslali několik fotek řek v této oblasti, a hned, jak jsem ty fotky viděl, jsem si řekl, OK, tam jedu. Měli jsme místního průvodce – byl blázen do Google Earth. A ten nám připravil tak precizní itinerář, že to pak už bylo dost jednoduché. V oblasti je taková hustota řek, že v okruhu 45 minut máš 20 různých řek, na kterých můžeš pádlovat. Není to


i **SAMSUTTON (*1988)**



Novozélandský extrémní kajakář a rafter, trojnásobný vítěz největšího extrémního závodu světa adidas Sickline World Championship (2010, 2011, 2012). Je členem adidas Sickline Kayak Teamu. Na Novém Zélandu mu patří společnost Rotorua Rafting, která pořádá sjezdy na raftech. Je spoluvlastníkem společnosti Waka Kayaks, která vyrábí kajaky ve Vyškově. V současnosti žije v Německu, je ženatý a má dvě dcery.

síjzdné celoročně. Nejhorší je, že se tam musí jet v monzunové sezoně, takže jestli nemáš rád déšť, není dobrý nápad tam jezdit. Řeky jsou závislé na deštích, které je napájí, takže období monzunu je nejspolehlivější. Ale taky je to nebezpečné kvůli bleskovým zaplávám a takovým věcem.

ALTA VIA GV UPGRADE YOUR CLIMBING PERFORMANCE

  WWW.ASOLO.CZ



ASOLO

- Perwanger kůže
- Vibram® Vertical podešev
- pro plně automatické mačky
- nový Heel Locking systém
- zateplená GORE-TEX® Insulated Comfort membrána





✔ Sam Sutton na vodopádu řeky Verzasca (SUI)

✔ Parťák Sama Suttona Cíaran Heurteau (FRA) při jednom z prvosjezdů v indické Kérale.

budoucí Mekka kajakářů, něco jako Tessin ve Švýcarsku.

Jak ses vlastně poznal s Mírou Kodadou?

Míru Kodadu jsem poprvé potkal před pár lety, když jsem kajakoval po Evropě. Jinak jsme se taky potkali na různých místech po světě a samozřejmě na závodě Devils Extreme Race, který Míra každoročně pořádá na Vltavě pod Lipnem a který jezdím pravidelně vyhrát (smích). Míra bude asi prodávat naše kajaky v Praze. A je teď v našem Waka Kayaks týmu, ale do firmy přímo zapojen není.

Jaké máš plány do budoucna?

Moje budoucí plány? Chtěl bych se dál pokoušet žít, jak to nejlíp jde, což znamená trávit čas s rodinou, kajakováním a nějakým podnikáním...

Same, díky za rozhovor.

Může se tam vydat každý, nebo je to jen pro zkušené borce?

Je to perfektní i pro běžné kajakáře - prvosjezd nemusí nutně znamenat, že to bude extrémně těžké. A můžeš tam udělat prvosjezd každý den, po celý zbytek svého života - tolik řek tam je. Je to pro všechny výkonnostní kategorie, protože můžeš jet kolem řeky, a když přestane být moc prudká, tak na ni hopsnout. Anebo jestli je ti tam vody moc, můžeš na to hopnout o kus níž. Pro každého je snadné najít si ten správný úsek řeky. Na světě moc podobných oblastí není.

„ jsou to nádherní lidé, ale také dovedou být velmi drsní

Myslíš si tedy, že se Kérala stane vyhledávanou kajakářskou destinací i pro Evropany?

Jo, myslím, že to bude místo, které bude přitahovat spoustu evropských kajakářů. Protože je levně se tam dostat, je extrémně levně tam být a je tam úžasná kultura. Lidé jsou přátelší a řek je nekonečně moc a jsou úžasné. Takže ano, bude to populární destinace, taková

TIP: Další články o vodáckých osobnostech a expedicích naleznete na www.HYDROmagazin.cz

HYDRO
VODÁCKÝ MAGAZÍN
www.hydromagazin.cz



adidas

vyhrajte nad zimou

terrex climaheat ice jacket

Výplň PrimaLoft® Down Blend kombinuje to nejlepší z obou světů: voděodolné prachové perí a ultra jemné mikrovlákno PrimaLoft®. Zaručuje vysoký výkon i v extrémních podmínkách.

climaheat

adidas.com/climaheat

Zakoupíte ve vybraných prodejních sítě

 **ROCK POINT**
OUTDOOR EXPERT

Brno: Rock Point, Masarykova 16 • **Praha:** Rock Point, OC Atrium Flóra, Vinohradská 151 • Rock Point, OC Letňany, Veselská 663 • Rock Point, OC Arkády Pankrác, Na Pankráci 86 • **Plzeň:** Rock Point, Americká 54 • **Olomouc:** Rock Point, OC Olympia, Olomoucká 90 • **Ostrava:** Rock Point, Avion Shopping Park, Rudná 3114/114

Střípky z outdooru

Nový běžecký web

Začátkem roku 2015 bude spuštěn nový web o běhání určený pro ty, kteří běhají jen tak pro radost, ale i pro seriózní běžce, účastníky ultramaratonů a horských běhů (i když i ti běhají pro radost). Budou tu novinky z běžeckého světa, termínovka závodů a profily běžeckých osobností, tipy pro zlepšení tréninku, testy běžeckého vybavení, diskuze a překvapení, které všem běžcům ulehčí každodenní trénink. Pojdte si s námi zaběhat! Doménu zatím zatajíme, informaci o spuštění najdete na Pohora.cz.

Lezecká stěna v Brně

Počátkem listopadu byla otevřena zcela nová HUDY stěna. Na Vídeňské ulici 99 čeká lezce všech výkonnostních kategorií celkem 2000 m²

lezeckých stěn o výšce až 16 m a převisem až 8 m. Můžete se těšit na desítky zajímavých linií, samojistící zařízení nebo oddělený výukový sektor zahrnující i možnost nácviku jistění ve stanovišti a slanění. Součástí je půjčovna a zázemí s barem.

Databáze treků na Pohora.cz

Na Pohora.cz najdete novou databázi treků z celého světa s vyhledáváním podle místa, délky či obtížnosti. Už teď je v databázi více než 300 treků z nejčastějších destinací. Prošli jste pěkný trek, který tam není? Pomozte nám databázi rozšířit! Stačí vyplnit formulář na základě zkušeností z cesty, inspiřujete další čtenáře a získáte roční předplatné časopisu Svět outdooru.



Vyhrajte nad zimou

Pokud nakoupíte do 15. prosince v Rock Pointu zboží adidas za více než 1000 Kč a dobře odhadnete, kolik výškových metrů nastoupal Libor Uher v rámci tréninku na expedici Broad Peak, vyhrajete účast na březnovém adidas Outdoor kempu na rakouském Dachsteínu. Šest nejpřesněji tipujících si tam vyzkouší skialpinismus, pohyb po ledovci nebo ledolezení. Chybět nebude ani vyzkoušení záchrany z ledovcové trhliny a laviny. Více na www.VyhrajteNadZimou.cz.



TERNUA 

LANDS END M/W
2599,-Kč

Cena pro členy
ZÓNA klubu:
1599,-Kč

Akce platí do vyprodání zásob.

www.rockpoint.cz

 **ROCK POINT**
OUTDOOR EXPERT

Jak otestovat riziko laviny

Testy stability sněhové pokrývky pro pohyb ve volném terénu

Laviny jsou vedle náhlých změn počasí největším nebezpečím při pohybu ve sněhem pokrytých horách. Nebezpečí je možné minimalizovat při dobré přípravě zimního výletu. Nicméně, konečné rozhodnutí, jestli se pohybovat na tom či onom svahu, se dělá až přímo na místě, nejlépe pomocí některého z testů stability sněhové pokrývky. Výběr vhodných subjektivních a objektivních testů uvádíme v tomto článku.

Stav sněhové pokrývky v každém místě je závislý na mnoha proměnných od počasí přes orientaci svahu, tvar a povrch terénu, převládající směr větru, až po možnost usazování sněhu, sklon svahu atd. Zjištění stability sněhu tak není vůbec jednoduché, může se snadno stát, že jen pár metrů od testu má svah úplně odlišné vlastnosti a při jeho zatížení spustíte lavinu. Proto je správný odhad místa provedení testu velmi důležitý.

Pro pohyb ve volném terénu je test stability sněhové pokrývky zásadním zdrojem informací o aktuálním lavinovém nebezpečí. Existuje velké množství různých testů, uvedeme především ty z nich, které mají praktický užitek pro skialpinisty, freeridery, snowboardisty a sněžničáře při pohybu terénem s možným pádem sněhových lavin. Kromě testů oficiálně schválených IKAR (Mezinárodní komise pro záchranu v horách) a dalšími lavinové zaměřenými organizacemi

(sněhový profil, klouzavý blok, norská sonda, pytlíkový test apod.) existují testy používané jen některými organizacemi nebo zkušenými praktiky. Vybrali jsme ty nejznámější, všechny testy najdete podrobně popsáné (včetně obrazové dokumentace) na webu TuleniPasy.cz.

Testy stability sněhové pokrývky

Zjištění sněhového profilu spočívá ve vykopání díry a zjištění tloušťky, vzájemného stavu a tvrdosti jednotlivých vrstev, tedy zjištění nestabilních vrstev, přilnavosti starých a nových vrstev a historii usazování sněhu. Na začistěné stěně výkopu zjišťujeme odshora dolů tvrdost vrstev vtlačněním celé pěsti, čtyř prstů, jednoho prstu, tužky či nože. Pomocí lavinové sondy s měřítkem určujeme tloušťky jednotlivých vrstev a vytvoříme sněhový profil. Ten případně nakreslíme na papír. Obecným pravidlem je, že pokud rozdíl v tvrdosti dvou vedlejších vrstev je pouze jeden stupeň (použijeme ke zjištění tvrdosti sousední nástroj, tedy pět-čtyři prsty, tužka-nůž apod.), je pravděpodobnost sesuvu jedné vrstvy po druhé malá. Pokud sousední vrstvy mají rozdíl dva stupně a více, pravděpodobnost uvolnění laviny roste. Nejvyšší je potom pro kombinaci pět a nůž. Ve sněhovém profilu se zvlášť věnuje pozornost stavům jako pohyblivý sníh, promáčené vrstvy, křusta a ledové vrstvy a rozhraní mezi starým a novým sněhem. V jednotlivých vrstvách je potřeba sledovat jejich soudržnost, vlhkost a tvar krystalů. Sněhový profil uvádějí pro určité oblasti lavinové preventivní horské služby v rámci lavinové předpovědi.



☒ Určení sněhového profilu ve svahu pod Sedielkem ve Vysokých Tatrách.

Stupeň	Způsob vtlačení do sněhu	Název	Anglicky	Odpor [N]
0	Pěst	velmi měkký sníh	F fist	<20
1	Čtyři prsty	měkký sníh	4F four-finger	20-150
2	Jeden prst	středně tvrdý sníh	1F one-finger	150-500
3	Tužka	tvrdý sníh	P pencil	500-1000
4	Nůž	velmi tvrdý sníh	K kníže	>1000
5	Nejde zarazit nůž	led	I ice	



▲ Sněhový profil s rastrem 5 cm (nahore). Výkop pro zjištění sněhového profilu nemusí být velký, stačí jedna osoba (dole).

Zápis z tohoto testu je v plhodnotné verzi s údaji jako teplota v jednotlivých vrstvách, velikost a tvar sněhových krystalů atd.

Klouzavý blok je testem, který je snad nejoblíbenější u základních i pokročilejších lavinových a skialpových kurzů díky vícenásobnému využití jednou vykopaných děr. Ve svahu o sklonu minimálně 30° uděláme výkop široký 1,6–2 m (podle délky lyží nebo snowboardu) až na podklad (nebo minimálně 1,5 m). Po obou stranách vykopeme na šířku lopaty výkop po svahu nahoru (1,5 m od hrany). Na konci blok odřízneme lankem s uzlíky, sněhovou pilou nebo oddělíme výkopem. Klouzavý blok byl poprvé použit švýcarskou armádou v roce 1987. Test má dobrou vypovídací hodnotu pro předpověď lyžařem uvolněných lavin.

Výsledky testu klouzavého bloku se mohou na jednom svahu významně měnit a je možné, aby stupeň 1 byl hned vedle stupně 7. Jeden test klouzavého bloku tak musí být brán s ohledem na tuto skutečnost (to ovšem platí o většině testů)! Zvýšení o jeden stupeň je při klouzavém bloku s každými deseti stupni sklonu testovaného svahu. Klouzavý blok musí být pojímán velmi obezřetně na základě zkušeností a znalostí terénu. Svah může být velmi proměnný a rozhodnutí na základě jednoho testu se může následně dost nepěkně vymstít.

POZOR! Pokud není odříznuta zadní část, nejedná se o klouzavý blok, ale o něco úplně jiného – název si můžete zvolit libovolný.

Vyhodnocení	Stupeň při klouzavém bloku	Činnost nutná k vyvolání sesuvu vrstvy
Červená	1	Blok nebo jeho část se sesune během kopání nebo odřezávání
Červená	2	Lyžař nastoupí na blok z horní strany a lehce stoupne na horní část bloku (cca do 35 cm od horní hrany)
Červená	3	Bez zvedání nohou lyžař zatlačí dolů z propnutých nohou do dřepu a zpevní tak vrstvu
Žlutá	4	Lyžař vyskočí, dopadne do stejného místa a utemuje tak vrstvu
Žlutá	5	Lyžař skáče opakovaně na totéž místo jako 4
Zelená	6	- pro tvrdé nebo tlusté vrstvy sundat lyže a skákat na stejném místě - pro měkké a tenké vrstvy, kde skákáním bez lyží můžete prorazit vrstvu na spodní, posunout se dolů na lyžích o dalších 35 cm téměř do středu bloku, zatlačit jednou a potom třikrát skočit
Zelená	7	Žádný z předchozích bodů nemá za následek uvolnění vrstvy

Charakter sesunu	Popis
Náhlý rovinný	Náhlý rovinný zlom v jednom kroku a blok lehce sjede po slabé vrstvě
Odolávající rovinný	Rovinný zlom vyžaduje víc než jeden krok k uvolnění a/nebo blok hůře sjíždí po slabé vrstvě
Náhlé zhroucení	Zlom náhle přejede přes blok jedním krokem a způsobí posuv vrstvy
Postupující stlačení	Zlom přejede přes blok v jednom kroku a je následován postupným stlačením vrstvy několika následnými kroky
Nerovinné zborcení	Nepravidelný zlom

Klouzavý blok

- + Větší testovací plocha jej dělá spolehlivějším než jiné testy
- + Praktická ukázka toho, co se stane s lyžařem na svahu
- + Snadné vysvětlení
- + Kvantifikovatelný test
- Trvá delší dobu než ostatní, se sněhovou pilou docela rychlý
- Horolezci jej musí dělat v botách, což ovlivňuje výsledek

✓ Ukázka praktického provedení testu klouzavého bloku na strmém svahu.





Nastavovaný sloup – test zjišťuje, kolik dodatečného sněhu na izolovaném sloupu způsobí jeho sesunutí, tj. jaká další sněhová vrstva může způsobit lavinu. Na svahu s minimálním sklonem 30° se vykope a od okolí odřízne sloup o libovolném průřezu (standard je 30×30 cm). Na něj se opatrně pokládají odjinud vyříznuté sněhové bloky o stejném průřezu. Čím je sněhový profil stabilnější, tím větší hmotnost je potřeba k tomu, aby se zřítíl. Vezme-li se v úvahu hustota dodatečných sněhových bloků (pro každý typ sněhu jiná), je test kvantifikovatelný.

Nastavovaný sloup

- + Dobrý pro předpověď, kolik dodatečného sněhu způsobí sesuv
- + Snadné vyhodnocení
- + Nejlépe s rovnou plochou sněhu
- + Kvantifikovatelný test
- K jeho provedení je potřeba víc času
- Malá testovací plocha
- Je potřeba vzít v úvahu hustota přidávaných sněhových bloků

▲ Ukázka principu nastavovaného sloupu za nevhodných podmínek, kdy není možné vytvořit stejně velké sněhové kvádry.

i JAN „PALIČ“ PALA



Zajímá se o cokoli, co je spojené se skialpinismem, freeridem a lavinami. Publicista a šéfredaktor

webu se zaměřením na všechny druhy pohybu v zimních horách TuleňPasy.cz (od r. 2009 vede jeho předchůdce, web MountainSki.cz). Lyžoval v mnoha pohořích od Severní Ameriky přes Evropu i Asii až po dálněvýchozí Kamčatku. Má několik českých prvosjezdů, je hlavním autorem knihy Hory a sníh a spoluautorem knihy Horolezecká abeceda. Je také autorem řady článků v tomto skialpinistickém vydání Světa outdooru.

www.TuleňPasy.cz

MOIRA®



ČESKÝ
VÝROBCE
FUNKČNÍHO
PRÁDLA



Foto: Robert Vano

www.moira.cz

Aktivní testy stability sněhové pokrývky na svahu

Tyto testy vyžadují plné aktivní zatížení testovaného svahu, ať už „přírodními“ pomůckami, jako jsou převěje, kamenný blok nebo sněhová koule, nebo přímo samotným člověkem.



✓ Zajištěný nejtěžší člen skupiny najíždí ze sedla s cílem maximálně zatížit strmý svah.

Seříznutí lyžemi – pokud může dojít na svahu ke spuštění laviny, je lepší, když k tomu dojde kontrolovaně a s minimálním rizikem. Z jednoho bezpečného místa na začátku žlabu nebo svahu si určíme druhé bezpečné místo o kus níž na protější straně. Rychle přejedeme níž při maximálním zatížení lyží nebo poposkakování na nich. Při tomto testu je možné uvolnit lavinu. Pokud jsou jakékoliv pochybnosti o možných následcích spuštění laviny, je vhodné se tomuto testu vyhnout. Tento test by se měl opakovat při každé náhlé změně sklonu svahu (typicky nájezd do Flašky nad Brnčalovou chatou). Zkušení jedinci dělají tento test instinktivně na jakémkoliv svahu, který mají v úmyslu sjet. Testovací lyžař nebo snowboardista by měl být zajištěn lanem, jak ukazuje doprovodná fotografie.

Seříznutí lyžemi

- + Rychlé
- + Vhodné pro nový sníh se svrchními slabými vrstvami
- Pro jednoho člověka nepoužitelné na tvrdých deskách nebo hluboko uložených nestabilních vrstvách
- Nebezpečné při špatném provedení nebo při nepoužití lana na nebezpečných místech

Utržení převěje – převěj je dobrou přírodní bombou. Je vhodné najít převěj, která má odhadem hmotnost větší než nejtěžší člen skupiny – nejlépe jeho několiknásobek. Převěj zkusíme odříznout nebo odkopat. Stabilitu svahu výborně prokáže převěj velikosti lednice nebo malého auta. Čím menší je převěj, tím méně prokazatelný je tento test. Pozor na to, že převěje se mohou uvolňovat daleko od hrany. Další možností je hodit na svah těžký kámen nebo kameny. Nejzábnější ale může být vytvoření velké sněhové koule na sněhuláka na hřebenu a její spuštění svahem dolů. Může se najednou účastnit více výletníků a spojit to se soutěží, kdo co nejrychleji vytvoří velkou kouli nebo která koule utrhne na svahu víc sněhu. Tímto způsobem je možné získat bezpečný svah pro sjezd při nestabilních podmínkách – tím, že na něj spustíme lavinu. Pozor, předem je nutné se ujistit, že na svahu pod převějí nikdo není.

Utržení převěje

- + Pravděpodobně nejlepší test svahu bez použití výbušnin
- + Snadná interpretace
- Velmi nebezpečný při špatném provedení
- Malé převěje nezpůsobí dostatečnou zátěž svahu pro spolehlivý test
- Převěje nejsou vždycky k dispozici

Jak už bylo řečeno, jsou v článku uvedené pouze tři pasivní a dva aktivní způsoby zjišťování stability sněhové pokrývky. Podrobný přehled doplněný o obrazovou dokumentaci je na webu TuleniPasy.cz.



➤ Odkopávání převěje, aby bylo možné ji utrhnout a spustit na svah. Opět nutnost zajištění lanem.



Multičína

Brutální multidisciplínové závody v Zemi draka

Když naše západní civilizace něco vyprodukuje, Číňan to velmi zručně obkreslí, vyrobí větší a vyrobí toho víc. Když jsem vyrážel v roce 2011 do Číny poprvé, nenapadlo by mě, že nás o tři roky později budou čekat čtyři cesty do Číny, celkově na sedm závodů. Jestli bude tento trend pokračovat, bude příští rok minimálně... zajímavý.

Čínský multisport

Číňani multisportovní závody pořádají už deset let. Zpočátku se jednalo jen o dodnes nejpřesvědčivější závod Wulong Mountain Challenge, až se během posledních let s podobnými závody roztrhl pytel a staly se svébytnou disciplínou. Jak vlastně vypadají?

Jedná se o dvou až pětidenní etapové multisportovní závody většinou čtyřčlenných týmů. Etapa obvykle trvá 4 až 6 hodin a skládá se z běhu, jízdy na horském kole, pádlování a nějaké lanové disciplíny. Občas Číňani přihodí in-line brusle, plavání nebo nějakou netradiční disciplínu, jako je nesení princezny, lov krocanů apod. Co den, to jedna etapa. Etapa má 50–100 kilometrů. Žádná navigace, trasa je značená. Každý den ráno vás pořadatelé vyvezou z hotelu, odzaváděte

si svou porci kilometrů a disciplín, nasednete do autobusu a dojedete zpět na hotel. Večer si přichystáte věci do dep na další den a vše se opakuje. Na první pohled to připomíná malý etapový cyklistický závod, jak je známe od nás. Omyl. V Číně není nic malé. A čínské poměry tento závod posunují někam za Alenčino zrcadlo z říše divů.

Země hojnosti, země Číňanů

V Číně je všeho dostatek, především lidí, přesněji „pracovních sil“. U nás by se závod pro 100 lidí pořádal s pár dobrovolníky, tady je pořadatelů několik tisíc. Většinou jsou to osoby zbavené jakéhokoliv samostatného myšlení, s přesně přiděleným jedním úkolem, který by ani nebyl třeba, kdyby jich nebylo tolik. Všude se motají, přidělávají si práci navzájem, v principu nic neumí, ale je jich hodně. Komunikace směrem shora dolů (udílení pokynů) funguje perfektně, dotazy zdola nahoru se většinou ztratí při předávání mezi úrovněmi a komunikace vodorovně nefunguje vůbec. Objeví-li se nějaký problém, první prioritou není jej vyřešit, ale zamaskovat. Jak před závodníky, tak před šéfy. To jde při jejich komunikaci dost těžko, a tak dochází ke groteskním situacím, protože nikdo neví, co dělá a ví ten druhý. Většinou nic.

» nejlepší týmy na světě, prize money, vsudypřítomné brutální horko a tisíce fandících Číňanů

Novodobé čínské heslo by mohlo znít: „Malými problémy se nezabývej. Měň malé problémy ve velké, na řešení velkých problémů máš vždy dostatek lidí.“ Nejbizarnější je, že to funguje. I ty nejbanálnější záležitosti řeší desítky Číňanů jako pohromu, ale nakonec vše vyřeší. Dokážeme všechno. Yes, we can (do better than USA).

Číňani chtějí vždycky to nejlepší. Pozvou z celého světa nejlepších 10–15 týmů, a aby tam nechaly skutečně všechno, přihodí nějaké prize money, v rozpočtu na tyhle monstřáky to nehraje roli. Profesionální týmy z Nového Zélandu, Austrálie a podobně nemáme šanci porazit, tak většinou

bojujeme někde na hraně první desítky, někdy lépe, někdy hůře. Když jsme letos v září obsadili na dvou závodech dvojic a trojic 7. a 8. místo, jednalo se o historicky nejlepší výsledek českého týmu v Číně v tomto sportu. Nejlepší týmy na světě, peníze, všudypřítomné brutální horko, žádná navigace a tisíce fandících Číňanů z těchto závodů činí ty nejnašlapanější multisportovní závody na světě.

Záliba v překvapení

Olympijské heslo „Není důležité vyhrát, ale zúčastnit se“ v Číně dostává nové rozměry. Všechno je jiné než u nás (jen závodníci a disciplíny jsou podobné), a tak si člověk především pamatuje to okolo. Číňan má tendenci z každého závůdku dělat olympiádu a z olympiády galaktické hry...

Čína je brutální. Mnoho závodů probíhá v krasové oblasti. A tak trasa závodů vedoucí po řece

Autor: Pavel Paloncý

Absolvent MFF UK v Praze a původně orientační běžec se nyní věnuje horským ultraběhům, nepohrdne ani horským kolem nebo kajakem. Nejraději má vše dohromady v závodech typu Adventure Race.



kolem obrovských skalních útesů, bran a oken, několikakilometrové systémy jeskyně Furong, kdy se prostě „protunelujeme“ z jedné strany kopce na druhou, dlouhé slaňování skal i mrakodrapů by stačilo na ohromení samo o sobě. To všechno tvoří jen jeden z mála dílů mozaiky, z nichž valná většina je mi i po všech těch návštěvách Číny stále skryta. O závodech v Číně za posledních pár let a o Číně jako takové bychom mohli mluvit ještě dlouho a zdaleka by to nebylo kompletní, při každém dalším závodě mě něco překvapí. Jedna věc nás už nepřekvapí, ale vždycky s ní bojujeme. S horkem. Vždy a všude. Ať už jsou závody na pobřeží nebo na kraji Gobi, v dubnu nebo v listopadu, vždycky je tam horko. A vždycky je větší, než naše těla zvládají. Schopnost vypořádat se s horkem je naprosto zásadní.

Je toho daleko víc, co se dá v Číně zažít a utkví to v paměti. O betonu, smogu a rozvoji, sbírání biozeleniny a nošení princezny, o čínském jídle, hadovi na trase, krabovi ve stanu a želečkářích v obchodě, o tom někdy přistě.




 Chris Davenport is shown from the waist up, standing on a snow-covered mountain peak. He is wearing a green jacket, dark pants, and a cap. He has his skis and poles on the snow. The background shows a vast, snow-covered mountain range under a clear blue sky.

Chris Davenport

Lyžoval jsem na úžasných místech

Američan Chris Davenport je velkou postavou světového skialpinismu a extrémního lyžování. Jsme rádi, že jeden z prvních rozhovorů s ním pro česká média nechybí ve vydání Světa outdooru s tématem skialpu.

Chrisi, jsi velmi známý propagátor všech odvětví lyžování ve volném terénu, jak ses vůbec k lyžování dostal?

Lyžování si vybralo mě. Motivaci jsem měl od svých rodičů, neboť jsem vyrůstal v lyžařské rodině. Můj otec lyžoval závodně, stejně jako prarodiče. Po úspěších v závodním sjezdovém lyžování jsem hledal další zajímavé oblasti, což mě vedlo k freeridu, skialpinismu, touringu a obecně k pohybu v horách. Byl to opravdu postupný vývoj v mé lyžařské kariéře. V lyžování je pořád spousta zajímavých věcí, díky nimž je stále co objevovat, a je to výborná zábava.

Jsi dvojnásobný mistr světa v extrémním lyžování; co je v tvém dlouhém přehledu výborných výsledků z různých soutěží hned za těmito světovými tituly?

Kromě dvou světových titulů kladu na přední místo další dvě ceny. Jednou z nich je bronzová medaile z roku 1998 z ESPN X-games, což byla kombinace sjezdového lyžování a skoků ve snow-parku. Druhou cenou je vítězství ve stejném roce na 24 hours of Aspen, což je mistrovství

světa v nepřetržitém lyžování po dobu 24 hodin. Během jednoho dne jsem nalyžoval přibližně 80 000 výškových metrů, byla to nejtěžší věc, jakou jsem z hlediska fyzické námahy v životě udělal.

Lyžoval jsi také na Mt. Everestu. Jak se ti lyžovalo v tak velkých nadmořských výškách? A byl jsi i někde jinde v hodně vysokých horách?

Everest byl mou čtvrtou návštěvou Himálaje. Předtím jsem byl už na Makalu, Annapurně a sedmitsícovce Baruntse. Měl jsem tak dobré zkušenosti z předchozích návštěv, na druhou stranu jsem měl z Makalu i špatné zkušenosti s výškovou nemocí. Na Everestu jsem byl jako vůdce s jedním klientem. Všechno nám vycházelo výborně, neměli jsme žádné problémy, žádnou výškovou nemoc. Vrcholový den nám vyšel perfektně a s dokonalým počasím. Lyže jsem bral s sebou jen pro případ, že bude příležitost. A byla, protože jsme po aklimatizaci a sněhové bouři měli u třetího výškového tábora vynikající čerstvý sníh. S lyžemi jsem se dostal kus nad třetí výškový tábor a díky podmínkám se jednalo o jeden z mých nejlepších sjezdů, jaké jsem v životě absolvoval. Bylo to v tak obrovských prostorách, tak vysoko a za takových výjimečných podmínek! K tomu tam byly stovky lidí stoupajících na fixních lanech, kteří mě sledovali, povzbuzovali, křičeli atd. Byl to úžasně silný zážitek.

» sjezd na Mt. Everestu byl jeden z nejlepších sjezdů, jaké jsem v životě absolvoval

Po takovém famózním lyžování na Everestu vyzní možná nevhodně otázka, které jsou tvé oblíbené lyžařské oblasti, protože v životě jsi už stihnul lyžovat téměř na celém světě.

To je těžká otázka, protože na světě je tolik úžasných míst na lyžování. Samozřejmě, že očekávaná odpověď by byla, že tady doma v Aspen, protože miluju zdejší hory. Cestoval jsem do

tolika úžasných míst, že je těžké něco vybrat. Vyloženě jsem se zamiloval do lyžování v Antarktidě a na Špicberkách, při výstupech a sjezdech je tam výhled na oceán a končí se na úrovni vodní hladiny, což je fantastické. Pro big mountain skiing je mou nejoblíbenější oblastí Aljaška, kde jsou podmínky, kvalita i množství sněhu opravdu spektakulární a podobné nejsou nikde jinde na světě. A samozřejmě, mám velmi rád Alpy od Francie přes Švýcarsko až po Rakousko. Zatím jsem ještě nelyžoval ve Slovinsku. Znáš to tam?

Ano, do Slovinska jezdím, ať už pracovní nebo na hory. Terény jsou tam výborné v Julských Alpách, Karavankách nebo Kamniško-Savinjských Alpách. Pokud to jde, tak si v zimním období s sebou беру i lyže. Chystáš se do Slovinska?

Ano, chystám se do Julských Alp jak na lyžování, tak na lezení. Už jsem strávil spoustu času ve Švýcarsku, Francii i v Rakousku. Mám také hodně rád Dolomity. Zvlášť pro lidi z Ameriky jsou Alpy úplným magnetem, protože máte horskou kulturu, spoustu krásných chat a snadný přístup do hor.

Máš ještě vůbec nějaké místo, kde jsi dosud nelyžoval a rád by ses tam vydal?

Ano, samozřejmě, zatím jsem nelyžoval v Rusku. V únoru 2015 se chystám do oblasti Krasnaja Poljana, kde byla lyžařská část ZOH 2014 v Soči. Doufám, že si tam dobře zalýžuju, hory tam vypadají ideálně pro freeride.

Největším problémem u lyžování ve volném terénu jsou laviny, jejich prevence a minimalizace rizika. Jak se s tím vyrovnáváš ty?

Používám nejnovější technologie, takže samozřejmě je lavinová trojice. Dále mám nový lavinový batoh Black Diamond JetForce a vždycky používáme vysílačky a různé komunikační prostředky. Nejdůležitějším nástrojem pro všechny, kteří se pohybují ve volném terénu, jsou

✔ *Strmý úzký žlab je to pravé na pořádné rozehrání při lyžování.*

informace o předpovědi počasí, lavinové předpovědi a aktuální informace od kamarádů, kteří v dané oblasti byli krátce před vámi. Lidé se velmi často vypravují do volného terénu, aniž by měli dostatek informací. Pokud je nemá, není schopen dělat správná rozhodnutí. Je to jako dělat domácí úkol. Zkoušku z matematiky neuděláš, pokud jsi předtím poctivě nedělal domácí úkoly. Nabádám lidi, aby se do volného terénu vydávali až potom, co udělají své domácí úkoly. ➤

i CHRIS DAVENPORT (*1971)

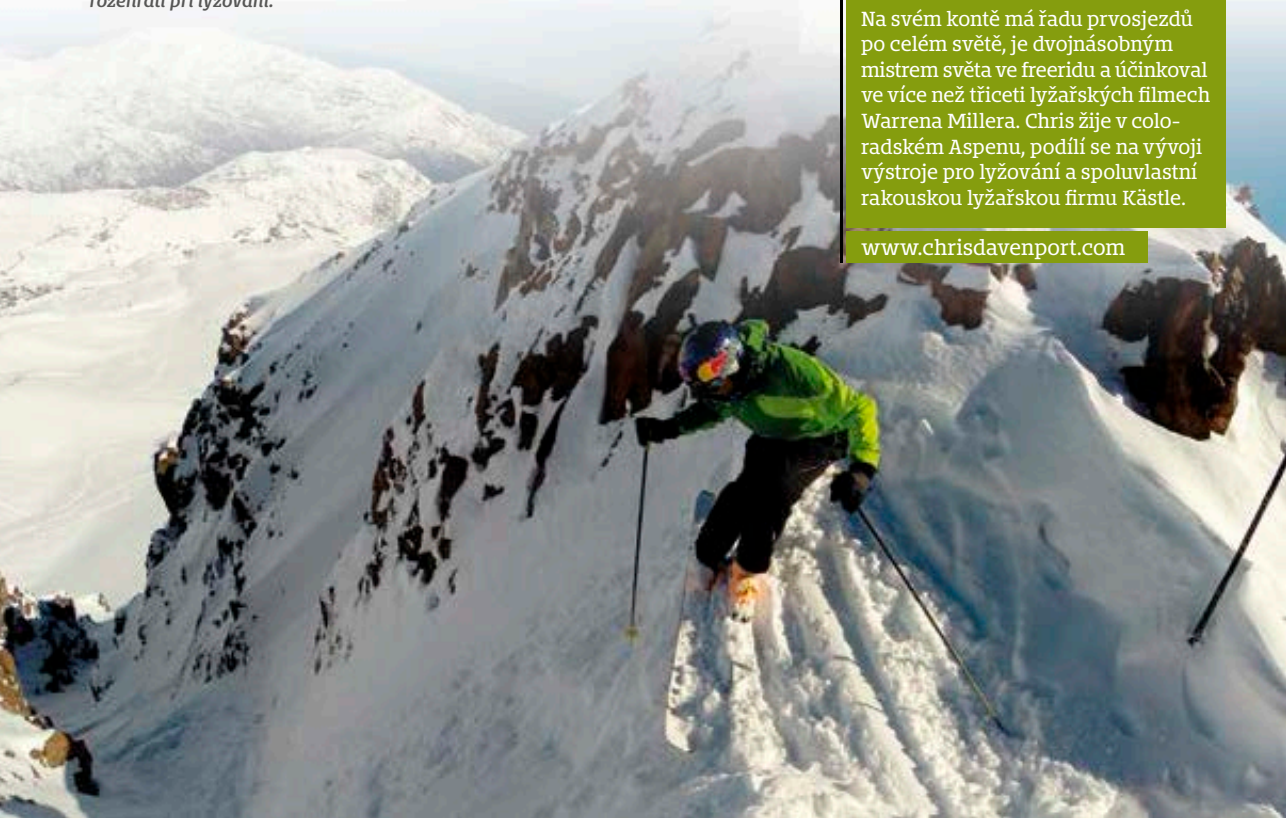


Chris je považován za jednoho z předních „big mountain“ lyžařů současnosti. Jako první zlyžoval za

necelý rok všech 54 coloradských vrcholů nad 14 000 stop (4270 m). K dokončení dalšího projektu 100 nejvyšších vrcholů Colorada mu chybí posledních pět kopců.

Na svém kontě má řadu prvosjezdů po celém světě, je dvojnásobným mistrem světa ve freeridu a účinkoval ve více než třiceti lyžařských filmech Warrena Millera. Chris žije v coloradském Aspenu, podílí se na vývoji výstroje pro lyžování a spoluvlastní rakouskou lyžařskou firmu Kåstle.

www.chrisdavenport.com



Musíš být vždycky připravený. Dnes jsou k dispozici vynikající zdroje informací na internetu. Je potřeba je jen používat. Působil jsem jako ředitel American Institute of Avalanche Research and Education. Trávil jsem spoustu času propagačí výuky v oblasti lavinové prevence a lavinového nebezpečí.

Jsou dvě technologie - jedna je reaktivní a druhá proaktivní. Reaktivní technologie, jako je lavinový vyhledávač a lavinový batoh, používáme, jenom pokud uděláme špatné rozhodnutí. Oproti tomu proaktivní technologie umožňují dělat správná rozhodnutí. Příkladem je sonda AvaTech SP1, což je nové zařízení pro analýzu sněhového profilu. Představila ho start up společnost AvaTech, kde jsem také investorem. Zjištění sněhového profilu normálně zabere půl hodiny, sonda SP1 to zvládne za méně než deset vteřin. Je to nová technologie, která je poměrně drahá na výrobu, a proto je v prvním kole určena pro dálniční oddělení v horách, lavinové profesionály apod. V příštím roce by se měla objevit uživatelská verze, jejíž cena by měla být kolem 600 USD.

Předpokládám, že během několika málo let přijde masivní zvýšení dat použitelných pro bezpečný pohyb ve volném terénu. Data jsou znalostmi a silou. Čím víc budeme znát, tím správnější rozhodnutí můžeme dělat. To je má teorie pro pohyb ve volném terénu. Připrav se, jak nejlépe to jde, a vždycky měj v záloze i plán B. Pokud se necítíš bezpečně nebo se ti nezdá, že je ten správný den, vždycky se můžeš obrátit a zkusit něco jiného tak, abys nebyl zklamán.

Stoprocentně s tebou souhlasím a myslím si, že v USA nebo v Evropě se získáním informací nebude problém. Ale co ve vzdálených oblastech, kde neexistuje lavinová předpověď a předpověď počasí je omezená?

Pokud jsi v odlehlých oblastech, je velice důležité, aby s tebou byl ve skupině lavinový nebo sněhový profesionál, člověk, který dobře rozumí procesu hodnocení sněhové situace. Každý rok jezdíme do Antarktidy, ale protože tam nikdo nebyl 9-10 měsíců, netušíme, jaký je aktuální stav sněhové pokrývky. První den proto vyrazíme zjistit aktuální podmínky a stabilitu sněhové pokrývky. Musíme podrobně sledovat různé hodnoty, nadmořské výšky a sklony svahů. Hory k nám hovoří a my je musíme sledovat s očima otevřenými. Postupujeme pomalu, první den jsme v mírných terénech a získáváme důvěru k horám. Pokud pojedou zítra do Julských Alp, aniž bych měl předem jakékoliv informace k aktuální situaci, použiju stejný postup. K horám přistupuji s velkým respektem a pokorně.

Co si myslíš o novém lavinovém batohu Pieps JetForce, který pravidelně používáš? Měl jsem ho na vyzkoušení dva týdny a byl jsem příjemně překvapen jeho vlastnostmi.

Jedná se o nový výrobek, který se v několika následujících letech určitě ještě vylepší. Byl vyvíjen několik let a musela se vyřešit řada problémů spojených s touto novou technologií. I další

CRAFT 
FUNCTIONAL SPORTSWEAR

CRAFT WARM WOOL

Toto prádlo bylo u dovršení Koruny Himálaje. A obstálo.

UNIKÁTNÍ VLNA CRAFT

Nová generace funkčního prádla optimálně kombinující merino vlnu a polyester.





► *Prašan v pásmu lesa je v USA nadýchaný a lyžař se v něm v obloucích krásně ztrácí.*

firmy, tuším že Arc'teryx a Salomon, vyvíjejí něco podobného, ale zatím se jim to nepovedlo dokončit. Technologie je to opravdu výborná a bude se dál vyvíjet. Myslím si, že výrobek, který bude za pět let, bude podstatně lepší, mnohem lehčí a lépe integrovaný než dnes. Současný JetForce je velmi dobrý, vyžaduje ale trochu tréninku pro porozumění jak jej správně používat. Možná je trochu těžší, než by musel být, i když hmotnost je obdobná jako např. u standardního Snowpulse R.A.S. Uvidíme.

Hodně se zabýváš vývojem nových výrobků pro použití ve volném terénu.

Jak to probíhá a co aktuálně používáš?

Ano, jsem hodně zainteresovaný na vývoji a testování nových věcí. Jsem například spolujeditelem rakouské lyžařské firmy Kästle, kde se snažíme vyvíjet co nejlepší lyže pro freeride. Scarpa mě přivedla před třemi lety k vývoji freeridové boty Scarpa Freedom SL, která je dnes jednou z nejprodávanějších bot. Freedom je velkým úspěchem a opravdu se mi líbil celý postup vývoje. A oděvní společnost Spyder z Colorada má technickou kolekci nazvanou White Spyder, u níž jsem navrhoval všechny modely ve spolupráci s vývojovým týmem. Během této spolupráce jsem se hodně naučil.

Jak se díváš na současný obrovský boom v pintech vázáních vycházejících z původního konceptu představeného Dynafitem před víc než třiceti lety?

Podle mě se jedná o různé variace v základu stejné technologie. Fundamentálně se toho za třicet let od vzniku originálu Dynafit výrazně moc nezměnilo. Dnes samozřejmě máme G3 ION, Diamir Vipeck, SkiTrab TR2, nedávno představený Marker Kingpin. K dispozici je řada různých variací původního konceptu. Každý se snaží vytvořit DIN certifikované vázání z hlediska bezpečnosti a vypínacích sil. Pro mě je aktuálně nejzajímavější Marker Kingpin, na němž, jak vím, pracoval Marker po velmi dlouhou dobu. Znáám také skupinu Salomon-Atomic, která také připravuje nové pintechné vázání, ale dosud je nepředstavili. Nejsem úplný fanoušek Dynafit Beast, myslím si, že v tomhle Dynafit zanevřel na původní záměr pintechné vázání. Používal jsem tohle vázání často, ale pro mě je hodně důležitá hmotnost. Používám proto závodní Dynafit Low Tech Race. Jezdím také závodní Plum. Je výborné mít možnost vyzkoušet si různá vázání od různých výrobců.

A poslední otázka – jaké máš plány na nadcházející zimní sezonu?

Zimu už mám docela naplánovanou a hlavním projektem bude dokončení toho, co nazývám Centennalski projekt, neboť Colorado má přezdívku Centennial, protože se k USA připojilo až



► *Při výletech do hor využíváme také chaty, i když jsou hodně odlišné od těch alpských.*

v roce 1876, tj. 100 let po založení USA. Teď se proto snažím dokončit projekt na výstupy a sjezdy ze 100 nejvyšších vrcholů Colorada. Všechny jsou vysoké přes 4000 m a už mi zbývá posledních pět vrcholů. Dělán to se dvěma kolegy a je to pokračování mého předchozího projektu coloradských čtrnáctitisícovek (14 000 stop, 4270 m). Když jsem zlyžoval všechny čtrnáctitisícovky v Coloradu za mňi než jeden rok, nastavil jsem lyžařskou laťku hodně vysoko. Teď je čtrnáctitisícový projekt hodně populární a roste počet lidí, kteří sjeli všech 54 vrcholů. Proto se teď snažím pokročit o další krok kupředu a posunout laťku výše zlyžováním 100 nejvyšších vrcholů. Je to opravdu zábavné, protože se díky tomu dostanu do oblastí, kam bych se jinak nikdy nepodíval.

Děkují za rozhovor

Tentokrát to bylo o fous

Zpověď Jirky Švihálka po lavinové tragédii na Dhaulágirí

Celý svět oběhla zpráva o mohutném sněžení v několika částech Nepálu, jež zastihlo stovky trekařů napříč regionem a vzalo si desítky životů. Bohužel si ojedinělý přírodní rozmar vzal i životy dvou členů slovensko-české expedice a mohlo to taky dopadnout podstatně hůř. Více o průběhu expedice a neštěstí v BC nám pověděl Jirka Švihálek.

„Zaplať pámbůh, že jsi nebyl jeden ze dvou, kteří neměli tolik štěstí. Měl jsem o tebe velký strach, než se potvrdilo, že nejsi mezi nimi,“ vyhrknu první větu na českého extrémního lyžaře Jirku Švihálka. Z druhé strany sluchátka se ozývá prosté a upřímné: „No, tentokrát to bylo o fous.“ Přesně takový je Jirka, jak jej znám: přímočarý, upřímný a věcný. Pojďme ale k tématu.

Odjezd na expedici byl ze Žiliny, protože se členové ještě sešli k natáčení krátké předodletové reportáže pro slovenskou televizi. Odlet pak proběhl z Vídně, a to ve dvou vlnách. Jirka letěl v té první a spolupodílel se na zařízení všeho potřebného v Káthmandu, tedy na vyzvednutí karga na letišti, na kontrole agentury při balení věcí do základního tábora a na vyřízení permitu. Druhá vlna přiletěla po pěti dnech a deset členů výpravy ihned vyrazilo pod kopec.

Jak probíhala cesta do základního tábora?

Do BC jsme šli sedm dnů a byl to poměrně nepřijemný pochod, a to hned ze dvou důvodů. Zapravě byl začátek sezony, který obnášel dozvuky monzunu – každodenní déšť. V praxi to znamenalo, že jsme měli stále mokré boty a oblečení. Zadruhé jsme na treku byli tuto sezonu jako první skupina. Místy jsme se museli prosekávat skoro džunglí, abychom se do BC vůbec dostali. Zkrátka už cesta tam byla poměrně divoká.

Kolik jste nakonec měli nosičů a kilo vybavení?

Protože karavana do BC šla jinudy než my, tak přesně nevím. My jsme šli z Benni delší trasou s pozvolnějším stoupáním kvůli aklimatizaci, zatímco agentura šetřila peníze a šla kratší trasu z Marphy rovnou do BC. Vybavení nesly muly a bylo jich asi 30, nesly asi 1,5 tuny vybavení.

Zmínil jsi se, že na cestě do základního tábora jste byli letos první.

Dorazila ještě později další expedice, nebo jste na kopci byli celou dobu sami? Bohužel jsme tam byli sami, což byl poměrně velký problém. Z deseti chlapů byl jeden lékař a další člen bez vrcholových ambic. No, a zbylých osm na zafixování stovek až tisíců metrů fixů

a stavby táborů, to bylo zkrátka málo. Nemluvě o neustálém prošlapávání stopy, kterou nám na mnoha místech pořád zafoukával vítr. Když je na kopci jediná expedice, je to opravdu těžké. Byl to problém, který nás celou dobu hodně brzdlil.

„**najednou jsme uslyšeli nad sebou hluk a asi dvě vteřiny nato jsme byli zasypaní**“

Zároveň ale dobrá zpráva pro dobrodruhy: všiml jsem si, že v poslední době se na jednu „osmu“ často nahrne větší množství expedic, které se nabalí na nějakou hlavní velkou expedici, zatímco na jinou ten rok nepřijede třeba vůbec nikdo. Takže kdo má rád samotu, při troše zjišťování u nepálského ministerstva turismu ji může najít i na normálce na osmitisícový vrchol.

Kolik dnů vám trvalo probojovat se úvodním ledopádem do C1?

No, do BC jsme sice dorazili už 19. září, ale po treku jsme de facto všichni onemocněli. Prvních několik dnů jsme se tedy spíše léčili



a s budováním trasy do C1 jsme začali až 24. 9. Kompletně vybudovat C1 se nám podařilo až po dvanácti dnech opravdu velké dřiny.

Stavba druhého výškového tábora ale naopak byla bez komplikací?

Jasně, ihned po dostavění C1 jsme spolu s třemi dalšími členy rovnou vybudovali C2 a sestoupili zpět do základního tábora. Další plán byl vlastně už jen odpočinek a následný pokus na vrchol vybudováním C3.

Ale vtom plány zhatila zlá předpověď počasí?

Dostali jsme zprávu, že dole v BC napadne půl metru. Povzdychli jsme si, že se zkazilo počasí, a expedice tím nejspíš končí. V realu ale dole napadlo 200 centimetrů za 24 hodin. Už bylo jasné, že přijdeme o věci ve výškových táborech. Chtěli jsme pár dnů počkat a vyrazit do Marphy.

A následující noc vás zavalila lavina. Napadlo vůbec někoho, že se taková věc může stát?

Toto nás doopravdy nenapadlo. Nad námi sice byl mírný svah, ale bylo to takové vyfoukané suťové žebro, kde se zdálo, že není šance na uvolnění laviny. Naše hlavní starost byla neustálé odkopávání stanů, jak osobních, tak toho společenského.

„**kdyby mi někdo nabídnul, že od teď do šedesáti budu mít tak bohatý život a v šedesáti zemřu v horách, souhlasil bych**“

Najednou jsme uslyšeli nad sebou hluk a asi dvě vteřiny nato jsme byli zasypaní. Naštěstí ve společenském stanu byl nějaký nábytek jako kempinkové křesla a stůl a bylo nás tam osm, přičemž v době zasypaní si kolem sebe každý udělal trochu prostoru. Mohli jsme se tedy alespoň plazit. Kromě celkového zasypaní další problém byl, že se nám ve stanu zvrhнул plynový ohřívač, který nám velmi rychle bral kyslík a hrozilo nám udušení. Ten se naštěstí podařilo vcelku rychle vypnout a po asi patnácti minutách snažení se nám povedlo prožezat a prohrabat se ven.

Při té tragédii, co se stala, je to vlastně ohromné štěstí. Co se dělo dál?

Další problém byl že každý byl oblečen tak, jak zrovna přišel do společného stanu. Rozdělili jsme se tedy na dvě skupiny: část šla najít oblečení a spacáky do dvou nezavalených stanů a část hledala dva zasypané parťáky Vlada s Janom a Nepálce. Po pětáctyřiceti minutách jsme to vzdali – šance byla minimální, neměli jsme po ruce lavinové vybavení ani lopatu, byla tma, dál zuřila vichřice, a naopak hrozilo zasypaní sekundární lavinou. Proto jsme se rozhodli

✔ *Takto vypadal základní tábor po návratu Jirky Švihálka vrtulníkem zpět na místo činu.*



✔ *Díra, jejíž vykopání zachránilo život sedmi slovenským a jednomu českému horolezci.*

pro přesun do protisvahu a vykopání záhrabu, kde jsme přečkali noc a přivolali pomoc satelitním telefonem. Bylo to podle nás racionální a zodpovědné rozhodnutí. Dva dny poté jsme těla našli pod 1,5–2 metry hlubokou vrstvou lavinového sněhu.

Jak se srovnáváš s už druhou ztrátou za dva roky? Jano a Vlado ti asi nebyli tak blízcí jako Kuba Macek, ale přeci jen? Je nějaký recept, jak se s takovou ztrátou v horách vyrovnat?

Taková smrt, která se stala Janovi s Vladom, je pro mě akceptovatelná. Tedy v tom smyslu, že oba měli okolo 60 let, prožili bohatý život, založili rodinu a vychovali děti a nakonec našli smrt v horách, které tolik milovali. Samozřejmě mohli žít déle, ale jejich život byl naplněný. Kdyby mi teď někdo nabídnul, že od teď do šedesáti budu mít tak bohatý život a v šedesáti zemřu v horách, tak bych s tím souhlasil. Je to součást hry, kterou hraje, a každý horolezec to ví.

Máš v plánu se na Dhaulágiri vrátit? Případně kdy?

Nemůžu vyloučit, že se tam jednou vrátím, hora a ta linie stále láká. Ale nebude to příští rok, pěkných kopců je hodně a každý je jiný, tak bych se rád podíval zase někam trochu jinam. Příští rok plánuju Čo Oju, jsem na společném permitu s Honzou Trávou. Já bych to rád slyžoval, zatímco Tráva asi půjde pěšky. O účasti taky uvažuje Honza Říha.

Jírko, díky moc za povídání, držím palce s další výpravou a z celého srdce ti přeju hlavně šťastné návraty!!



Hory jsou pro mě životní cestou

Český výrobce outdoorového oblečení Alpine Pro se za 20 let svého působení vypracoval na jednu z nejužnavnějších módních značek v České republice. Určitě také pomohla spolupráce s Českým olympijským výborem, která započala před ZOH ve Vancouveru. Všechny tři olympijské kolekce, které Alpine Pro pro sportovce vyrobila, získaly mezinárodní designové ocenění. Společností se tak podařilo sklobit nevědní design s požadovanou funkcí, a proto bude také oblékat české sportovce i v roce 2016 na olympiádě v brazilském Rio.

O oblečení, olympijských kolekcích a o outdoorových aktivitách jsme si povídali se zakladatelem společnosti Alpine Pro panem Václavem Hrbkem, který má v současné době ve společnosti na starosti, kromě jejího řízení, oddělení realizace, to znamená design a výrobu. A protože tématem tohoto čísla Světa outdooru je skialpinismus, nemohli jsme se nezeptat, jaký má k tomuto sportu vztah.

Společnost Alpine Pro je předním českým výrobcem zimního a outdoorového oblečení. Jaký je váš vztah k těmto aktivitám?

S prodejem zimního oblečení jsme začali z toho důvodu, že nám zimní a outdoorové aktivity byly velmi blízké. Ačkoliv jsem skoro každý den v kanceláři, zájmy jdou přesně tímle směrem. Jsme Alpine Pro, takže jsme zlezli poměrně dost čtyřtisícovek v Alpách. Něco jsme si zlezli sami, něco s guidem, který pro nás mimochodem testuje, takže jsme vylezli Matterhorn, Mont Blanc, Monte Rosso, vylezli jsme Triglav, který je tedy nižší, ale slovinské Alpy mám velice rád. Na delší cesty není moc čas, takže třeba do Himálaje jsme nevyjeli, to je z mého pohledu minimálně na 14 dní, nemůžu si dovolit tady chybět.

Vypadáte jako velmi sportovně založený člověk, co nějaké další, řekněme klasické sporty?

Poměrně hodně jezdím na kole, najezdím tak 3000 km na biku, účastním se série amatérských závodů Kola pro život, tak 500 km naběhám, nějaké ty půlmaratony, maratony, plus něco naplavu. Jako šéf firmy na lyžařské oblečení samozřejmě rád lyžuju.

Jste vyznavačem klasického sjezdového lyžování, freeridu, skialpu nebo běžek?

V posledních sedmi až osmi letech jsem se ze sjezdového lyžování přeorientoval na běžky a skialpy. V současné době ty skialpy ze zimních sportů dělám nejvíc. Zejména pak v Alpách, tady v Čechách máte jenom 2 až 3 výlety, které stojí za to. V Janských Lázních podporujeme skialpinistický oddíl AKLVK (Alpinistický klub lyžařů východních Krkonoš – pozn. redakce), s jeho členy poměrně dost chodím, byl jsem i na mistrovstvích republiky. Co se týče běžek, mám za sebou Krkonošskou 70 a radši mám bruslení než tu klasiku, takže třeba Jizerská 50 pro mě není (smích).

TIP: Celý rozhovor si můžete přečíst na našem webu www.SvetOutdooru.cz

Co se týče Alpine Pro, proč jste se vrhli právě na zimní či outdoorové oblečení a proč si myslíte, že je vaše značka zejména v ČR tak oblíbená?

Důvodů, kvůli kterým jsme se rozhodli dělat zimní a outdoorové oblečení a doplňky, bylo mnoho. Primárně jsme ale chtěli dělat něco, co nám je blízké, a k horám jsme měli vždycky blízko, takže se před 20 lety spojilo příjemné s užitečným. A nás ta práce do dneška strašně baví. A proč nás lidé nakupují? Snažíme se přicházet s novými produkty, inovujeme kolekce a věnujeme hodně úsilí novým materiálům a designu. Úzce spolupracujeme na vývoji materiálů s Technickou univerzitou v Liberci, a abychom byli trendy a šli s dobou i po designové stránce, máme ve francouzském Annecy, ve městě pod Alpami, externí vývojovou a testovací kancelář, kde máme 4 lidi, kteří nám řídí designovou část kolekce a posunují nás ve vývoji dál, protože jsou přímo v horách.

i VÁCLAV HRBEK (*1974)



Spoluzakladatel a majitel společnosti Alpine Pro, v byznysu se pohybuje přes 20 let, podnikat začal už při

studii na VŠE, kde získal titul bakalář, na pokračování ve studiu kvůli podnikání neměl čas. Je ženatý a před čtyřmi roky se konečně odstěhoval z Prahy, kde žil v budově, kde má Alpine Pro kanceláře. Měsíc až dva v roce tráví v jihovýchodní Asii, aby kontroloval kvalitu výroby.

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, The North Face a Climbing Technology.



Adidas Terrex Climaheat Ice

Zateplovací bunda s hybridní náplní

Vysoce kvalitní outdoorová bunda s kapucí z nejvyšší řady adidas Terrex. Izolace climaheat kombinuje husí prachové peří a syntetický materiál Primaloft. Díky tomu bunda nabízí jedinečné izolační vlastnosti, navíc ani po navlhnutí neztrácí svůj přirozený objem a udržuje až 95 % tepla.

Infocena: 7 599 Kč

www.adidas.cz/outdoor



The North Face Fall Line Jacket

Dětská lyžařská bunda

Nepromokavá a prodyšná dětská bunda s pevnou strečovou kapucí, zateplená materiálem Heatseeker. Pevný sněžný límeček, zipová kapsa pro skipas umístěná na levém rukávu, kapsy na ruce zabezpečené zipem, reflexní prvky.

Infocena: 2 890 Kč

www.TheNorthFace.cz



The North Face Thermoball Hoodie

Zateplovací bunda se syntetickou izolací

Dámská bunda s kapucí vybavená speciálním materiálem Thermoball, který vykazuje stejné zateplovací schopnosti jako peří, ale mnohem snadněji si poradí s vlhkem. Bunda je snadno sbalitelná do vlastní kapsy.

Infocena: 4 499 Kč

www.TheNorthFace.cz



The North Face McMurdo Parka

Velmi teplá pěřová bunda doplněná nepromokavým HyVent materiálem, ve které dáte v jakýchkoliv podmínkách vždy o svařák víc. Bunda nabízí spoustu funkčních a prostorných kapes. Přední mají dva vstupy, kapsa na rukávu ochrannou klopou. Kožešina na odstranitelné kapuci je odnímatelná.

Infocena: 8 590 Kč

www.TheNorthFace.cz



Climbing Technology Nuptse Evo

Nová verze oblíbených dvanáctihrotých maček s klasickým upínáním pro ledovcovou turistiku a lehké mixové lezení se dočkala inovativního systému nastavování velikosti, jež se dá ovládat jednou rukou. Jedinečné pružné sněžové vyhazovače, revoluční nastavovací systém umožňující přepínat mezi lezeckou a kloubovou verzí.

Infocena: 2 299 Kč

www.ClimbingTechnology.cz



Šup do pastičky

Skialpinistická a freeridová vázání na bázi Dynafit TLT

Jednou z nejrychleji se rozvíjejících oblastí vývoje skialpového a freeridového hardwaru jsou bez pochyb vázání vycházející z původního principu Dynafit TLT, chcete-li techová vázání nebo pastičky. Abyste se při výběru nového vázání neztratili, přinášíme velký přehled modelů dostupných na českém trhu.

„Techové“ skialpinistické vázání vynalezl v roce 1982 Fritz Barther a jako první je začala vyrábět firma Dynafit. Skládá se ze samostatné špičky a paty, k vázání je tedy nutné použití speciálně upravené boty, kde jsou na bocích ve špičce umístěny kovové prohlubně pro zapadnutí tzv. pinů (trnů). Pata je upravena kovovou výtuhou, do níž zapadají dva nosníky paty vázání. Toto vázání přineslo revolučně nízkou hmotnost, která je oproti klasickým vázáním přibližně třetinová, což je při skialpinismu dost podstatné. Navíc se při výstupu zdvihá pouze bota, a ne i podstatná část vázání.

Pro tohle vázání se vžilo označení Dynafit TLT (Tour Lite Tech) a prošlo bouřlivým vývojem s klady a záporů do doby, kdy v roce 2007 vypršela patentová ochrana. Od tohoto roku se řada firem snaží přijít se svým řešením využívajícím princip představený Dynafitem. U některých alternativ se objevily podařená a zajímavá řešení, zatímco jiné se ukázaly být slepou uličkou. Dynafit neustále úspěšně prodává i vázání v téměř původní podobě – model Dynafit TLT Speed. Podle mnohých je dokonce původní vázání nejlepší kombinací spolehlivosti a nízké hmotnosti.

Z následujícího orientačního přehledu zcela vyloučíme závodní ultralehké modely vázání a budeme se soustředit jen na ta, která je možné použít pro klasický skialpinismus a freeride. Rozdělení je možné na základě rozsahu vypínacích sil podle DIN, kdy vázání nabízející maximální vypínací sílu nad DIN 12 jsou čistě freeridová na široké lyže, zatímco do DIN 12 (resp. DIN 10) skialpinistická. Jelikož většina „techových“ vázání není oficiálně certifikovaná, vypínací síla v DIN není úplně v souladu se stejnojmennou německou normou, takže např. ATK ji označuje jako RV (release value), tedy vypínací síla.

Některé z modelů využívají kompletně původní nápad Dynafitu, zatímco jiné mají na první pohled podobnou pouze špičku vázání a pata je vlastní konstrukce. V České republice jsou

☑ Vázání G3 Onyx bylo první, které se inspirovalo koncepcí Dynafit TLT. Navíc se snadno přenáší z jednoho páru lyží na druhý.

v současné době k dostání vázání firem ATK, Diamir, Dynafit, G3, Plum a SkiTrab. Možná se k nim v brzké době přidá také aktuální horká novinka Marker Kingpin.

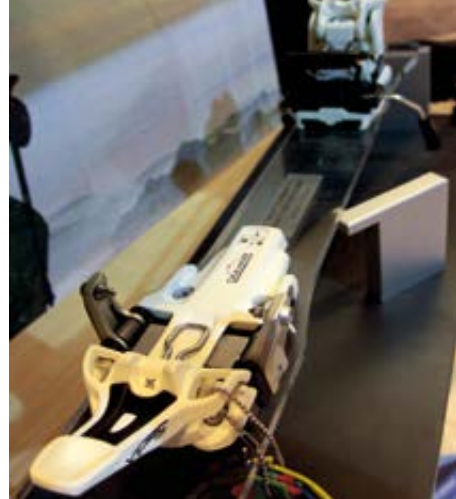
Obvykle se přehledy dělají v abecedním pořadí, ale v případě vázání vyvinutých na původním patentu Fritze Barthera je třeba udělat výjimku, protože Dynafit má v této oblasti jednoznačně dominantní postavení. Pak budou představeny vázání firem ATK, Diamir, G3, Marker, Plum a SkiTrab.

Dynafit

Nikdo si nedovolí zpochybňovat význam Dynafitu pro vývoj „techových“ vázání a jeho současnou nabídku, kterou se konkurence snaží dotáhnout. Dynafit začínal s vázáními pro skialpinistické závody a výškové sjezdy, načež se etabloval ve všech oblastech pohybu na lyžích. Díky tomu dnes nabízí nejrozsáhlejší kolekci vázání od ultralehkého karbonového modelu Dynafit RC1 (150 g pár bez šroubků) přes klasická vázání až po freeridový Dynafit Beast, nabízející jako



▲ Dynafit Beast na freeridových lyžích, výška 2700 m poblíž makedonské Popovy Šapky.



▲ Diamir Vipec na testovací lavici.

jediné vázání na bázi „tech“ maximální vypínací sílu DIN 16. Modelová řada Dynafitu je opravdu úctyhodná a vybere si v ní úplně každý. Každoročně dochází k různému vylepšování nebo obměně vázání, ale na jeden model je možné se vždy spolehnout. Tím je současný Speed Turn, který je nástupcem asi nejdéle vyráběného vázání, později známého jako TLT Speed – klasika všech klasik. Z dalších „standardních vázání“ je pro nadcházející sezonu asi největší změnou verze 2.0 u Radical ST a Radical FT, kde k zásadnímu posunu došlo při zavedení otočné špičky pro ergonomičtější vypínání při pádu. Mnohá z vázání byla vybavena dodatečnou pružinou v patě, která kompenzuje ohyb a průhyb lyže při agresivní jízdě v rozsahu 10 mm (čistě dorazové řešení má také G3 ION).

» Dynafit Speed Turn je klasika všech klasik, se kterou nic nezkazíte

Jaké vázání od Dynafitu doporučit? Osobně bych na klasiku začal s TLT Speed Turn, do odlehlých oblastí a na sjezdy z kopců nad 6000 metrů by byl favoritem TLT Speed Superlite. Při zaměření se na řádění v prašanu nebo evropské klasiky TLT Radical FT 2.0 (1268 g) nebo TLT Radical ST 2.0 (1198 g). Proč zrovna poslední dva zmíněné modely? Mají totiž jednoduché ovládání, vysokou spolehlivost a integrované brzdičky. Pro ortodoxní freeridery, kteří vyžadují vypínací sílu DIN 13–16, je potom řešením Dynafit Beast 14 (1590 g) nebo 16 (1880 g).

» hmotnost páru vázání ATK Raider 12 včetně brzd je neuvěřitelných 670 g

ATK

Kromě závodních vázání nabízí tato francouzská firma výborný model Raider 12, kde hmotnost kompletního páru včetně brzd (!!) výrobce deklaruje na 660 gramů (reálně 670 g). Unikátní je umístění brzdy před špičku vázání a z toho vyplývající odlišná manipulace oproti standardní patě. Pata vázání se pro zůzné sklony výstupu otáčí. Vázání je téměř kompletně z CNC obráběného hliníku, nejsou na něm skoro žádné plasty. Nevýhodou je méně komfortní obsluha



▲ Brzda a špička vázání ATK Raider 12.

paty – hůlkou to moc nejde, je potřeba otáčet rukou. Dosud chybějí i dlouhodobé praktické zkušenosti, protože se zatím vyrábí jen krátce. Jeho většímu rozšíření brání trochu vyšší cena. V současné době je to zřejmě nejlépejší vázání, které nabízí velký rozsah nastavení vypínacích sil (ne DIN 12) a brzdy.

Diamir

Švýcarská firma Fritschi vyráběla po dlouhou dobu nosníková vázání jako Eagle a Freeride Pro a předloňskou zimu Fritschi představil svou odlehčenou koncepci Diamir Vipec 12 (1090 g). Jezdil jsem na něm několik dnů a ze svých zkušeností mohu říct, že celkový dojem byl dobrý. Posuvná pata při přepínání sjezd-výstup a různé výšky hrazdiček fungovaly i v těžkém mokřem sněhu výborně. Menší problémy jsem měl u jedné ze špiček vázání při nastupování a vystupování kvůli špatné rozteči trnů. Diamir na jaře a v létě na špičce zapracoval a nová verze pro nadcházející zimu má tuto nestálost odstraněnu, ale až praktické zkušenosti ukáží, jestli se oprava nedostatku podařila dokonale.

G3

Kanadská firma G3 byla původně zaměřena jen na telemarkové lyžování, ale rychle se etablovala i ve skialpinismu. Před řadou let G3 přišla s modely ONYX (1260 g) a RUBY (1272 g), které nabouraly koncepci otočné paty vázání. Pata se při přepínání výstup-sjezd posouvala v podélném směru. Špička je na první pohled předimenzovaná a obě vázání jsou ideální na širší lyže. Zajímavostí je, že v prvních letech prosazovala G3 koncepci jedno vázání na několik lyží, kdy na lyže stačilo namontovat vhodné držáky a vázání se dalo snadno přesouvat mezi různými páry. ▶

V roce 2014 představila G3 úplně nové vázání G3 ION (1170 g), u něhož je při pohledu z velké dálky špička i pata podobná Dynafitu. Např. pata je symetricky otočná, se třemi polohami na výstup, a poprvé je u „techového“ vázání nadoraz na botu, neboť pružina zajišťuje předozadní posuv paty při sjezdu v závislosti na prohnutí lyže. G3 ION je asi nejvíc porovnatelné s klasikou od Dynafitu a je na uživateli, jestli upřednostní ověřené řešení od Dynafitu, nebo krásný design a některé vychytávky G3 ION. Ani s jedním z těchto vázání neudělá chybu.

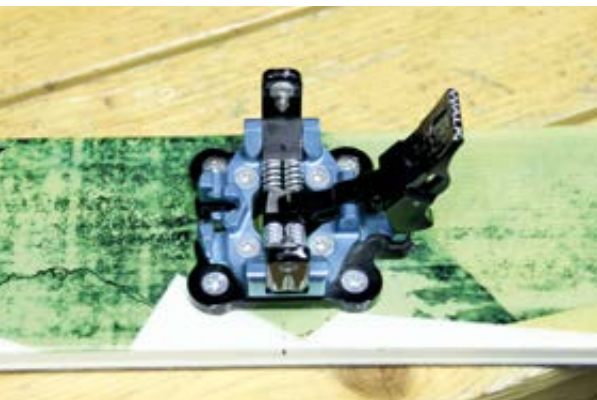


▲ Vázání G3 ION v prašanu bulharského Pirinu v březnu 2014.

Marker

Německá firma, proslulá svými vázáními v klasickém sjezdovém lyžování, přišla před mnoha lety s freeridovým vázáním Marker Duke, které u nejobstavnější verze nabízí DIN 16. Touto vysokou hodnotou DIN Marker definoval oblast hardcore freeriderů a brutálních skokanů, čemuž odpovídá i hmotnost vázání. Proto mnohé překvapilo, že se v druhé polovině roku 2014 objevil „techový“ Marker Kingpin. Oproti všem ostatním má špička tři páry pružin místo dvou, a pata se chová jako u klasického vázání pro alpské lyžování. Přepínání chůze-sjezd je řešeno stejně jako u Marker Duke – páčkou. Robustnější varianta nabízí maximální DIN 13 (1460 g včetně šroubků), takže je plně freeridová. „Slabší“ Kingpin má maximální DIN 10 (1460 g včetně šroubků). Vzhledem k trochu vyšší hmotnosti je Kingpin určený spíše těm, kteří tráví víc času v lanovce než při šlapání na pásech.

✓ Špička a pata freeridového vázání Plum YAK s robustním upevněním na lyži.



Plum

Řeč bude o francouzské firmě minimalizující použití plastů a maximalizující použití CNC obráběného duralu. Vlajkovým vázáním je Plum Guide (690 g bez brzd), kde špička i pata jsou na první pohled velmi podobné jako u Dynafitu, s několika většími či menšími rozdíly. Plum byl první výrobce, který umožnil velký rozsah posunu paty klasického „techového“ vázání. Jako jediný nabízí i dětskou verzi „techu“ pro lyžníky s hmotností pod 65 kg s DIN v rozsahu 3,5–7. Speciálně na hodně široké lyže od šířky pod vázáním 95 mm a obecně na freeride byl zkonstruován Plum YAK (900 g bez brzd), kde příčná rozteč šroubů pro montáž vázání je 70 mm.

» Plum maximalizuje použití CNC obráběného duralu

Plum je výborná alternativa k Dynafitu pro ty, kteří se poohlíží po krásném vázání s nízkou hmotností a v základu nepotřebují brzdy. Plum brzdy samozřejmě také nabízí, ale jen jako doplněk.

SkiTrab

Samostatnou kategorií tvoří SkiTrab TR2 (1160 g), který je dnes po několikaletém vývoji (poprvé ohlášen v roce 2009) a vychytání detailů plhodnotným skialpinistickým a freeridovým vázáním. Obě části vázání se odlišují od Dynafitu tím, že špička má z bezpečnostních důvodů samostatně do boku výklopné „piny“ (trny). Pata se překlápí v závislosti



▲ Špička SkiTrab TR2 s výklopnými trny a futuristicky působící pata.

TIP: Další informace o vybavení na skialpy najdete na webu TuleníPasy.cz, autor je jeho šéfredaktorem.

na sjezdu nebo výstupu. Jediné, co je na patě nutné udělat rukou, je aretace brzdy. Nevýhodou, která zatím brání jeho většímu rozšíření, je nutnost použití „nestandardizovaného“ zakončení boty, kdy je pata vázání na sjezd zapnutá částečně přes zářezy téměř v bocích skeletu. Aktuálně je možné koupit jenom dva modely bot Scarpa, které je možné použít s TR2.

V současnosti je na trhu velké množství vázání vycházejících z původní koncepce Dynafit TLT, takže si každý může vybrat podle svých aktuálních preferencí. Týká se to užitečných vlastností, ovládnání špičky vázání při zapínání, vypínání a přepínání, manipulace s patou vázání při přepínání pro různé sklonky svahů při výstupu, rozsahu vypínacích sil či brzdy a stoupacích želez pro skialpinistické vázání. Skialpinisté, kteří s „techem“ začínají, volí většinou některý model od Dynafitu. Pokročilejší skialpinisté, kteří už vědí, co chtějí (dávají přednost co nejnižší hmotnosti, velké robustnosti apod.), mají dnes rozsáhlé možnosti výběru, přičemž kromě Dynafitu byl dosud v terénu nejčastěji vidět Plum nebo ATK. Rok 2014 toto rozložení může úplně změnit a nebylo by velkým překvapením, pokud by se více prosadil Diamir a G3.

i PŘEHLEDOVÁ TABULKA

Pro lepší orientaci v záplavě skialpinistických vázání, které jsou na českém trhu k dispozici, si prohlédněte přehledovou tabulku na www.SvetOutdoor.cz/zima-lezeni. Najdete ji v článku „Jak vybrat skialpinistické vázání“ v levém horním rohu stránky.

www.SvetOutdoor.cz/zima-lezeni

penguin



STRATOS celostřečový 3 vrstvý laminát

A·C·D

membrane 3L



Odolnost vůči tlaku
30 000 mm H₂O



Prodyšnost
25 000 g H₂O / 24 h



IMPULS celostřečový 3 vrstvý laminát

A·C·D

membrane 3L



Odolnost vůči tlaku
30 000 mm H₂O



Prodyšnost
25 000 g H₂O / 24 h



PARKER 2 vrstvý laminát

A·C·D

membrane 2L



Odolnost vůči tlaku
20 000 mm H₂O



Prodyšnost
25 000 g H₂O / 24 h



ALPIN 2 vrstvý laminát

A·C·D

membrane 2L



Odolnost vůči tlaku
20 000 mm H₂O



Prodyšnost
25 000 g H₂O / 24 h



FREERIDE 2 vrstvý laminát

A·C·D

membrane 2L



Odolnost vůči tlaku
20 000 mm H₂O



Prodyšnost
25 000 g H₂O / 24 h



SIGNAL celostřečový 2 vrstvý laminát

A·C·D

membrane 2L



Odolnost vůči tlaku
20 000 mm H₂O



Prodyšnost
25 000 g H₂O / 24 h



více info na
www.Penguin.cz

Zůstat na povrchu

Ohromný boom lavinových batohů. Vyznáte se v aktuální nabídce?

Lavinový batoh je jedinou aktivní lavinovou pomůckou současnosti, která po pádu laviny s vysokou pravděpodobností umožní zasaženému zůstat na povrchu nebo jen lehce přisypán. Na veletrhu ISPO 2014, kde byly představovány novinky zejména na letošní zimu, jsme si všimli, že lavinové batohy zažívají obrovský „boom“. Není tedy na škodu seznámit se s dostupnými systémy a s jejich pro a proti.

Jak to funguje?

Jako lavinové jsou označovány batohy vybavené nafukovacím vakem nebo vaky o objemu 150 litrů a víc. Po aktivaci pomocí madla v ramenním popruhu jsou vaky naplněny na plný objem, podobně jako airbag v autě. Stržený standardní skialpinistickou lavinou má následně vysokou pravděpodobnost, že s naplněným lavinovým batohem díky fyzikálním zákonům (větší objem a nižší hustota) po dojezdu laviny zůstane na jejím povrchu.



▲ Aktivace lavinového batohu, jižní svah malofatranského Chlebu.

Všechny ostatní pomůcky kromě lavinového batohu, tedy lavinový vyhledávač, sněhová lopata, lavinová sonda, Avalung, Avalanche Ball, Fast Avalanche a lavinová šňůra, pouze pasivně a dodatečně řeší lavinovou nehodu. To znamená, že lavina spadne, někdo zůstane pod sněhem a pasivní lavinové pomůcky urychlí jeho nalezení. Oproti tomu lavinový batoh aktivně pomáhá zůstat při stržení lavinou na povrchu.

Lavinový batoh není samospása

Co rozumíme pod pojmem standardní skialpinistická lavina? Jedná se o lavinu v lavinovém terénu, kdy lavinový batoh funguje velmi dobře: splazy, laviny malého i velkého rozsahu na otevřených svazích s dojezdem do širokého údolí, nepřilíš pokroucené žlaby končící na širokých suťovištích, řídký les až jednotlivé stromy. Je to také lavina, kterou si stržený uvolnil sám na své úrovni nebo nevhodným zatížením svahu kus od sebe.

Kdy naopak lavinový batoh nemůže fungovat nebo funguje jen velmi omezeně? Jedná se

i KOLIK STOJÍ MŮJ ŽIVOT?

Pokud uvažujete o koupi lavinového batohu, uvažte:

- Vyšší pořizovací cena – stojí váš život za zvýšené náklady s vaší zálibou?
- V případě lavinových batohů plněných stlačených plynem provozní náklady – stojí váš život za ně?
- Vyšší hmotnost – u heliski a freeridu nehraje roli, u skialpinismu je na pováženu.
- Terén, kde se obvykle pohybujete – pokud jste si 100% jisti, že jezdíte jenom mírné pláně a nikdy se nedostanete do rizikových míst, lavinový batoh je pro vás zbytečný.

o laviny s dojezdy do terénních pastí (úzké zakončení žlabů, potoční koryta, krasové závrtky), pády séraků a jimi uvolněné laviny, stejně jako laviny obrovských rozměrů a nevhodné materiálové konzistence, kdy samotný pohyb s tekoucí lavinou způsobuje zranění neslučitelná se životem – viz zářijové laviny na Shisha Pangmě a v Chile. Funkčnost lavinového batohu se limitně blíží k nule také v případech, kdy se primární lavina zastaví, načež je zasažený zasypán sekundární lavinou. Jednoduše všude tam, kde fyzikální zákony nepomáhají tomu, aby zvětšený objem skialpinisty fungoval v jeho prospěch.

Do roku 2014 byly lavinové vaky v rámci batohů ve střední Evropě dostupné od tří firem – ABS, BCA a Snowpulse. Všechny tyto firmy používají k rychlému plnění lavinových batohů stlačeného plynu, ať už dusíku nebo klasického stlačeného vzduchu, běžného např. u potápěčských tlakových láhví. Některé batohy mají tlakové nádoby na jedno použití, ale větší popularitu získalo dražší řešení, kdy je tlakové nádoby možné opakovaně plnit.

„ lavinový batoh není všespasitelný, ale za dobrých podmínek výrazně zvyšuje pravděpodobnost přežití pádu s lavinou

Revolucí v principu rychlého plnění lavinových batohů je systém JetForce, který představila firma Pieps ve spolupráci s Black Diamond. U JetForce je rychlé plnění zabezpečeno výkonným dmychadlem a baterií s velkou kapacitou. Vzorek batohu Pieps JetForce jsme v redakci měli na vyzkoušení během podzimu 2014 a naše první zkušenosti si můžete přečíst v recenzi na straně 67.

Lavinový batoh by měl vzít v úvahu každý, kdo se v zimním období pohybuje v potenciálně lavinovém terénu. Zatímco v Evropě se jedná převážně o heliskiing, freeride, snowboard a skialpinismus (jednodenní túry nebo přechody z chaty na chatu), v severní Americe mají hlavní prim jezdci na sněžných skútrech. V současné době nabízí řada výrobců batohů ve spolupráci s ABS, BCA nebo Snowpulse řadu modelů určených speciálně pro heliskiing a freeride. Tyto batohy jsou malé a lehké, takže se do nich často vejde jen lavinová výbava, náhradní rukavice a brýle a k tomu svačina, což plně využije dostupný vnitřní prostor.

Skialpinisté jsou na tom hůř, protože jejich aktivity vyžadují výrazně víc materiálu (cepín, stoupací železa, vybavení na ledovec, oblečení, větší množství jídla a pití atd). Proto má u skialpinismu smysl uvažovat o batozích v objemovém rozsahu 30–45 litrů, protože batoh pod třicet litrů je na klasickou jednodenní skialpinistickou túru víceméně nepoužitelný, pokud s sebou má člověk mít vše potřebné.



▲ Aktivační madlo má různé tvary, tedy je kulaté na pravém popruhu.



▲ Lavinový batoh Snowpulse Lifebag 30 chrání horní část těla ze tří stran.



✓ Při sjetí s touto lavinou pomohl ABS batoh udržet se na povrchu.

PLNITELNÉ ZÁSObNÍKY

Snowpulse a BCA nabízí tlakové nádoby plnitelné svépomocí stlačeným vzduchem. Zásobník je tak snadno a rychle naplněn pro další použití. Nevýhodou jsou vyšší pořizovací náklady a hmotnost tlakové nádoby.

Co je na trhu?

Průkopníkem v oblasti lavinových batohů je švýcarská firma ABS, která se jejich výrobě věnuje od roku 1985. V rámci Evropy a USA se postupně přidal švýcarský Snowpulse (dnes patří pod Mammut) a americký BCA. Posledním evropským výrobcem je švýcarský Alpride, který úzce spolupracuje s firmou Scott. V USA jsou to ještě dvě firmy Wary a Mystery Ranch. Převratnou novinkou v této oblasti je dmychadlem plněný lavinový batoh BD-Pieps JetForce, o kterém byla řeč výše.

Většina výrobců rychle plnitelných lavinových batohů začala kromě vlastních batohů nabízet také výměnné a doplňkové systémy pro zapojení do kompatibilních batohů od jiných firem. Díky tomu jsou dnes na trhu desítky batohů ať už plně lavinových nebo s možností připojení aktivního mechanismu a vaků.

ABS – The Avalanche Airbag System existoval do roku 1996 ve verzi s jedním nafukovacím vakem (150l). Pak se místo jednoho vaku začaly používat dva o celkovém objemu 170 litrů, které



✓ Extrémnímu snowboardistovi Xavieru de le Rue ABS batoh už zachránil život.

jsou umístěné z boků batohu. Vaky jsou oddělené, takže při teoretickém poškození jednoho může druhý vak dál částečně pomáhat k udržení na povrchu. ABS nabízí pro skialpové aktivity batohy ABS Vario 32 a Vario 45+5. Pomocí zipu a pojistných řemenů je možné připevnit výměnnou jednotku ABS Vario Base Unit na batohy dalších firem (abecedně např. Arva, Atomic, Bergans, Berghaus, Burton, Dakine, Deuter, Head, Karrimor, Osprey či Vaude). Jeden z nich (Berghaus Arete Couloir 25) jsme vyzkoušeli – viz recenze na str. 66. Výměnný systém ABS Vario umožňuje použití lavinového batohu od velikosti 0 (překrytí aktivační jednotky, do něhož se vejde např. jen lopata a lavinová sonda) až po batohy litráže přes 40 litrů. Tak je možné provozovat několik batohů podle typu výletu, na který se vydáte. ABS Vario je jediný z výměnných systémů, kdy uživatel při výměně nijak nezasahuje ani nemanipuluje s aktivační jednotkou a lavinovými vaky. Ortovox dále nabízí několik modelů batohů s ABS systémem s možností vyjmutí.

BCA Float Airbags má vak umístěný v horní části batohu kolem vrchlíku, kde po nafouknutí vytváří položené písmeno C. Airbag modul může být vyjímatelný a použitelný v jakémkoliv BCA kompatibilním batohu. Znovunaplnění výměnné tlakové nádoby stlačeným vzduchem je velmi rychlé a levné. BCA dosud nabízí batohy v objemovém rozmezí od 22 (2000 gramů) do 42 (2630 gramů) litrů s použitím od čistě freeridového až po přechod na skialpech.

Snowpulse Lifebag je z hlediska ochrany horní části těla, a hlavně hlavy, nejlepším řešením. Nafouknutý vak chrání hlavu a krk ze tří stran a je největší pravděpodobnost, že po zastavení laviny zůstane hlava nad sněhem a dýchací cesty volné. Snowpulse Lifebag vyžaduje kvůli kompletní ochraně hlavy odlišné řešení – nafukovací vak je kromě těla batohu částečně integrován i v ramenních popruzích. To má vliv na jejich větší šířku a tloušťku, což někomu nemusí vyhovovat. Osobně mi při testování Snowpulse Lifebag Guide 30 popruhy nijak nevadily, slečnám ovšem vyhovovat nemusí.

Mammut R.A.S – Removable Airbag System umožňuje vyjmutí airbagového systému včetně nafukovacího vaku a jeho umístění v jiném batohu (např. jeden malý batoh na freeride a druhý, větší, na skialpinismus) uzpůsobeném pro použití R.A.S. systému. Vak se po aktivaci nafoukne nad víkem batohu a ze stran, takže je přímo za hlavou. Výměnný R.A.S. systém je možné spojit také s lavinovými batohy Feerino, Oakley a Scott.

Scott Alpride – švýcarská firma Alpride přišla ve spolupráci se Scottem s novým lavinovým batohem, který využívá k aktivaci standardní plynové zásobníky, jaké se už téměř padesát let používají v záchranných nafukovacích vest. Vak se nafoukne ze tří stran kolem batohu.



NEVÝHODY LAVINOVÉHO BATOHU

Jednoznačně hlavní nevýhodou je pro mnohé vyšší pořizovací cena přesahující cenu nejdražších lavinových vyhledávačů (přibližně od 13 000 Kč). Pokud se ale uváží cena za jeden den heliski nebo několik dnů freeridu, pak cena už nehraje hlavní roli. U batohů plněných stlačeným plynem jsou někdy problémy při letecké přepravě do zajímavých horských oblastí. Může se stát, že "bomba" musí zůstat na letišti... Pro skialpinisty je nevýhodou vyšší hmotnost batohu vybaveného lavinovým vakem (obvykle 1–1,5 kg) ať už aktivovaného pomocí stlačeného plynu nebo výkonného dmychadla.

✓ Vak je u Snowpulse Lifebag částečně integrován v popruzích.



Zásobníky jsou na jedno použití, takže po aktivaci je nutná výměna za nové. Systém Alpride je také možné vepnout do různých batohů jako u Mammut R.A.S.

Pleps JetForce (Black Diamond) je plněný výkonným ventilátorem a baterií s velkou kapacitou. Po použití batohu je jeho znovuposládání a aktivace záležitostí několika desítek vteřin. Baterie navíc na jedno nabití vydrží i za nízkých teplot velký počet odpalů. JetForce je tak ideální pro výcvik, přepravu letadlem atd., přičemž provozní náklady jsou nulové.

Při plánování a realizaci túry nikdy nezapomeňte na to, že lavinový batoh není všespasitelný! V terénu se pohybuje tak, jako kdybyste lavinový batoh neměli, a nespolehejte na jeho zázračné schopnosti.

UŽIJ SI TU JÍZDU

FUNKČNÍ LYŽAŘSKÉ OBLEČENÍ
NABITÉ TECHNOLOGIEMI



FLANN PÁNSKÁ BUNDA

- 1 NEPROMOKNE
- 2 NEPROFOUKNE
- 3 HŘEJIVÁ VRSTVA
- 4 SNĚHOVÝ PÁS
- 5 VODĚODOLNÝ ZIP

K dostání v prodejnách a na e-shopu.

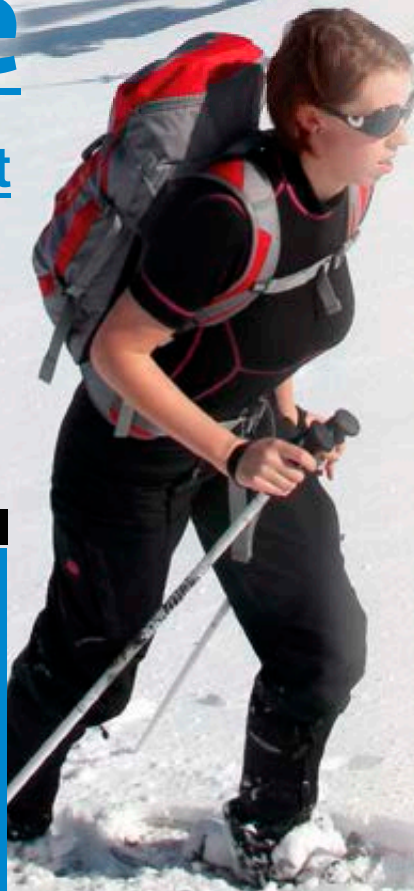
Zájem o sněžnice roste

Jak si vybrat sněžnice

i KLASICKÉ SNĚŽNICE

Rám je zhotoven z hliníkové nebo plastové trubky a výplet ze syntetické tkaniny, která tvoří většinu povrchu sněžnice. Vázání je připevněno pohyblivě, bez možnosti uchycení paty. Skládá se z hrubší, na stranách často vyztužené podešve, ze které vycházejí pásky nebo ráčny k připevnění na nohu. Kvůli této konstrukci nejsou příliš vhodné k traverzování svahu. Pro lepší výstup i sestup jsou pod vázání někdy připevněny ocelové ozubené lišty a drapáky, které zabraňují podklouznutí sněžnice na zmrzlém povrchu. I přes takovouto výbavu je s tímto typem sněžnice pohodlnější chodit v mírně zvlněném terénu a jen občas zamířit na větší svahy.

▶ Oválný nebo kapkovitý tvar s lehkým kovovým rámem, nosnou plochu tvoří tkanina.



Sněžnice zažívají návrat do popředí zájmu. Rozšiřují se možnosti jejich sportovního a rekreačního využití, sněžnice slouží k toulání i k přechodům zimních hor, horolezcům pro nástupy pod skalní stěny, snowboardistům pro výstupy, polárním expedicím, ale také jako moderní sportovní vybavení pro specializované sněžnicové trasy. Odlišné nároky vyžadují rozdílné vlastnosti sněžnic a s tím je spojen problém jak vybrat správný model.

Lidé v horách a v severních oblastech Země vřdy v zimě řešili, jak se na sněhu pohybovat bez velké námahy, a vymysleli různé druhy a tvary sněžnic. Některé se osvědčily a používají se dodnes, jiné jsou spíš jen historickou vzpomínkou. Nebudu rozebírat nápadité modely z různých koutů světa, je jich opravdu hodně, zaměřím se na ty, které jsou vhodné pro outdoorové použití.

Současné sněžnice

Materiál. Dřevo se objevuje hlavně u retro modelů. U tvarově podobných současných modelů ho nahrazuje lehký kovový rám. Nosnou plochu je výplet nebo tkanina. Moderním sportovním sněžnicím vévodí tvarované plastové vlysky, nosnou plochu tvoří samotný plast.

Tvar. Co do tvaru má klasický kapkovitý obrys protažený dozadu do ocasu výhodu v lepší směrové stabilitě. Při chůzi nohu dobře vede a nebrání ani změně směru, hůř se ovšem couvá. Širší, oválnější provedení, většinou i s větší plochou, je vhodné pro větší zatížení a nesení nákladu. Menší typy jsou vhodné pro pevnější sniž a jsou pak obratnější, zvlášť když jim jde zablokovat pata. Se širokými musíme zvolit trochu širší krok. Plastové sněžnice v užším provedení lépe vyhovují sportovním aktivitám a pohybu v obtížnějším terénu.

Nosnost. Sněžnice jsou konstruovány na různé váhy uživatelů. Je třeba si uvědomit, že jde o celkovou váhu, ne o tu, již vidíme na váze v koupelně. Nosnost do 120 kg není nijak nadsazený údaj, s větším batohem a v zimním oblečení se toho dá snadno dosáhnout. Uvádí se, že na 1 kg váhy by mělo být asi 15 cm² plochy sněžnice.

Určení. Pokud na sněžnicích budete chodit častěji, je nejlepší mít dva modely, jeden menší, obratný na únosný sníh a i na strmé horské stráně, a druhý s co největší plochou pro cesty v kypřem prašanu a na delší treky s batohem zvlněnou krajinou.

Jak sněžnice vybírat

Při výběru sněžnic se musíme rozhodnout, jestli je použijeme pro sportovní účely, pro expedice, pro rekreační toulky nebo jen na cestu od chalupy k civilizaci. Dalším faktorem je maximální hmotnost, kterou sněžnice zatížíme. Žádný výrobce, design, velikost nebo materiál nezvládnou všechny podmínky, které v zimě můžeme potkat. V mírně zvlněném terénu mohou být sněžnice i dost velké a s relativně jednoduchým a levným vázáním. Ve strmých stráních, na horách a pro sportovní účely je potřeba, aby měly pod špičkou boty pevný spolehlivý drapák, který pomáhá stoupat, případně i boční hrany nebo ozubení pro traverz. Pro klesání po spádnici je potřebné ozubení pod patou.

Přínosem jsou doplňkové vychytávky, jako je možnost podepření paty zvedací hrazdou pro delší stoupaní nebo dočasné zablokování volné paty, což oceníme při chůzi v náročném terénu s mnoha překážkami, ve velmi hlubokém sněhu a také při nutnosti couvat. Je třeba se zamyslet i nad zdlouhavostí či snadností připevnění a sundání sněžnic, a to i kdekoliv cestou a ve sněhu. Také provlékání zmrzlých popruhů v porovnání s utažením a povolením plastové ráčny je už velký rozdíl v komfortu.

Při výběru vyzkoušejte, jestli všechny boty, které budete používat, do vázání sednou a jak je řešeno nastavení velikosti. Zvažte i robustnost provedení a možnost oprav během používání. Mně odléta při chůzi jen malá plastová závlačka, ve sněhu už nebyla k nalezení a nahradit ji nebylo čím. Nebylo to ale na Sibiři, jen v Jizerkách, tak se ten den nějak došlo.

Existuje několik možností připevnění boty. Zásadní je dostatečná pohyblivost paty při chůzi a pevné vedení sněžnice nohou, při kterém pata nevybočuje do stran. Přední část boty se obvykle zasune do pohyblivě upevněného vázání, jehož součástí je i ozubení, které hlavně při stoupaní vystupuje z plochy sněžnice a zachytává se o sníh. Pata boty je buď dotažena popruhem směrem ke špičce, nebo je celá bota přichycena k desce kompaktního vázání, podobného skialpům či snowboardu. Existují i rychloupínáky jako u maček. Do sněžnic žádné speciální boty nejsou, takže se konstrukce vázání musí vyrovnat s několika problémy. Je to pevnost ve všech směrech (na sněžnicích je nutné občas i skočit), pak nastavení různých velikostí bot a vázání také musí zajistit spolehlivou funkci i v dost extrémních podmínkách.

Samozřejmě, čím jsou sněžnice dokonalejší, tím jsou i dražší, a ne všechny vychytávky vždycky potřebujeme a využijeme. Na základě svých zkušeností bych jednoznačně preferoval snadný a rychlý způsob obouvání sněžnic a utažení ráčnou. Důležitá je hmotnost sněžnic, při výběru si ji určitě zjistíte a porovnejte s jinými modely. Chcete-li především chodit přírodou, nebojte se zvolit co největší plochu sněžnic. Nemohu naopak doporučit starý systém trvale pevného připevnění sněžnic (i relativně malých) popruhem pevně k nohám. Nedá se s nimi dobře chodit, pata vyhazuje sníh vysoko na záda

Výrobci sněžnic pamatují i na děti. Má zkušenost říká, že po třetím roce věku a při velikosti boty od čísla 28 už děti nemají s chůzí na sněžnicích žádný problém. Bez sněžnic se každému nohy boří až nad kolena, i do pasu, takže i děti snadno chápou, že se sněžnicemi se chodí mnohem lépe a dojdou i tam, kam by jinak dojít nemohly.

Problematická může být přeprava sněžnic na batohu mezi lidmi: Vzhledem k výraznému ozubení drapáku v přední části je vhodný pevný obal, což někteří výrobci pochopili a prodávají ho se sněžnicemi. V posledních letech jsou sněžnice trendem rekreační turistiky, proto existují na horách i půjčovny. Je možné si sněžnice vyzkoušet před koupí, což ocení obzvláště děti.

Tipy pro cesty na sněžnicích

Boty jsou vhodné všechny zimní, dobře izolované, nepromokavé a hodí se i vysoké návleky. V hlubokém a přemrzlém prašanu mohou doporučit i zateplené návleky, ochrání lýtka před prochlazením, protože ta se kontaktu se studeným sypkým sněhem nevyhnou.

U levných vázání je vhodné impregnovat popruhy, aby nenamrzaly. Když totiž namrznou, tak už nejdou jednoduše dotahovat a na konci dlouhých popruhů se tvoří velké kusy námrazy podobné bambulím, které mlátí kolem bot. U určitých klimatických podmínkách dochází i na kovových částech sněžnic k námraze, které se jen obtížně zbavujete. Je vhodné už předem celé sněžnice hydrofobně ošetřit, nejlépe pomocí navoskování či silikonování. Je možné koupit k tomu určené parařinové přípravky ve spreji buď přímo na sněžnice, či na lyže. Nejjednodušší řešení svépomocí je navoskování kovových částí tuhým lyžařským voskem (parafinem) s následným nahřátím. Ovšem pravda je, že ani to v určitých klimatických podmínkách úplně nepomůže. Přechod vodní plochy, kde v teple už měknoucím ledem prosakuje voda do sněhu, je velmi nepříjemný zážitek. Nejhorší jde odstranit námraza z podpatního profilu, který tak ztrácí trakci. Jinak se na tkanině rámových sněžnic vzhledem k její měkkosti žádná námraza neudrží, na rozdíl od těch s pevnou konstrukcí.

Sněhové podmínky jsou určující pro zážitek z dobrého pohybu na sněžnicích. Velké množství čerstvého prašanu chůzi ztěžuje, je-li ho přes metr, pak zcela znemožní pohyb i na těch největších sněžnicích. U dřevařů na Šumavě jsou známy případy, kdy museli v lese tři dny přežít (o slivovici a slanině), než sníh slehl a na sněžnicích se mohli vrátit domů. Také namrzající sníh dokáže pěkně potrápít. Namrzá hlavně na ozubení, které tím ztrácí funkčnost. Hrozí-li nebezpečí pádu lavin, pak je vždycky na prvním místě hledisko bezpečnosti.

Autor: Pavel Krupka

Stálý spolupracovník a člen testovacího týmu Světa Outdooru patří k oporám redakce od samého počátku. Ze zimních aktivit se zajímá převážně o ty, které směřují mimo upravené lyžařské areály, např. o backcountry, sněžnice, zimní táboření a o techniku.

Bez obav do terénu

Pohyb na sněžnicích

i MODERNÍ KONSTRUKCE

Základem je ohebný, mrazuvzdorný a pokud možno i lehký plast, který je různě vytvarován. Vázání je k sněžnici připevněno pomocí pevného závěsu, nejčastěji ocelovou osou. Často je pro sestupy a snadnější transport možné patu vázání připevnit. Uchytení boty k vázání se provádí pomocí femínků, ráčen (jako na snowboardovém vázání) a některé modely mají takzvané rychloupínáky pro obuv s možností připnutí rychloupínacích stoupacích želez. Pod patou je často zvedací hrazda, která pomáhá v prudkých výstupech. Zmenšuje úhel mezi chodidlem a tělem sněžnice, a tím zmírňuje tah na achilovku. Na vázání v místě styku se sněhem (přední část), pod patou a někdy i podél vázání jsou k základnímu platu sněžnice připevněny ocelové ozubené lišty, drapáky a hroty. Zlepšují postup na zmrzlém sněhu i ledu a hodí se i k výstupům strmými svahy. Pro svou skladnost a univerzálnost je často používají snowboardisté.



► Tvarovaný plastový výtlsek, nosnou plochu tvoří samotný plast, zvedací hrazda pod patou usnadňuje stoupání.

Pohyb na sněžnicích není nijak technicky náročný, přesto má svá úskalí. Je dobré předem vědět, na jaké odlišnosti se při použití sněžnic máme připravit, abychom si cestu mimo upravené svahy dostatečně vychutnali a nepřišli o žádné z možností, které moderní sněžnice nabízejí.

Pohyb po rovině

Klasický pohyb po rovině se dá přirovnat k chůzi malého dítěte v nazouvácích dospělých. Není tedy třeba zvedat nohu nad úroveň sněhu najednou, ale pouze pohybem vpřed. Díky nadzvednutí špic je tento pohyb mnohem snadnější a na sněžnici nenabíráme žádný snih. Pokud se na její povrch nějaký dostane, sklouzne sám při dalším koku vpřed. Pozor si musíme dát zejména na pokládání nohou více od sebe. Tato širší chůze je způsobena plochou sněžnicí; kdybychom udělali krok jako bez nich, přišlápeme si druhou sněžnici, zapackáme a jsme na zemi. V praxi to vypadá tak, že většina začátečníků si na tohle pozor dá a nepadá, ale jakmile získají zkušenost a nějakou jistotu, je vymalováno.

Výstup

Na sněžnicích s pevným sklápěcím vázáním a nastavitelnou hrazdou pro výstup je pohyb do kopce ulehčen. V hlubokém sněhu nad kolena nemusíme díky vázání tak zvedat nohy – sněžnice si boří cestu samy. A při položení sněžnice na podklad tak jen dojde k utlačení sněhu pod sněžnicí. Samozřejmě nic není sto procentní a v hlubokém sněhu může dojít k podklouznutí. Na pevném, zmrzlém sněhu je chůze úplně pohodová, železa na spodní straně sněžnice se zakousnou do sněhu, hrazda pod patkou šetří achilovku. Chůze je velice rychlá a kroky skoro kopírují normální chůzi.

Traverz

Pokud není dost měkkého sněhu, je traverzování nejhorším způsobem pohybu na sněžnicích. „Moderna“ je pro traverz vhodnější kvůli pevnosti a přenosu váhy na hroty. V prašanu a v měkkém sněhu se traverzuje ještě dobře. Pohyb je stejný jako po rovině, ale hmotnost přenášíme na hranu sněžnice, která je u svahu. Snih se „ušlápne“



❏ *Drapáky umožňují stoupání a pohyb na ledu.*

a většinou drží. Na zmrzlém firnu je traverzování nejhorší. Při došlápnutí dochází k torzní rotaci vázání, kotníky se vylamují a celkově je každý krok velice nepříjemný. Kroky postrádají pocit jistoty. Traverzování svahu v kombinaci s výstupem (výstup šikmo svahem vzhůru) je na zmrzlém firnu v jarních měsících „zážitkem“ k nezaplacení.

Sestup, běh svahem a dokonce i sjezd

Základní snahou je dostat se bezpečně dolů. Dochází k mnoha komickým situacím, pádům, brzdění o pevnou překážku (strom, skála...). Při sestupu je snaha došlápnout na paty a odlehčit špičky, protože pokládání celé plochy boty a vázání ve stejném sklonu jako má svah není moc přirozené. Na tvrdém sněhu si člověk může zmírnit tah na nárt a přední stranu nohy pokládáním chodidel do „V“. Na vhodném sněhu je možné i běžet a skákat až 2 metrovémi kroky-skoky do dálky a hloubky. Dopad je velice postupný a umožňuje okamžité odražení do dalšího kroku. Pozor – při tomto způsobu se občas pádu nevyhnete. Při dostatečném sklonu svahu využíváme skluzu, což je v praxi kontrolovaný sjezd. Je také omezen druhem sněhu. V prašanu při dostatečném sklonu svahu stačí došlápnout a jede se. Na rozměklém firnu je kontrola sjezdu o poznání lepší, přenášení váhy je podobné jako na lyžích, můžete dokonce i zatáčet. Pro udržování rovnováhy se hodí hole.

Sněžnice jako mačky

Sněžnice s přední ozubenou částí vázání a kovovými hroty zesponu se dají v menší míře používat i jako horolezecká stoupací železa. Do určitého sklonu svahu můžete využívat hlavně hroty nasponu a patový systém – sněžnice nekloužou dozadu, hroty se zabodávají do podkladu a člověk má velice dobrý a stabilní pocit. Při sklonu svahu větším než 35° přicházejí na řadu hlavně přední hroty jako na mačkách u lezení ledů. Na sněžnicích se na pevném firnu dají celkem snadno lézt i strmější svahy, a není to žádný větší problém. Doporučit však musím cepín, aby se dal zabrzdit případný pád, který tu hroty víc než při chůzi na mačkách.

Překonávání překážek

Na sněžnicích se většinou setkáme s překážkami typu spadlý strom, kosodřevina nebo v podmínkách České republiky závora. Pravidlo „Nadlézej, prolézej, ale nikdy nepodlézej!“ tady neplatí. Pokud překonáváte překážku „vrchem“, je vždycky naděje, že spadnete a parádně si nabijete. Takže pokud to jde, tak „spodem“! Při přelézání padlých stromů jsou dobře využitelné hroty sněžnic. V našich podmínkách jsou nejčastější polomy ve smrkových monokulturách a hroty sněžnic se budou v měkkém smrkovém dřevu chovat stejně, jako když je používáte místo maček. Pozor ovšem

na přílišné zaseknutí hrotů do dřeva a následný seskok ze stromu s možným pádovým zakončením.

Chůze pozpátku

Často nastane situace, kdy je třeba na sněžnicích o několik kroků zacouvat. Při couvání myslíte na výklopné vázání, které dobře funguje při chůzi vpřed, ale při pokusu o zpátečku vás zradí. Nohy zvedejte vždycky vysoko a před došlápnutím trhněte patou směrem vzhůru. Tím dostanete patu sněžnice k patě vázání a bezpečně došlápnete.

TIP: Podle knihy *Hory a sněh* (Jan Pala, Iva Filova a kol., Epoque 2010) připravil Jan Pala. Je šéfredaktorem webu TuleniPasy.cz, kde naleznete podrobné informace o zimních aktivitách a zimním vybavení.

❏ *Na sněžnicích se dá i sjíždět.*



❏ *Snowboardisti připínají pro sjezd sněžnice na čelo batohu, jako v tomto případě při slovenském snowboardovém prvosjezdu vulkánu Viljučinskij (2173 m) na Kamčatce.*

Mapy Skialpové a sněžnicové túry



Plánování túry se dnes přesunulo před monitor počítače. Stačí vyhledat GPS trasu na webu nebo pomocí mobilních aplikací, ale pořád nic nepředčí klasickou papírovou mapu. Po čem sáhnout, když chci vyrazit v zimě do Alp na skialpy nebo na sněžnice?

Rakousko

Bezkonkurenčně nejlepší a cenově dostupné mapy pro skialpinismus nebo sněžnicové túry nabízí rakouský alpský svaz Alpenverein. Historie jeho kartografického ústavu sahá až do 19. století a v současnosti jsou mapy Alpenvereinu to nejlepší, co si můžete do rakouských Alp pořídit. Vycházejí v měřítku 1:25 000 a řada z nich ve dvou verzích – letní a zimní, některé jsou i kombinované. V ČR je pořídíte tak za 190 Kč. Rozdíl v mapách je jasný na první pohled – v letních nenajdete zimní trasy a naopak, se zimní mapou se v létě dost zapotíte. Ačkoli jsou přimárně všechny trasy na zimních mapách určeny pro skialpinisty, při dostatečných zkušenostech se zimním terénem a s lavinovou problematikou jdou podle nich plánovat i túry sněžnicové.

Mapy rozlišují tři druhy terénu – plná modrá čára značí trasy nejjednodušší, přerušovaná trasy pro zkušenější skialpinisty (schůdné za dobrých podmínek) a tečkované jsou trasy průchozí pěšky s lyžemi na zádech (často s mačkami). Nízká pořizovací cena map kompenzuje tisk na obyčejném papíře, na kterém je pár použití v zimě a v terénu citelně znát. Letní i zimní edice mají jen některé mapy a z historických důvodů také nepokrývají celé rakouské Alpy (mapovaly se oblasti kolem alpských chat Alpenvereinu), chybí především východní část území.

Švýcarsko

Pro cestu do Švýcarska sáhněte bez pochybností po zimních mapách Swiss Federal Office of Topography – Swisstopo, které jsou označovány za jedny z nejlepších map v Evropě. Jsou vydávány ve spolupráci se švýcarským alpským svazem SAC a zimní trasy jsou konzultovány se švýcarskými horskými vůdci a průvodci. Stejně jako u rakouských OeAV map jsou vyznačeny zimní trasy bez turistického obsahu. Ačkoli mapy mají měřítko 1:50 000, jsou velmi podrobné.

Mapy pokrývají nejatraktivnější terény na jihu a východě země a rozlišují stezky pro sněžničáře a pro skialp. Zahrnují všechny obvyklé trasy výstupů a sjezdů s vyznačením nejčastějších lavinových drah nebo zakázaných oblastí, kam se nesmí v zimě vstupovat (ochrana přírody, zvěře atd). Plánování túry zjednoduší šipky, které na trasách doporučují směr, kterým stoupat a klesat/sjíždět. Dostupnost map v ČR není bohužel ideální, což souvisí i s pořizovací cenou kolem 500 Kč.

TIP: Mapy Alpenvereinu jsou i v elektronické verzi. Je na nich možné skialpové túry vyhledávat a prohlížet, zjistit sklon svahu, terén nebo i sluneční svit a všechno nahrát do GPS.



NADČASOVÁ KLASIKA
 DO RŮZNÉHO TERÉNU
 PRO KAŽDÉHO.



NAZCAT GTX® | KATEGORIE TREK

Vysoce stabilní treková obuv vyrobená 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 vícedenní túry.

Climaheat

nový systém izolace od adidasu

Technologie s výstižným pojmenováním climaheat jde ve světě izolací zase o krok dál. Nedá se říct, že by se outdoorový svět dělil na dvě poloviny. První, která za jakýchkoliv okolností nedá dopustit na peří, a druhá, která je tvrdým zastáncem moderních syntetických náplní. Je to spíš o preferenci či konkrétním výběru, co se k jaké příležitosti víc hodí, v jakých povětrnostních podmínkách se budeme vyskytovat, co nás při našich outdoorových aktivitách čeká nebo kolik si toho můžeme s sebou zabalit. Co když ale existuje kompromis, který tyto dva typy izolantů kombinuje, a vzniká tak systém, který uspokojí obě skupiny? V tomto případě slovo „kompromis“ nemusí znamenat něco, co zůstalo někde na půli cesty, ba naopak.

Vysoce funkční systém izolace climaheat přináší odpověď na otázku, kterou si klade většina nadšených příznivců outdoorových sportů při výběru zimního oblečení. Zvolit prachové peří, nebo syntetickou náplň? Peří je uživateli vyhledáváno, protože lépe izoluje, je lehčí, skladnější, ale náročnější na údržbu a má velkou nevýhodu ve vlhkém prostředí – po namočení vytváří chuchvalce a ztrácí své tepelně-izolační vlastnosti. Naopak syntetický materiál PrimaLoft si své izolační vlastnosti zachovává, i když navlhne. Spojením prachového peří a syntetické izolace v jedno vznikl inteligentní a komplexní systém izolace climaheat, který se může chlubit tím nejlepším z obou materiálů.

Textilní výrobky climaheat využívají dvě různé varianty materiálu PrimaLoft Performance Down Blend – Gold a Silver. PrimaLoft Gold Down Blend obsahuje 30 % mikrovlákna PrimaLoft a 70 % husího prachového peří. Dosahuje celkové plnivosti až 750 cuin a díky tomu sahá jeho hřejivost do horních příček pomyslné stupnice. I mokrý materiál si zachovává až 95 % funkčnost, zatímco náplň pouze z prachového peří po navlhnutí ztrácí až 2/3 svých izolačních schopností. Náplň PrimaLoft Gold Down Blend je použita ve výrobcích (např. v bundě adidas Terrex Climaheat Ice), které uplatníte v situacích, kdy teploty padají hluboko pod hranici pohodlí, a vy chcete podat maximální výkon. Různé veliké komory s prachovým peřím jsou u zmíněné bundy sešité tak, aby se vzájemně překrývaly a zaručovaly kompletní izolaci bez slabých míst.



☑ Bunda adidas Terrex climaheat Frost.

PrimaLoft Silver Down Blend obsahuje 40 % syntetického materiálu a 60 % kachního peří, jeho plnivost dosahuje 650 cuin. Tato izolační náplň se u textilních výrobků používá standardně v kombinaci s vnější vrstvou z pevného, prodyšného a zároveň nepromokavého ripstopu, jako je tomu např. u bundy adidas Terrex Climaheat Ice, která je víc než dobrou volbou do extrémně větrného



☑ Bunda adidas Terrex climaheat ICE.

a deštivého počasí. Izolační funkce je vysoká, přičemž její hmotnost je naopak až překvapivě malá a objem sbalené bundy ještě menší. Zimní bunda se tak vejde do každého batohu.

Koncept zateplení climaheat je i nedílnou součástí obuvi s podšívkou z materiálu PrimaLoft, která tak poskytuje skvělou ochranu a udržuje nohy v suchu a teple v každých podmínkách. Kotníkové boty Terrex Fastshell i Terrex Conrax jsou na zimu skvěle vybaveny. Zvládnou pěší túru ve sněhu či nástup k zasnežené lezecké cestě. Díky membráně climaproof a neoprénovému zapínání je obuv Terrex Conrax 100% nepromokavá. Před vlhkostí a zimou dobře ochrání také obuv Terrex Fastshell s odolnou membránou a lepenými švy. Podešev Continental zaručuje až o 30 % lepší přilnavost na mokrému i suchém povrchu. Sečteno a podtrženo, máme zde dvoje nové boty, které dobře hřejí a zaručují perfektní kontrolu pohybu v nejrůznějších podmínkách.

☑ Boty adidas Terrex Fastshell.



☑ Boty adidas Terrex Conrax.

Tajemství VB

Kontroverzní odpařovací bariéra



Je vám v zimě pořád chladno, přestože jste nabalení? Máte studené nohy? Trápí vás ráno navlhlý spacák? Možná to má řešení! Tento článek pojednává o odpařovací bariéře, což je kontroverzní systém řešení izolace a oblékání. Je zdánlivě postavený na hlavu a určitě není vhodný pro každého a do každé situace.

Jsem extrémní biker a potřebuju mít i v mrazech minimum věcí. Proto jsem zvolil řešení, které odstraňuje problém pocení, a navíc mi na delší akce stačí méně věcí. Obleču se zdánlivě úplně špatně. Přímo na těle mám zcela neprodyšnou vrstvu. Přes tuhle vrstvu jednoduše žádný pot do dalších vrstev neprosteoupí, potím se jen pod ní. Další jsou pak libovolné izolační vrstvy, a to klidně i takové, jejichž izolační vlastnosti degradují při provlhnutí (např. peří). Je to totiž jedno – žádný pot se k nim nedostane. Svrchní vrstva musí chránit před větrem a vodou, prodyšná ale zase být nemusí. Šokující, že? Systém se označuje jako VB z anglického Vapor Barrier – odpařovací bariéra. Ale popořádku...

Tepelný komfort v zimě

Každý zná základní princip toho, jak se naše tělo zbavuje přebytečného tepla. Pokud je produkce a ztráta tepla v rovnováze, cítíme se komfortně. Pokud se začneme přehřívat, tělo odpoví produkcí potu (který cítíme, proto se používá termín znatelné pocení) a jeho odpařováním se pokožka ochlazuje. Jakmile odložíme vrstvy oblečení nebo když se okolní teplota sníží, produkce potu ustane a my se zase budeme cítit komfortně. I v tomhle okamžiku se ale pořád trochu potíme – vlhkost z pokožky se vypařuje do okolního vzduchu, což nás neustále trochu ochlazuje. Pro tenhle jev se používá pojem neznatelné pocení. Veškeré odpařování potu ale probíhá jen tehdy, pokud je vlhkost okolního vzduchu menší než 100 % (jinak už vzduch nemůže pojmout víc vlhkosti).

Pokud jsme v chladném počasí oblečení podle systému vrstveného oblékání, máme na sobě tři vrstvy (nebo více podle okolností): sací, izolační a svrchní. Sací má odvodem vlhkosti směrem od těla skrz povrch materiálu udržovat pokožku suchou. Izolační zadržuje tělesné teplo, ale je

i

JAK FUNGUJE ODPAŘOVACÍ BARIÉRA

Odpařovací bariéra (Vapor Barrier) je tenká neprodyšná vrstva oblečená přímo na tělo nebo na slabou první vrstvu. Pod VB zůstává veškerá vypocená vlhkost a svrchní izolační vrstvy tak zůstávají suché. Jejich průběžným oblékáním a svlékáním se reguluje tepelný komfort a omezuje pocení. Systém VB funguje pouze při nízkých teplotách, má své výhody a nevýhody i své zastánce a odpůrce.

i prodyšná, aby umožňovala rychle odvádět pot ven směrem k vnější vrstvě oblečení. Svrchní vrstva pak chrání proti vlivům počasí (dešť, sněh, vítr), současně ale umožňuje průchod vodních par směrem ven.

Kam s potem v zimě?

Co se v zimě děje s potem, který naše tělo produkuje? Pokud je množství potu relativně malé (daří se nám odvětrávat a odkládat vrstvy v případě zvýšené zátěže a produkce tepla), máme dobrou šanci, že velká část potu prostoupí vrstvami a odpaří se do vzduchu. To je ideální stav, který může být často těžké dosáhnout. Co se tedy

může stát, když to není tak ideální? V první řadě není snadné rychle a přesně odvádět přebytečné teplo (odvětráním, odložení vrstvy), zvlášť když intenzita fyzické zátěže kolísá. Dále se má většina z nás tendenci oblékat tepleji, abychom se cítili spíš v teple, než naopak. Dalším faktorem, který může přispívat k nadměrnému pocení, je paradoxně sací vrstva. Čím je dokonalejší, čím rychleji odvádí pot a vy se cítíte v suchu, tím později si uvědomíte, že se potíte víc, než jste si mysleli. Většinou totiž poznáme přehřívání teprve až si všimneme, že jsme se zpotili. Navíc se tím může úplně potlačit jediná funkce potu, což je ochlazování. Místo toho, aby se pot odpařoval, a tak ochlazoval tělo, je rychle odváděn a jen zvlhčuje další vrstvy oblečení. V neposledním řadě je komplikací i vysoká vlhkost okolního vzduchu (blíží se v chladném zimním počasí 100 %, kromě např. pólu apod.). Jak už bylo uvedeno, i kdyby byly vrstvy superprodyšné, pot se pak bude odpařovat minimálně.

Co se děje s nadbytečným potem, který se neodpaří? Pot (voda) zůstane v izolační vrstvě (vrstvách), a tím snižuje její termoizolační schopnosti. Příмым důsledkem je větší ochlazení a diskomfort, při nízkých teplotách a delším pobytu venku pak nastupuje riziko podchlazení. Při velmi nízké okolní teplotě může navíc na vnitřní straně svrchní vrstvy dojít ke kondenzaci vodních par, a tedy k dalšímu promáčení termoizolačních vrstev, v horším případě i k tvorbě ledu pod svrchní vrstvou. U materiálů pro izolační vrstvy výrobci sice často uvádějí zachování vlastností, i když jsou vlhké, ale fyziku nikdo neoklame. Nepomůže ani přidání další izolační vrstvy – ta během chvíle také zvlhne a situaci nijak nezachrání.

Vlhké oblečení na expedici

Výše zmíněné problémy s potem uvízlym v oblečení jsme asi všichni zažili. Pokud se jedná o krátkou zimní aktivitu s vysokou intenzitou a blízko je teplá místnost i suché oblečení, není to zase tak velký problém. Ke konci nám je možná trochu víc zima, pak ale zalezeme do tepla a všechno je vyřešeno. Představte si ale, že jste na několikadenní expedici, venkovní teploty se pohybují mezi 0 a $-25\text{ }^{\circ}\text{C}$ (pocitová na větru je i níž), všechnu vodu si nesete s sebou nebo ji vyrábíte ze sněhu a máte velmi malou nebo žádnou možnost oblečení sušit nebo měnit. Pak je



☑ *Vyhnuté rukávy, rozepnutá bunda - rychlá regulace vrstev oblečení je s VB (odpařovací bariéra) nezbytná.*

propocená izolační vrstva velký problém, který může vést k silnému podchlazení a ještě horším koncům. Jak se s tím vypořádat? Nebylo by lepší pocení omezit nebo zastavit, než přebytečný pot neúspěšně odvádět?

Odpařovací bariéra

Jak funguje VB v praxi? Veškerý pot, který vyprodukuje, zůstává na pokožce pod první VB vrstvou, pro kterou se používají různé materiály, zpravidla jsou to velmi tenké bundy se záterem. Komfort nošení takové bundy přímo na tělo je však mizerný, proto bývá vnitřní strana opatřena savým materiálem, který zaručí rozptýlení potu na větší plochu (nikoliv však jeho odvod). Alternativně se dá pod VB vrstvu použít tenké spodní triko – zase jen pro účel většího komfortu a rozptýlení potu.

Jaké jsou výhody VB systému? To, že se přehříváte (a tedy vaše oblečení neodpovídá fyzické aktivitě), zjistíte v podstatě ihned tak, že ucítíte pot na pokožce. Máte tedy možnost výrazně rychleji (než u konvenčního systému oblékání) zakročit – odvětrat, odložit vrstvu, a tím ihned zabránit dalšímu pocení (znatelnému, VB zastavuje ale i neznatelné). Omezení pocení má i další benefit – zamezíte vlastní dehydrataci. Tím jednak ušetříte vodu, kterou byste jinak museli tělu dodat, ale snížíte i riziko podchlazení a omrznutí. Dále zredukujete počet vrstev oblečení, nutných k dosažení stejného tepelného komfortu (udávaný tepelný zisk VB vrstvy je až $10\text{ }^{\circ}\text{C}$). ☑



☑ *Pokud se pod VB vrstvou (zde červené bunda) zpotíte, pot lze odvětrat.*

Zamezením úniku potu totiž zcela zamezíte ztrátě tepla vypařováním. No a ta největší – už zmíněná – výhoda je, že izolační vrstvy nikdy nezvlhnou a zachovávají si nezměněné termoizolační vlastnosti po celou dobu pobytu venku (i několik dní). Pokud jste v opravdu náročných podmínkách, může vám tento systém třeba i zachránit život.

„systém odpařovací bariéry je účinný, ale není vhodný pro každého a do každé situace

A jaké jsou nevýhody VB systému? V první řadě je to úzký rozsah použití. VB se dá úspěšně použít jen v dostatečné zimě – tedy při teplotách pod cca 5 °C. Na jiné než zimní použití tedy spíš rovnou zapomeňte, jinak se prostě uvaříte. Dále je to nepohodlí, které vznikne, když se zpotíte. Do té doby, než se potu zbavíte (např. odvětráním kolem krku), jste prostě jako ve vlastní šťávě. To není vůbec nic příjemného, a pokud se vám to vymkne z rukou, mohou přijít komplikace (např. opruzeniny, kožní problémy apod.). VB jednoduše vyžaduje velmi aktivní přístup k oblékání a regulaci vrstev, případně i regulaci intenzity zátěže – jen tak jde silnému pocení pod VB vrstvou zabránit. Malému zpotení pod VB vrstvou se však ani zkušený uživatel občas nevyhne a je potřeba být na to připraven a počítat s tím. Z toho vyplývající nevýhodou je to, že VB systém není pro každého a je nutné se s ním naučit pracovat. Pokud neinvestujete čas do jeho pochopení a důkladného vyzkoušení, pravděpodobně vám nikdy dobře neposlouží. Ačkoliv se používá od 2. světové války, možná právě z těchto důvodů nedošlo k jeho velkému rozšíření a produkuje ho jen pár malých outdoorových značek. Hlavní zaměření VB (výše zmíněné několikadenní zimní expedice), nutný velmi aktivní přístup k oblékání a složitost vysvětlení systému zákazníkovi bohužel VB odsouvá do outdoorového undergroundu.



▲ Záleží na situaci, ale VB vrstvu někdy neodkládám ani uvnitř a spím v ní.

Kde všude se dá VB použít? Samozřejmě je horní a spodní (kalhoty) část těla. Možná nejčastěji (a i v armádě) je systém VB používán u ponožek. Provlhlé boty jsou velký problém, během akce v podstatě neřešitelný a navíc hrozí i omrzliny. Jsou k dispozici různé VB ponožky, často používaným jednoduchým řešením jsou igelitové pytlíky (tenká ponožka, pytlík, další teplá ponožka). U bot sice není možnost regulovat odvod tepla, a je snadné se v nich zpotit, ale nohy jsou na to docela zvyklé a není to takový problém. Velmi často se VB používá pro vložky do spacáku. Navlhání spacáku je v zimě velký problém, který VB řeší. Obecně pomůže VB omezit i kondenzaci ve stanu.

Moje vlastní zkušenosti

Chvilí mi trvalo, než jsem se naučil VB správně používat. První výklus s VB bundou v -10 °C skončil neslavně – byl jsem moc oblečený a pot mi stekl a úplně promočil spodní prádlo tak, že mi za hodinu málem umrzl zadek. Po určité době jsem to vychytil a začal jsem si VB systém užívat i v našich zimních podmínkách. Představte si, že jdete celý den v -10 °C v tenkém spodním prádle a VB bundě a kalhotách, jenom když začne hodně foukat, přidáte další windstoperovou vrstvu. V noci bivak – tak jak jste, lehnete do spacáku (zatímco si ostatní převlíkají zpotené spodní prádlo) – a ráno zase tak, jak jste, vyrazíte dál. Mým hlavním impulzem naučit se pracovat s VB byl zimní závod na 1600 km bez podpory napříč Aljaškou – Iditarod Trail Invitational. Při mé první účasti jsem použil VB ponožky a bundu jen v teplotách pod -35 °C. Při druhé jsem měl ponožky i bundu na sobě pořád a s velkým úspěchem jsem je použil v teplotách od +5 do -45 °C. Pod tenkou VB bundou jsem vezl tenké spodní vlňené merino triko (ani po dvou týdnech nesmrdělo!). Přes VB jsem měl silnější vlňené triko a softshell bundu – takhle jsem pohodlně fungoval do -30 °C! Ponožky používám speciální, slaminované tři do jedné (tenká syntetická vrstva, VB vrstva a pak svrchní izolační), kromě největší zimy (pod -40 °C) to byly jediné ponožky, které jsem na nohou měl. Provizorní VB ponožky z plastového pytlíku jsou podle mého názoru i v našich zimních podmínkách nejpoužitelnější VB aplikací. VB vložku do spacáku nepoužívám, protože její funkci částečně supluje VB bunda, jinak bych ji určitě použil. Do největší zimy jsem měl připravené palčáky s VB vložkou, ty jsem ale zase použil jen v největším extrémě.

Použití VB je velmi kontroverzní záležitost. Je jen na vás, jestli se rozhodnete systém vyzkoušet a naučit se ho používat. Asi to nebude úplně jednoduché a nebude to hned, ale je možné, že vás výsledky pozitivně překvapí.

Autor: Pavel Richtř

Extrémní biker, který letos v březnu dokončil na skvělém 4. místě jeden z nejděrnějších závodů planety, zimní nonstop Iditarod Trail Invitational, 1600 km napříč divočinou Aljašky po stezkách psích spřežení.

Novinky a zajímavosti v outdoorové výbavě



Buff Balaclava Cross Tech

Kombinovaná kukla

Balaclava Cross Tech je kombinovaná kukla, ideální pod přílbu. Vršek kukly je z prodyšného materiálu Thermo Fastwick, zatímco obličejová část je chráněna Windstopperem. Krční část je zateplena flísem. Dostupná ve dvou velikostech - S/M a L/XL.

Infocena: 1 049 Kč

www.buff.sk

Atomic Cliffline Stormfold Jacket

Lyžařská bunda do nejnáročnějších podmínek

Nejvýkonnější bunda z první kolekce lyžařského oblečení Atomic s radikálním přístupem k vrstvení. Hlavní bundou je lyžařská střední vrstva a k tomu samostatná tenoučká svrchní bunda s vodním sloupcem 20 m do nepříznivých podmínek, kterou je možné zároveň uložit do kapsy na zádech hlavní bundy. Materiály Pertex a Primaloft pro maximální lehkost.

Infocena: 17 990 Kč

www.AmerSports.cz/atomic



Atomic Ridgeline 3L Jacket

Odolná bunda z třívrstvého laminátu

Bunda z řady Ridgeline vás ochrání i v náročných podmínkách díky strečovému materiálu Pertex Shield+ s vodním sloupcem 20 m. Zipy pro odvětrání jsou umístěny na přední straně bundy pro lepší dosažitelnost a proudění vzduchu. Samozřejmostí jsou sněžný pás, kapsa na skipás, lyžařská kapuce, 100% podlepené švy a technologie Recco.

Infocena: 9 990 Kč

www.AmerSports.cz/atomic



Directalpine Lyskam

Celoroční technická bunda

Novinka. Celoroční technická bunda z větruodolného softshellu Polartec Wind Pro. Nabízí extrémně vysokou prodyšnost a zároveň velmi dobrou ochranu proti větru, na rozdíl od klasického flísového materiálu. Anatomický střih, pevná kapuce, zesílení ramen a loktů elastickou Cordurou odolnou proti oděru, to vše tvoří velmi pohodlnou a odolnou bundu pro širokou škálu outdoorových aktivit během celého roku.

Infocena: 3 590 Kč

www.DirectAlpine.cz



Fjällräven Arktis Trousers

Zimní kalhoty

Teplé, odolné zimní kalhoty z materiálu G-1000, na exponovaných místech zpevněné materiálem G-1000 HD. Tříkrát prošité švy, síťovaná podšívka v plné délce, pět kapes a pohodlný střih. Pro zvýšení odolnosti možno voskovat.

Infocena: 5 590 Kč

www.fjallraven.cz



Fjällräven Abisko 65

Trekový batoh

Lehký (2180 g), úzký trekový batoh v jednoduchém designu, který je pohodlný při pochodu v kopcovitém terénu a vhodný pro celoroční použití.

Předtvarovaná pevná záda, pevné dno, celorozezpínací zpředu, reflexní prvky, píšťalka na prsním popruhu a pláštěnka.

Infocena: 6 490 Kč

www.fjallraven.cz



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. V aktuálním vydání Světa outdooru jsme se mírně zaměřili na skialpové a zimní vybavení. Otestovali jsme například pět skialpinistických batohů nebo šest zateplovacích bund. Podrobnější recenze s detailními fotografiemi, a u části výrobků také důkladné testy, najdete na www.SvetOutdooru.cz.

Batoh **Berghaus** **Arete Couloir 25**

Testovaný Arete Couloir 25 je skialpinistický a freeridový batoh, který je možné velmi snadno předělat na lavinový batoh s využitím zádového modulu ABS Vario. Záměna klasického zádového systému Fusion 2 za ABS Vario je přitom záležitostí pár desítek vteřin, kdy pomocí robustního zipu stačí uvolnit standardní záda a místo nich připnout ABS Vario. Dodatečnou pojistkou je potom propojení čtyř popruhů s ABS Vario.

Batoh má dvě velké svislé komory se zavíráním obousměrnými zipy a v horní části ještě menší komoru s jednosměrným zipem. Menší ze dvou hlavních komor obsahuje dvě kapsy na lavinovou sondu a násadu sněhové lopaty. Čelo batohu má po obou stranách našité popruhy s fixací po pěti centimetrech, takže na každé straně je osm ok k připevnění oblečení či dalšího materiálu k batohu. Připínání snowboardu je řešeno pomocí dvou popruhů na čele batohu, na jejichž koncích se nacházejí spony s atypickým způsobem zapínání, na které je třeba si zvyknout. Horní z těchto popruhů se sponou je kromě připevnění snowboardu možné použít i pro diagonální připevnění lyží.

Lyže samotné se připínají dvěma způsoby. Buď plně diagonálně, nebo jen částečně diagonálně, kdy jsou v horní části batohu vedeny středem. Pro oba způsoby připevnění se lyže zasunují dole do velkého oka na levé straně čela batohu. Na pravé straně dolní části batohu je potom stahovatelné oko na připevnění cepínu, který Arete Couloir „unese“ pouze jeden, což podle mého názoru může při některých vážnějších skialpových podnicích být limitující.

U zádového systému Fusion 2 kromě tvarovaných zad a ideálně širokých ramenních popruhů chválím také použitý materiál, do kterého se v případě položení batohu na zem „nezasekává“ sníh. Na přezce polohovatelného hrudního popruhu je zajímavá vychytávka v podobě malé píšťalky, kterou je možné odejmout. JP



Berghaus Arete Couloir 25

Skialpový a freeride batoh

Dodává: Fordex Česko

Infocena: 2 700 Kč

Více info na www.berghaus.com

Co se nám líbí

- Možnost připojení ABS Vario

Lavinový batoh **Pieps**

JetForce Tour Rider

První lavinový batoh bez stlačeného plynu, tak by se dal stručně charakterizovat revoluční batoh značky Pieps, který jsme měli možnost krátce prověřit. Proč je řeč o revoluční technologii? Nafukovací vak je totiž plněn výkonným ventilátorem napájeným z baterie.

Obvykle slabá výdrž baterií při teplotách hluboko pod bodem mrazu může vzbudit pesimismus z hlediska použitelnosti Pieps JetForce v zimě. Výrobce ale garantuje minimálně dva týdny provozu při velkých mrazech (denně 8 hodin v mrazu), pokud je Li-ion baterie před výletem plně nabitá, což vystačí na naprostou většinu výletů na freeride, heliski nebo skialp. Abych výdrž prověřil, postupoval jsem následovně: Baterii Pieps JetForce jsem nabítl a vak při teplotě kolem +20 °C třikrát „odpálil“. Diody detekující nabití baterie ukazovaly po těchto třech odpalech 100 %. Následně jsem batoh na 40 hodin vložil do mrazicího boxu s teplotou -20 °C, což simulovalo pět dnů plného provozu v pořádné zimě. Čekal jsem, že část diod nebude po tak dlouhé době svítit. Svítily všechny, a teprve po dalších třech naplněních lavinového vaku kleslo nabití na 75 %. Znamená to, že baterie na jedno nabití vydrží většinu klasické zimní sezony. Výrobce navíc udává, že baterie by měla vydržet alespoň pět set nabití, což přesahuje předpokládané desetileté používání.

Batoh se zapíná pomocí dvouvrstevného zmáčknutí červeného tlačítka v konci madla. Rozsvítí se zelená dioda, jež signalizuje pozitivní výsledek při kontrole systému. Stav baterií ukáže přiměřený počet modrých diod. Aktivace batohu je potom velmi snadná – zatažením za madlo. Ventilátor jede naplno necelých deset vteřin, z nichž na naplnění stačí prvních 3,5 vteřiny, poté zvyšuje tlak ve vaku. Po nafouknutí je vak ještě dofukován až do třetí minuty přerušovaně a nižší rychlostí, aby byl tlak po celou dobu pádu potenciálně maximální. Pak se začne lavinový vak postupně samovolně vypouštět a uvolňovat prostor kolem strženého lavinou. Deaktivace batohu je po skončení výletu podobná – na více než pět vteřin zmáčknout stejné červené tlačítko.

Po vypuštění vaku u Pieps JetForce je opětovná příprava snadná – stačí přejet s jezdcem zipu na začátek, sepnout zip a vak volně poskládat do příslušného prostoru v batohu s postupným zavíráním zipu. Po minutě či dvou je batoh plně připraven k dalšímu „odpálení“.

Pieps JetForce Tour Rider 24 má kromě prostoru na baterii a poskládaný nafukovací vak dvě velké a jednu menší kapsu. Vepředu je velká kapsa vybavena třemi textilními tunely pro umístění lavinové soupravy – lopaty a sondy. Malá kapsa je určena na drobnosti. Největší kapsa je celootvírací v zádech batohu a vejdu se do ní i objemnější věci. Přes tuto kapsu je také přístup k nabíjecímu konektoru a k baterii. Z hlediska vnitřního objemu a konstrukce je batoh plně vyhovující pro předpokládané použití při freeridu a jednodenních skialpinistických výletech.

Lyže nebo snowboard se na batohu připevňují zepředu a u lyží je ještě možnost diagonálního připevnění. Batoh dobře sedí na zádech a jeho fixace je snadno doladitelná pomocí ramenních popruhů. Bederní pás je vybaven kovovou přezkou. Jak je u lavinových batohů zvykem, kvůli možnosti stržení při pádu laviny se přidává ještě další popruh, držící batoh přes třísla. Líbila se mi drobná vychytávka: žlutý tříslový popruh je skrytý v kapse (převoz, let ve vrtulníku, pobyt na chatě), takže se nikde neplete. JP



Pieps JetForce Tour Rider 24

Lavinový batoh plněný ventilátorem

Dodává: Total Outdoor

Infocena: 22 990 Kč

Více info na www.JetForce.cz

Co se nám líbí

- Výdrž akumulátoru
- Možnost opakovaného „odpálení“





H14R.2



H7R.2



SE0 7R



NEO



Skialpový batoh **Bergans** **Istinden 34 L**

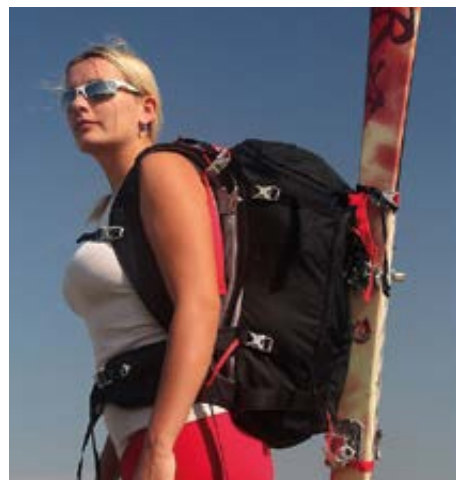
Bergans Istinden 34 L je v mnoha ohledech odlišný od standardních batohů na zimní aktivity. Upevnění lyží na něj předpokládá i lyžování v zaslíbených oblastech s prašanem, a tak spodní popruhy na boku s vyztužením pojmu lyže až 17 cm široké.

Druhou možností nošení lyží je diagonálně přes čelní plochu batohu. Do dolního červeného popruhu se přitom může vejít lyže široká až dvacet centimetrů. Nahoře se lyže připeňují odnímatelným popruhem, který je protažený tunýlkem mezi velkou čelní kapsou a víkovou kapsou batohu.

Na první pohled se jako velmi povedené jeví řešení upevňování cepínů, případně jiného materiálu na čelo batohu. Dole je hliníková „kotva“, od níž vede skrytě čelem batohu dvojité lanko, a nahoře je potom venku stahovací element. Cepín se tak dole zasune, nahoře se protáhne mezi černým okem a dvojitým lankem a stáhne se tak, aby se při aktuálním naplnění batohu ani nehnul.

Batoh je rozdělený na dvě komory a velkou kapsu ve víku. Všechny zipy zvnějšku mají jen poutka s ideální velikostí, s nimiž se dá snadno manipulovat v tenčích rukavicích všemi prsty včetně palce. Zipy jsou jednosměrné, s výjimkou zádového a víkového zipu do největší komory batohu. Prostor dvou hlavních komor je dále členěn na několik kapes, ty síťované jsou uzavíratelné zipem.

Velmi oceňuji možnost záda batohu otevřít pomocí obousměrného zipu, který je obepíná ze tří stran. K plnému přístupu do hlavní komory pak stačí jenom rozepnout dvě přezky u ramenních popruhů. Zádový systém je prolisovaný a s pravidelnými výstupky ve tvaru U pro lepší odvod potu. Drobnou výtku bych měl k bederáku, který se mi na bocích zdá lehce předimenzovaný. Na obou stranách jsou červená poutka pro rychlé zavěšení materiálu a v levé části ještě zipem uzavíratelná kapsa. JP



Bergans Istinden 34 L

Skialpový a freeride batoh

Dodává: Norská móda

Infocena: 4 704 Kč

Více info na www.NorskaModa.cz

Co se nám líbí

- Systém uchycení cepínů



Prodejce naleznete na www.ledlenser.cz v sekci prodejní síť.

Batoh Vaude Nendaz

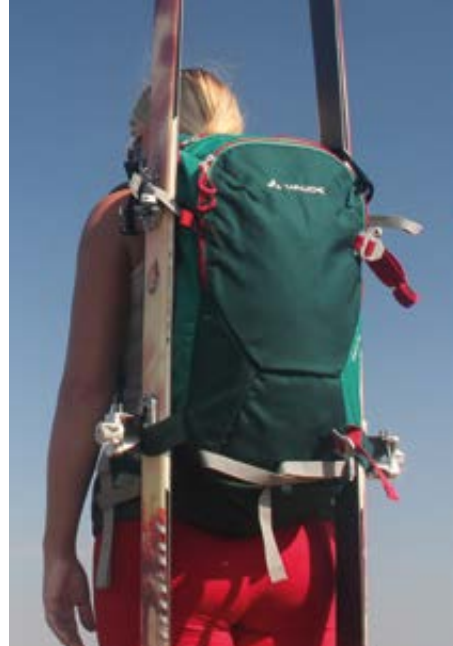
Vaude Nendaz 30 je univerzální batoh pro zimní sportovní aktivity. Vzhledem k možnosti pohodlného a rychlého přidělení lyží, snowboardu nebo sněžnic je vhodný pro jednodenní skialpové túry nebo vícedenní přechody za podpory chat, freeride a snowboard.

Pro připevnění lyží slouží boční popruhy, do nichž se vejdou lyže o šířce do 13 cm za vázáním. Snowboard a sněžnice se připevňují velmi rychle pomocí dvou popruhů, stahovatelných povedenými a robustními hliníkovými přezkami. Hliníková přezka je i u krátkého popruhu v pravé části zad, kde slouží pro uzavření a zajištění kapsy vhodné například pro stoupačí pásy.

Nendaz 30 má vnitřní prostor dělený do dvou hlavních komor a jedné menší kapsy v horní části, která jako jediná má jednosměrný zip. Malá komora v horní části je z šedé tkaniny podobné mikrovláknů a hodí se pro uschování brýlí nebo jiných křehkých předmětů. Kromě toho jsou v ní dva všítké tunely pro lavinovou sondu a násadu sněžové lopaty. Hlavní komora je ze tří stran kryta obousměrným zipem, obsahuje jednu velkou kapsu na vodní vak či jiné rozměrnější předměty a malou síťovanou kapsu na drobnosti včetně karabinky. Ze zad hlavní komory se během pár vteřin dá vytáhnout výztuha, která je v případě zranění a zlomenin použitelná jako dlaha, kterou je možné snadno tvarovat a fixovat pomocí materiálu z lékárníčky.

Zádový systém má profilovaný podklad pro lepší odvod potu a z dosavadní zkušenosti mohou říct, že ramenní popruhy jsou dostatečně široké a vhodně tvarované. Bederní popruh je poměrně široký a mohutný, což se mi vzhledem k velikosti batohu zdá trochu předimenzované. V jedné jeho části je integrovaná větší kapsa uzavíratelná zipem, zatímco v druhé najdeme oko na zavěšení materiálu.

Vaude Nendaz 30 vhodný pro jakékoliv zimní aktivity typu freeride nebo jednodenní skialpinistické výlety. Vzhledem k objemu batohu jsou vícedenní výlety možné jen s plnou podporou chat. *JP*



Vaude Nendaz 30

Skialpinistický a freeridový batoh

Dodává: Vaude

Infocena: 3 490 Kč

Více info na www.VaudeCZ.cz

Co se nám líbí

- **Systém připevňování zimního sportovního nářadí**
- **Zádová výztuha použitelná jako dlaha**

Batoh Penguin Ace

Penguin Ace je netradiční, protože se snaží být co nejuniverzálnější pro řadu zimních a letních aktivit v horách, od jednodenních po vícedenní, ať už se jedná o skialp nebo MTB.

Testovaný batoh má dvě velké komory přístupné obousměrnými zipy. Do menší z nich je přístup pomocí zipu obepínajícího komoru ze tří stran. Jako praktický hodnotím vstup do hlavní komory skrz zádový panel, což je při aktivitách na sněhu velká výhoda. V horní části je krytá kapsa přes celá záda, která v sobě skrývá celozádovou polypropylenovou desku. Díky tomu zádový systém batohu funguje jako provizorní chránič páteře pro zimní sporty i horská kola.

Velmi dobře jsou vyřešeny dva příčné popruhy, sloužící v zimě primárně k uchycení snowboardu. Oba jsou zakončeny až na zádovém vstupu do batohu, a slouží tak zároveň jako pojistka pro případ, že by zip tohoto vstupu do hlavní komory selhal. Batoh se s jejich pomocí dá stáhnout

a zmenšit v závislosti na jeho naplněnosti. Popruhy slouží nejenom k uchycení snowboardu, ale díky své posuvnosti i k uchycení lyží zboku. Podle aktuální šířky pat zasouvávaných lyží se popruhy snadno přizpůsobí, a lyže tak dole pevně drží a neviklají se. Horní horizontální popruh je

navíc použitelný pro připevnění integrální nebo standardní cyklopřílby.

Zádový systém batohu je určen pro aktivity s vysokým stupněm pocení, protože polstrovaný udržuje batoh od těla. Ramenní popruhy jsou nahoře navzájem propojené, což je z mé zkušenosti spíše nepraktické; takhle vybavený batoh nesedne každému. Hrudní popruh je vertikálně posuvný a oranžová spínací přezka je rozšířena o integrovanou píšťalku. Bederní popruh je možné snadno odejmout, neboť jej drží jenom suchý zip skrytý v tunelu, kterým je bederák protažen.

Batoh Penguin Ace je povedený, celoročně použitelný univerzální batoh na skialp, freeride, sněžnice, snowboard, horská kola nebo turistiku. *JP*

Penguin Ace

Celoročně využitelný batoh

Dodává: Penguin

Infocena: 1 890 Kč

Více info na www.penguin.cz

Co se nám líbí

- **Univerzálnost příčných popruhů**



" 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

Další recenze a testy oblečení na www.svetoutdooru.cz/obleceni-boty

Péřová bunda Sir Joseph Ametys II

Dámská péřová bunda Ametys II díky svému střihu a provedení nabízí univerzální použití nejenom pro zimní sporty, ale také při běžném nošení do města. Zaměřeni i na běžné nošení částečně vyplývá i z dvojitých světlých švů na jinak tmavé svrchní látce – k dispozici byla barva berry.

Bunda je doslova nacpána prachovým husím peřím 90/10 (650 cuin), které tvoří přes 38 % její celkové hmotnosti. O teplotních a izolačních vlastnostech tak není potřeba vůbec pochybovat a výrobcem udávané teplotní určení -15 °C je zřejmě myšleno jen se spodním prádlem.

Zip je klasický obousměrný YKK, kde je horní jezdec pro snadnější manipulaci v rukavicích opatřen poutkem s plastovým zakončením, jehož symetrický tvar velmi usnadňuje zapínání a rozepínání bundy. Dvě velké kapsy na zip zdhrnující shora dolů jsou v zimě dobře využitelné pro ohřev chladných prstů u většiny dívek a žen – zvnějšku je silná izolační vrstva peří, zatímco od těla je kapsa oddělena dvěma tenkými vrstvami látky.

Rukávy jsou zakončeny dvojitě. Vnitřní se dobře stahuje pružným lemem kolem zápěstí, zatímco vnější pomocí suchého zipu. Ten je podstatně větší než vnitřní, a proto při stažení kolem zápěstí standardní dívky volně vlaje velký nevyužitý kus sucháče. Spíš to vypadá na určení pro mužské zápěstí nebo u žen pro použití krátkých rukavic a stažení přes ně. Pochvalu zasluží kapuce se zpevněným štítkem, jejíž tvar se dá přizpůsobit jednoručním stahováním na temeni a dalšími dvěma na přední straně kapuce. Moc se mi líbilo přední stahování kolem obličejce, kde nadbytečné lanko je možné schovat uvnitř bundy volným zasunutím zvenku přes malé vypouzdřené díry.



Zkoušená bunda byla vevnitř v šedé barvě, což ideálně doplňovalo vnější berry. Za pozornost stojí doslova a do písmene obrovská vnitřní kapsa na zip, která svou velikostí může nahradit středně velkou kabelku. JP

Sir Joseph Ametys II

Dámská péřová bunda

Dodává: Sir Joseph

Infocena: 5 490 Kč

Více info na www.SirJoseph.cz

Co se nám líbí

- Módní barevné kombinace
- Izolační vlastnosti

Pěřová bunda

Sir Joseph Koteka II

Inovovaná, už druhá evoluční verze pěřovky Koteka z produkce rodinné firmy Rakoncajú představuje nejlehčí bundu s kapucí v modelové řadě Sir Joseph. Oproti první verzi Koteka výrazně odlehčila na 370 g ve vel. M (490 g u první verze), což je bezesporu zajímavé číslo. Použitá lehká tkanina SoftexMicro (28 g/m²) se nemění, stejně jako kvalita izolační náplně v podobě prachového husího peří o plnivosti 800 cuin. Peří však nová Koteka obsahuje jen 150 g (oproti 220 g), což koresponduje se snahou o další odlehčení. Rukávy jsou teď zakončeny jednoduše do pružného lemu, zipy vnějších kapes se obejdou bez krycí légy. Koteka II přišla o podložení vnitřní strany límce mikroflísem i o vnitřní manžetu v zakončení rukávů. Všechna tato zjednodušení bundě podle mě jednoznačně prospěla. V Turnově použili komorovou konstrukci zabraňující pohybu peří a zdvojený stříh loktů. Zcela nová je kompaktní kapuce s pružným předním lemlem a regulací obvodu. Díky konstrukci z úzkých příčných a podélných komor kapuce na hlavě výborně sedí i bez regulace průzoru. Límec ze tří podélných „buřtů“ dobře obepíná krk jak s nasazenou, tak i nenásazenou kapucí. Zadní díl bundy je prodloužený a spodní lem se dá stahovat pomocí jednoručně ovládaných samosvorek. Hlavní zip je obousměrný.

Sir Joseph Koteka II Man

Lehká pěřová bunda

Dodává: Sir Joseph

Infocena: 6 490 Kč

Více info na www.SirJoseph.cz

Stříh je příjemně přiléhavý, což spolu s nižším objemem pěřové náplně činí Koteku z mého pohledu velmi dobře použitelnou jako zateplovací vrstvu pod svrchní nepropro bundu. Jde ji samozřejmě použít i jako samostatnou svrchní vrstvu. Koteka poslouží všude tam, kde potřebujeme skladnou izolační vrstvu do



chladnějších klimatických podmínek, spíše pro krátkodobé použití, například na štandu při alpském lezení, při pauze během skialpové túry apod. Koteka se dá složit do malého obalu, který je integrovaný do vnitřní kapsy. Výrobce udává teplotní určení bundy do -15 °C (oproti -25 °C u verze I). KH

Co se nám líbí

- Poměr hmotnosti a izolačních vlastností
- Výborná sbalitelnost

Dámská pěřovka Vaude Kabru Hooded



Dámská pěřovka Kabru Hooded zaujme na první pohled svými ladnými tvary. Doba, kdy bylo těžké od sebe odlišit muže a ženu oblečené do pěřovky, protože všichni stejně nakonec vypadali jako z reklamy na Michelin, je už našťásti dávno za námi. Většina výrobců má v nabídce vkusné, anatomicky tvarované modely a bunda Kabru patří k těm povedenějším z nich. Pěkný vzhled bundy kromě anatomického stříhu charakterizuje zejména střizlivý design kombinující pouze dvě doplňující se barvy. Je opatřena dvěma vnějšími kapsami a zajímavé je, že na zapnuté bundě jsou kapsy téměř neviditelné. Všité zipy jsou v zapnutém stavu zcela překryty vnějším materiálem a najdete je jenom podle šňůrek od jezdců. Dalším designovým ozvláštěním je neobvyklý tvar pěřových komor, členěných do kosočtverců.

Atraktivní design je sice důležitý, ale pro outdoorové použití nás vždycky zajímá především funkčnost. Použito je husí peří v poměru 90/10 s plnivostí 650 cuin. Celková hmotnost je 518 gramů (velikost XS) a jistě by mohla být ještě o něco nižší. Výrobce se vědomě nepouští do probíhajících závodů o co nejlehčí výrobek (na to má ostatně sestru

Kabru Light). Vnější materiál je o něco vyšší gramáže než u konkurenčních výrobků, tím ale působí robustnějším dojmem a dá se předpokládat lepší odolnost před mechanickým poškozením. Hlavní zip je vypořádkován vnitřní zateplovací légou, která jej navíc chrání proti zasekávání. V oblasti krku je zip zakončen krytem na jezdcu. V dolním lemu je bunda vybavena stahováním, které se pohodlně ovládá zevnitř kapes. Na rubu bundy se nachází prostomá vnitřní kapsa uzavíratelná na zip, která bez problému pojme například stoupací pásy, nebo dokonce sama sebe.

Celkově jde o povedenou pěřovku, která poslouží buď samostatně, nebo jako druhá vrstva, a to jak na horské túře, tak na lyžích nebo při zimním kempování a ostudu majitele neudělá ani ve městě. OM

Vaude Kabru Hooded

Dámská pěřová bunda

Dodává: Vaude Sport zastoupení pro ČR

Infocena: 6 499 Kč

Více info na www.VaudeCZ.cz

Co se nám líbí

- Odolný vnější materiál
- Atraktivní design



KE KAŽDÉMU VYHLEDÁVAČI PIEPS
LAVINOVÝ KURZ
ZDARMA

21.2.2015 - BESKYDY - KOHÚTKA
21.2.2015 - KRKONOŠE - VÝROVKA
22.2.2015 - KRKONOŠE - VÝROVKA
28.2.2015 - JESENÍKY - OVČÁRNA
28.2.2015 - NÍZKÉ TATRY - JASNÁ
1.3.2015 - NÍZKÉ TATRY - JASNÁ

REGISTRACE
www.pips.cz

Plecotus Light 24l



Nově ve výbavě HS ČR



RECENZE VYBAVENÍ

Direct Alpine Trango 2.0

Hybridní třívrstvá hardshellová bunda

Dodává: Direct Alpine

Infocena: 6 990 Kč

Více info na www.DirectAlpine.cz

Bunda Direct Alpine Trango 2.0

Trango je zvucný pojem nejen ve světě horolezectví, ale i v nabídce českého výrobce Direct Alpine. K otestování jsem dostal inovovaný model horolezecké bundy pyšnicki se právě tímto označením. Osobně považuji „direct“ za jednu z firem s nejlepšími střihy a Trango to jen potvrzuje. Přesný anatomický střih v kombinaci s perfektními rukávy zaručuje absolutní volnost pohybu, a ani při velmi dlouhých nátažích se spodní okraj bundy téměř nepohne. Uprnutý střih nevytváří zbytečná hluchá místa, ale zároveň umožňuje přidat pod bundu další vrstvy.

Základní materiál je střečový třívrstvý softshell, účelově doplněný klasickým třívrstvým laminátem, oba se standardními hodnotami prodyšnosti a voděodolnosti. Za zmínku stojí podšívka základního materiálu (softshellu), která je tvořena jemně česaným meshem pro zvýšení komfortu.

A teď k detailům. Kapuce je dostatečně veliká pro použití s přilbou a najdete na ní dvojité stahování pro přesnější nastavení. Předozadní nastavení pro polohování kšiltu však postrádám. Kšilt by také mohl být rozměrnější a pevnější, aby se při regulaci otvoru pro obličej méně deformoval. Výška límce odpovídá určené bundy. V podpaží je rozměrné odvětrání, na levém rameni malá kapsička např. na permici a z přední strany dvě středně velké kapsy se sítkou uvnitř. Tu bych osobně raději nahradil membránovým materiálem kvůli lepší voděodolnosti, takto koncipované kapsy ovšem dovolují lepší odvětrání. Zipy jsou voděodolné, opatřené manipulačními poutky, a ten hlavně je navíc obousměrný a podložený légou. Hřbet ruky je krytý prodlouženým rukávem a opatřený klasickou regulací pomocí suchého zipu. Bunda má prodloužený zadní díl.

Model Trango nadchne perfektním střihem, použitými materiály a atraktivním vzhledem. K některým technickým řešením mám jisté výhrady, které ale zatím nejsou podloženy delší zkušeností v praxi. Doufám, že nadcházející sezona poskytne dostatek příležitostí k důkladnému otestování. //

Co se nám líbí

- Anatomický střih
- Kombinace softshellu a hardshellu

Rukavice Marmot Spring

Kdo se nechce nechat překvapit příchodem zimy, měl by vzít přípravy na ni pevně do rukou. Rukavice Marmot Spring ale najdou uplatnění v podstatě po celý rok, s výjimkou léta na pláži. Jde o univerzální rukavice, kterým se nejvíce budou zamlouvat disciplíny jako je VHT, skialpinismus, lezení v ledu nebo třeba běžky. Pro všechny uvedené sporty se náramně hodí vlastnosti, které tyto rukavice mají.

Bunda **High Point Flow**

Trend „body mappingu“ a hybridních designů se snaží sledovat i tuzemští výrobci, a tak tu máme „hybrid“ s rodným listem ze Šumavy. Jde o celoroze-pínací mikinu ze střešového materiálu Tecnostretch, který je na bocích, zádech a rukávech. Na břše



a hrudníku jsou pak panely z větruodolného nylonu se zateplením izolací Climashield Apex. Jemná nylonová tkanina je i po celém obvodu vnější strany límcem. Dobře známý Tecnostretch od italského Pontortera má na vnější straně vylepšení v podobě tzv. keramického printu. Jde o malé plošky mechanicky odolného materiálu naneseného v pravidelné struktuře do povrchové struktury tkaniny, jejichž cílem je zvýšit odolnost materiálu proti opotřebení oděrem. Všechny použité zipy jsou značky YKK, škoda jen, že hlavní zip nedisponuje zdvojeným jezdcem. Pochvalu si zaslouží provedení většiny detailů, např. podložení hlavního zipu proužkem tužšího hladkého materiálu pro zamezení zadržnutí a skřípnutí tkaniny. Celkově je střih přiléhavý, v pase spíše kratší délky. Rukávy s otvory pro palec jsou dostatečně dlouhé a umožňují bezproblémový rozsah pohybu paží. Dvě vnější kapsy doplňuje jedna vnitřní náprsní, všechny jsou uzavíratelné na zip.

Bunda Flow představuje skutečně vysoce univerzální kousek outdoorového šatníku. Kombinace materiálů předpokládá především použití s batohem. Žáda jsou před větrem částečně chráněna batohem a na zádech se také většinou začneme dřív potit. Vysoce prodyšný Tecnostretch tak v této partii vyhoví nejlíp. Naopak komfort teplotně nejcitlivější oblasti břicha a hrudníku, která je víc vystavena větru, je zajištěn větruodolným materiálem doplněným navíc o tenkou izolační vrstvu. Flow najde využití při široké škále outdoorových aktivit. Na jaře a na podzim může dobře fungovat jako druhá a zároveň vnější vrstva, stejně jako za chladnějšího počasí při výrazněji aerobních aktivitách. V zimním období pak může posloužit jako druhá vrstva, kdy v batohu zabere jen minimální objem. *KH*

Co se nám líbí

- Univerzálnost – široké využití
- Poměr hmotnosti a využitelnosti tepelné izolace

High Point Flow

Hybridní bunda druhé vrstvy

Dodává: High Point

Infocena: 3 290 Kč

Více info na www.HighPoint.cz

Zvlášť u lezeckých disciplín a VHT je na místě zvýšená mechanická odolnost na dlaních a cit v rukách. Exponovaná místa, jako jsou dlaně, boky včetně konců prstů a hřbety ruky, tvoří přírodní kozí kůže tloušťky 0,6 mm. Tedy poměrně tenká kůže, poskytující dobrý cit v prstech a jejich pohyblivost. Tu jistě ocení každý, kdo během své záliby bude například manipulovat s lezeckým materiálem. Na zbytek rukavic je použit pružný softshell s vodoodpudivou úpravou.

Dobrá ohebnost a cit se nutně musely projevit na tepelném komfortu. Rukavice jsou jen mírně zateplené vnitřní podšívkou, tvořenou materiálem DriClima, což je jemně počesaný flís. Mezi vnější a vnitřní vrstvou je nalaminovaná Marmot MemBrain, tedy PU membrána. Její parametry výrobce uvádí jako 10 000 mm vodního sloupce a prodyšnost 10 000 g/24 h. Při běžném testu nepromokavosti rukavice obstály. Voda po nich snadno stéká dolů a díky tomu snadno nenavlhne. Pod proudem vody nebo při ponoření za poměrně krátkou dobu začaly promokávat v oblasti palců, což se však dalo očekávat, neboť ani 100% nepromokavé být nemají, a proto nejsou švy podlepené.

Pro drsnější, a hlavně chladnější podmínky bychom od tohoto výrobce našli řadu vhodnějších modelů. Ovšem v poměru nepromokavosti, mechanické odolnosti, pohyblivosti, jemnosti úchopu a nízké hmotnosti hraje tenhle model prim. Za zmínku na závěr stojí i několik technických detailů, jako je pružný lem na suchý zip, poutka na sepnutí rukavic

nebo praktická tkanina na palci, určená pro utírání nosu. Jelikož jsou na výběr tři barevné kombinace a rozsah velikostí XS–XL, měl by být výběr toho správného páru snadný. *KV*

Marmot Spring Glove

Univerzální zateplené rukavice

Dodává: Martin Rak

Infocena: 1 590 Kč

Více info na www.marmot.de

Co se nám líbí

- Dobrá pohyblivost prstů
- Nízká hmotnost



Vlněné prádlo Smartwool NTS

Co se nám líbí

- Zdvojený materiál na poklopce s otvorem pro vykonání potřeby
- Po delší fyzické námaze nezapáchá

Smartwool NTS je řada lehčího termoprádla, vyrobeného ze 100% merino vlny s gramáží 195 g/m² a plochými švy, určeného pro široké spektrum aktivit od těch horských v chladném prostředí až po letní výlety. Merino vlna je jemný přírodní materiál s několika pozitivními vlastnostmi. Jednou z nich je redukce zápachu, která podle mé dosavadní zkušenosti u tohoto modelu funguje výborně, a to díky absenci syntetických vláken. Po týdenním nošení a několikerém propocení triko nevoní jen mírně v podpaží. Druhou stranou mince je pochopitelně oproti syntetickému termoprádlu kratší životnost. Rychlost odvodu vlhkosti je na dobré úrovni a jak je u prádla z merina běžné, propocení téměř nestudí. Abych byl přesný, tak studí, ale absorbuje velkou část vlhkosti a má menší tepelnou vodivost než syntetické materiály, a tak pocitově studí méně než syntetika.

Oba kusy termoprádla zaujmou povedeným střihem, specifickým svou výraznější přiléhavostí v oblasti rukávů a nohavice. Trochu překvapivě byl pro mě právě střih, který je na této trochu volnější, a tak triko zřejmě nepadne každému. Co se spodků týká, rozhodně potěší zdvojený materiál v oblasti poklopce s otvorem pro vykonání potřeby a příjemný a tak akorát pružný lem v pase.

Prádro považuju za univerzální základní vrstvu pro samostatné použití nebo za podklad pro další zateplovací vrstvy v chladnějších podmínkách pro široké spektrum aktivit, pokud uživatel vyžaduje velmi příjemný materiál, který nezapáchá a má slušnou pružnost. *OF*

Smartwool NTS 195 Crew
(pánské triko)

Smartwool NTS Light 195 Bottom
(pánské kalhoty)

Merinové triko a dlouhé spodky

Dodává: Outdoor Concept

Infocena: triko 1 899 Kč
spodky 1 799 Kč

Více info na www.RockPoint.cz

WARMPEACE · SPACÍ PYTLE VIKING

COM LIM EXT
COMFORT LIMIT EXTREM

LETNÍ

TŘÍSEZÓNÍ

Viking Blanket

Viking 300

Viking 600

Viking 900

Viking 1200

8°C 3°C -10°C

6°C 0°C -14°C

-3°C -9°C -28°C

-7°C -14°C -34°C

-10°C -18°C -38°C



VIKING – spolehlivé a léty prověřené pěráky. Cestují s Vámi již od roku 1991.

Výrobce poskytuje svým spacákům plnou záruční i pozáruční údržbu včetně servisu, odborného praní a obnovy impregnace.

Funkční triko

Craft Warm Wool

Je tomu už dobrých pár let, co jsem dostal na testování tehdy horkou novinku Craft Pro Warm Wool. Triko se mi skvěle osvědčilo při všech aktivitách od podzimu do jara, zejména při horolezectví a skialpinismu. Teď mám v rukou model Warm Wool, který na mnou dříve testovaný model koncepčně navazuje.

Warm Wool opět kombinuje polyester a merino superwash vlnu, tentokrát však v pozměněném poměru 34:66 % ve prospěch polyesteru. Polyesterový úplet je žebrovitého charakteru, díky kterému je tkanina v kontaktu s kůží zhruba z šedesáti procent. Tato stýčná plocha je pak podložena vrstvou merina, které zvyšuje termoizolační funkci trika. Ta je dále podpořena i vzduchovým kanálkem, vytvořeným mezi žebry pro optimální termoregulaci. Pro Warm byl také velmi odolný proti pachům a nejinak je tomu i u nového modelu, což po náročných aktivitách ocení hlavně vaše okolí či drahá polovička.

Triko Warm Wool má kolem krku jen mírně zvýšený stojáček, který se nijak nepere s klasickým límcem dalších vrstev. Střih je přísně anatomický a spolu s výraznou strečovostí dokonale obepíná tělo. Při výběru velikosti proto doporučuji vyzkoušet i triko o číslo menší, jestli vám nebude lépe sedět, než vaše standardní velikost. Zadní díl je prodloužený a i díky už zmíněné pružnosti se dá celé triko snadno stáhnout až pod zadek, takže vám nebude táhnout na záda.

Pro Warm Wool byla nejlepší první vrstva, jakou jsem kdy vyzkoušel. Uvidíme, jak si testovaný model povede v dlouhodobější praxi. Vzájemná podobnost ale dává jasný předpoklad pozitivního výsledku. //



Craft Warm Wool

Triko z polyesteru a superwash merino vlny

Dodává: Vavrys

Infocena: 1 550 Kč

Více info na www.vavrys.cz

Co se nám líbí

- Odolnost proti pachu
- Prodloužená záda

Kladkostroj Mammut RescYou

Mammut RescYou najde hlavní použití při pohybu v ledovcovém terénu pro sebezáchranu i záchranu druhé osoby z ledovcové trhliny. Malý obal, určený ke snadnému připnutí na sedací úvazek, obsahuje jednu oválnou key-lock karabinu a dvě statickým lankem propojené trojitě kladky s blokanty.

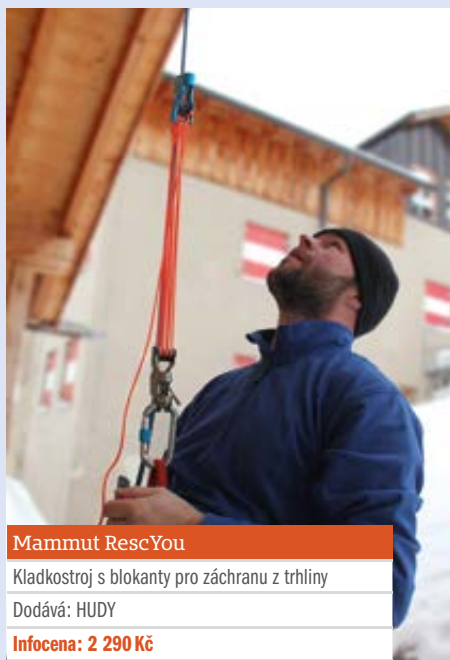
Ve visu na laně (při sebezáchrane) je potřeba napřed cvaknout karabinu s dolní kladkou do sedacího úvazku. Následuje připnutí horní kladky na lano a přitažení se pomocí lanka s plastovým madlem. Dalším krokem je vložení lana do spodní kladky s blokantem. Stoupání na laně je podobně „přidávkování“ s pomocí prusíků. V tomto případě se však nohama opíráte o stěnu trhliny a zvedáte pouze pánev. Oproti dvěma prusíkům je ovšem stoupání s Mammut RescYou výrazně jednodušší a díky trojitěmu resp. šestinásobnému kladkostroji nesrovnatelně méně namáhavé – záchranu hravě zvládne i žena. Postup je snadný – po laně posunout horní kladku, co nejvýš to tělesná konstrukce umožní, s madlem omotaným volným koncem lanka se snadno přitáhnout, posunout se na laně až do přiblížení se obou blokantů a dále pokračovat posunutím horní kladky s blokantem.

Další výhodou kromě snadného (zpřevodovaného) výstupu je možnost šplhání přes brzdicí uzly na jisticím laně. Avšak hlavní výhodou je při tomto způsobu sebezáchrany oproti klasickému prusíkování, kdy se vám ve finálním vylézání z trhliny zařezává lano do okraje trhliny bez možnosti posouvání prusíků, jeho vytahování se z okraje trhliny ven. U trhlin s kolmými nebo převislými stěnami se tedy jedná o výhodu, která rozhoduje o tom, jestli se sami dostanete z trhliny ven, nebo ne.

Pokud se po ledovci pohybujete víc než jednou ročně a chcete si maximálně usnadnit případnou komplikaci, je Mammut RescYou rozhodně zajímavým nástrojem pro záchranu z trhliny. JP

Co se nám líbí

- Šestinásobná kladka
- Kompaktní rozměr ve sbaleném stavu



Mammut RescYou

Kladkostroj s blokanty pro záchranu z trhliny

Dodává: HUDY

Infocena: 2 290 Kč

Více info na www.hudy.cz

Ternua Zanskar

Lehká nepropro bunda

Dodává: Outdoor Concept

Infocena: 9 199 KčVíce info na www.RockPoint.cz**Co se nám líbí**

- Nízká hmotnost a poddajnost Gore-Texu
- Přiléhavý střih a dostatečně velké kapsy

Bunda Ternua Zanskar

Zanskar, to je lehká bunda z třívrstvého laminátu Gore-Tex Active od baskického výrobce Ternua. Concept Active odpovídá oblečení pro aerobní aktivity. Hlavními atributy tedy jsou vysoká paropropustnost (Ret < 3), větruodolnost a odpovídající voděodolnost – přesně to námi testovaný Zanskar splňuje.

Hned na úvod musím pochválit dobře přiléhavý střih, nízkou hmotnost (380 g ve velikosti L) a poddajnost nejnovější generace laminátu Gore-Tex Active, díky čemuž téměř necítíte, že máte bundu na sobě. Zanskar si nejvíc užijete na horské lyžovačce, při vysoce aerobních aktivitách nebo během několikadenního treku při nenadálém zhoršení počasí. V případě dlouhodobého nošení těžké krosny nejde garantovat odolnost materiálu v oblasti ramen, a především pak voděodolnost. Díky lehkosti a výborné sbalitelnosti ji ale můžete využít jako kvalitní záložní vrstvu.

Na bundě jsou vzhledem k výrobce předpokládané strategii používání jen dvě větší kapsy, chráněné voděodolnými YKK zipy o délce 280 mm. Ty se nacházejí po obou stranách centrálního, poměrně málo robustního, ale spolehlivého zipu. Díky tomu se do kapes dobře dostaneme, i když máme na sobě batoh s bederákem nebo sedací úvazek. Kapsy jsou přitom dostatečně velké a hluboké na to. Odvětrávání v podpaží byste hledali marně, k tomuto účelu však slouží vnitřní část kapes, která je částečně tvořena síťovinou. V případě svižnějších pohybových aktivit bunda při rozepnutí lépe odvádí vlhkost. Kapuce je anatomicky tvarovaná a k perfektnímu obepnutí kolem hlavy slouží celkem tři druky na stahování. Štítek na kapuci proti zatékání vody do obličeje je samozřejmostí. Délka rukávů bundy Zanskar plně respektuje fakt, že se jedná o pánskou bundu. Nastavitelné manžety na suchý zip na jejich konci dávají možnost regulace šířky rukávu. Další stahovaadlo umožňuje snadnou a individuální úpravu velikosti pasu.

Funkční, lehká, dobře sbalitelná a bez jakchkoli zbytečnosti – tak by se dala ve stručnosti popsat bunda Zanskar, která je na českém trhu k máni od letošního podzimu. *PB*

Warmpeace bunda Topdeck kalhoty Rapid

Warmpeace Topdeck a Rapid 66

Pánská membránová bunda a kalhoty

Dodává: Warmpeace

Infocena: Bunda 4 350 Kč**Kalhoty 3 700 Kč**Více info na www.warmpeace.cz**Co se nám líbí**

- praktické umístění kapes
- možnost odklopení zadního dílu kalhot

Lehká, nepromokavá, univerzální dvojka. To jsou slova, kterými bych stručně charakterizoval bundu Topdeck a kalhoty Rapid od Warmpeace. Bunda Topdeck je už stálíci v nabídce výrobce a její podrobný test jste si mohli přečíst před dvěma roky na webu SvetOutdooru.cz.

U Topdecku a Rapidu je použit materiál Shell Tec Tight – membrána třetí generace s vysokou paropropustností a lepenými švy. Bunda disponuje pěti kapsami, takže prostor na všechno, co je potřeba mít při ruce, rozhodně chybět nebude. Musím pochválit praktickou kapsu na levém rukávu, ideální na vložení permanentky při lyžování. Praktická je i dostatečně velká vnitřní kapsa na smartphone, ipod či doklady. Prostě na cokoliv, co má zůstat v suchu. Veškerá regulace bundy je řešena pružnými tkanicemi se samosvorkami, které jdou ovládat jednou rukou. Bundu je možné stáhnout v dolním lemu a stejně tak kapuci bundy po jejím obvodu. Kapuci lze ještě regulovat v předozadním směru pomocí manžety se suchým zipem na zátylku. Já bych ocenil navíc regulaci u krku, ale nejedná se o nedostatek, který bych při nošení nějak výrazně pocítoval.

Kalhoty Rapid jsou celorožepinací, se třemi kapsami, dvěma vpředu a jednou vzadu. Mají volnější střih, takže se pod ně pohodlně vejde další vrstva pro zvýšení tepelného komfortu. O pohodlné přizpůsobení postavě se stará regulace v pase a šle, které je možné v případě potřeby lehce sundat. S ohledem na zvýšený pas a možnost rozepnout nohavice po celé délce jsou kalhoty ideální především pro zimní aktivity, od turistiky po skialpové výpravy. Potěší možnost odklopení zadního dílu kalhot, kdo se totiž někdy potýkal s problémem svlékání této části oděvu v zimě za účelem vykonání potřeby, určitě tuhle vychytávku ocení. Šířku nohavic jde dole regulovat suchým zipem a jsou na vnitřní straně zesíleny pevnějším materiálem. Škoda jen, že výrobce nepřidal i háček k uchycení k botám proti vyhrnování nohavic.

Zimní boty adidas Terrex Conrax

Musím říct, že jsem netrpělivě očekával příchod krabice se zimními kotníkovými botami adidas Terrex Conrax, abych je otestoval. Po otevření jsem byl poněkud zaskočen, ale potěšen. Už dlouho jsem přemýšlel nad novými „basketačkami“, a ony mi znenadání přišly... Pěkné, slušivé, velikosti 47 a 1/2, takže evidentně přímo od nějakého dvoumetrového smečáře. Po bližším ohledání jsem zjistil, že se ale v adidasu nespletli a zaslali to, co měli, velikostně přesně padly na mou nohu.

Boty adidas Terrex Conrax Climaheat ClimaProof jsou určeny pro zimní období. Nejsou to klasické „tvrdáky“ pro extrémní VHT, přesto ale snesou těžké mrazivé podmínky, ať už při horských výstupech, nebo při běžném zimním trekování. Vzhledem k počasí ve sněhu ještě testovány nebyly, ale jejich základní vlastnosti byly prověřeny při podzimním sychravém počasí v Jizerkách. Svršek bot kombinuje textilní a syntetický materiál, nepromokavost má na starosti membrána climaproof, oblast šněrování je pak chráněna neoprenovým krytím, které je osazeno suchým zipem a jistící gumičkou pro přichycení k háčku na botě. Samotnou funkčnost „sucháče“ v zimních povětrnostních podmínkách prověřím až v dlouhodobějším testu, sám mám strach, jestli třeba při neplánovaném zapínání ve sněhu bude dostatečně přiléhat a sníh nebude ulpívat na zipu. Orosenou trávu a kaluže však boty zvládly s naprostým přehledem.

Boty se zavazují rychlošněrovacím systémem se samosvorkou známým ze sportovních modelů výrobce. Na systém jsem si musel chvíli zvykat, než jsem našel ten správný grif, ale pak už šlo veškeré utahování a povolování hladce. Šněrování drží pevně a během používání se nepovoluje. Protože jsou boty určené na zimní turistiku, jsou na patě vyztužené a profilované pro použití sněžnic, ale podařilo se mi na ně připnout i mačky, což záměrem výrobce nebylo. Pro přichycení nohavic nebo náleků je k dispozici očko na konci šněrování. Obuv spadá do konceptu climaheat, který díky ověřenému materiálu PrimaLoft zaručuje výbornou tepelnou izolaci.

Materiál Shell Tec Tight se chlubí vysokou odolností vůči vodě 20 000 mm vodního sloupce a paropropustností 20 000 g/m²/24 h. Bundu i kalhoty jsem odnesl i v dvouhodinové průtrži mračen a problém s promoknutím rozhodně nebyl. U obou výrobků oceňuji i decentní použití reflexních prvků. VU

V posledních letech výrobci sportovní obuvi spolupracují na vývoji podešví s výrobci automobilových pneumatik,



adidas Terrex Conrax Climaheat ClimaProof

Pánské zimní boty

Dodává: adidas

Infocena: 4 499 Kč

Více info na www.adidas.cz/outdoor

aby tak zdokonaľovali přilnavost. Stejně je tomu i u těchhle bot, které disponují podešví Continental. Na žádném podkladu jsem v podstatě neměl problém, podrážky mě podržely jak na vlhkých kamenech, tak i na jiných zpevněných či nezpevněných cestách. MF

Co se nám líbí

- přilnavost podešve Continental
- izolace vč. neoprenového krytí a nový koncept zateplení

LOVE NATURE

love performance



ABScond Tour 36+4



Jestli bezpečněji na dlouhých ski túrách! Lavínový batoh vyroben z extrémně robustní Cordury® s technologií ABS Twinbag na dlouhé lyžařské výlety. Klasický, shora plnitelný batoh s plně stavitelnými ramenními popruhy nezklame ať už se jedná o náročný lyžařský výstup nebo vícedenní lyžařskou turistiku. Pevný kontaktní záďový systém a nastavitelný bederní popruh nabízejí ještě větší pohodlí a stabilitu. vau.de.com



VAUDE
The Spirit of Mountain Sports

Bunda Tilak Ketil

Bunda Ketil od českého Tilaku získala jméno podle grónského žulového krasavce. Právě tam, ve zhruba 1400 m vysoké stěně, totiž byly odzkoušeny první vzorky. Ketil je celorozezpínací bunda s kapucí, ušitá z velmi lehkého polyamidu, zateplená materiálem Climashield Apex. Využití najde po celý rok, ať už jako vrchní bunda nebo zateplovací vrstva.

Bunda disponuje dostatkem „úložného prostoru“, má dvě vnější kapsy na bocích a jednu menší na prsou. Na vnitřní straně pak ještě najdete dvě boční síťované kapsy, které v zimě využijete na rukavice, a pak ještě větší kapsu na spodní části zádového dílu, do které jde lehce a elegantně celou bundu sbalit a zapnout na zip. Ketil je vybaven prodlouženým zadním dílem, stahováním v pase a rukávy jsou zakončené pružnou lemovkou. Kapuce má anatomický střih, při použití s přilbou tedy přijde pod ní, volně pak nijak zvlášť nepřekáží. Svrchní materiál je s voděodolnou úpravou. Běžná vlhkost či sněžení bundě problém nedělají, ale v případě náročnějších podmínek je potřeba mít standardní hardshell. Celková odolnost bundy proti vlhkosti je však velmi dobrá, předurčuje ji k tomu i použití izolačního materiálu Climashield Apex, který patří k tomu nejlepšímu, co se v dané kategorii nabízí. Je pružný, velmi trvanlivý, se schopností dlouho si udržet loft, a také je rychleschnoucí.

Testovaná velikost XL vážila 455 g a střihově mi velmi sedla, zvlášť bych ocenil prodloužený díl a dostatečně dlouhý rukáv (192 cm, 82 kg). Podobné bundy (syntetické nebo péřové) už několik let patří k důležitým součástem mé výbavy, a to opravdu v průběhu celého roku. Skvělá sbalitelnost a nízká váha potěší při transportu, dobrá izolace pak při následném použití. Climashield by navíc měl

Co se nám líbí

- sbalitelnost do kapsy
- prodloužená záda



Tilak Ketil

Lehká bunda s kapucí se syntetickou náplní

Dodává: Tilak

Infocena: 3 890 Kč

Více info na www.tilak.cz

být příslibem dlouhodobého řešení. Aktuálně mě čeká obnova výbavy a Ketil bude rozhodně jeden z favoritů. Ostatně i to, že bundu do své výbavy zařadila Horská služba, se dá vnímat jako potvrzení správné volby bundy pro náročné použití. MK

„Rostoucí“ dětské oblečení Didriksons1913 Nallo

Pod drobnohled se nám dostala dětská souprava zatepleného zimního oblečení od švédského výrobce Didriksons1913. Zimní komplet s názvem Nallo se skládá z bundy a kalhot, které je možné k sobě sepnout pomocí zipu. U bundy je zip součástí sněhového límce, zatímco u kalhot je krytý malou légou, aby nepřekážel, když není používán. Švédové jsou zvyklí na drsné zimní podmínky, a tak jsou bunda i kalhoty s vnitřní izolací plně odolné vůči větru a vodě díky izolaci PFC Free, neškodící životnímu prostředí. Střih je univerzální na dívky i chlapce, barevných kombinací bund a kalhot je víc, takže si každá maminka vybere, jaká kombinace její ratolesti sluší nejlíp.

Bunda je také dokonale připravena k použití za špatných světelných podmínek a ve tmě; na rukávech, zádech i kapuci je opatřena spoustou reflexních prvků, takže dítě v ní může večer zářit jako vánoční stromeček. Propracované je i zapínání bundy, kdy zip je krytý dvěma légami, vítr ani voda tudíž nemají šanci přes něj proniknout. Légy jsou po délce zapínány na suché zipy, ale s pojistkou pomocí druků na obou koncích zipů. Rukávy mají dvojité zakončení – vnější je stahovatelné pomocí suchého zipu a vnitřní manžeta slouží jako ochrana zápěstí. Pro lepší ochranu a krytí jsou v rukávech poutka pro přetažení přes palce. Bunda má v přední části dvě velké, zipem uzavíratelné kapsy. Pro extra zimní použití, kdy nestačí čepice, je možno využít odepínatelnou kapuci se stahováním na bocích a vzadu.

Kalhoty Nallo mají zvýšený pas a středovou část na zádech, která zároveň slouží jako ukončení nastavitelných kšand. Vpředu je

na pravé nohavici malá kapsa pro drobnosti krytá zipem. Velká kapsa se zavíráním na druk a poutkem po zavěšení něčeho, co se nemá ztratit, je na levé nohavici. Vtipně je udělán sněhový návlak s pružným popruhem přes podrážku boty – po obou stranách lehce posuvný na knoflíky podle aktuální velikosti standardní nebo lyžařské boty.



Co se nám líbí

- sepnutí kompletu
- možnost „růstu“

Didriksons1913 Nallo

Zimní dětské oblečení

Dodává: Vavrys

**Infocena: kalhoty 1 890 Kč
bunda 2 690 Kč**

Více info na www.vavrys.cz

Bunda adidas Terrex Climaheat Ice

Peří je fantastický izolant. Zahřeje, je skladné a nic neváží. I tak má ale své limity. Když navlhne, velmi rychle všechny své výhody ztrácí. Naštěstí se hybridní konstrukce nevyhnuly ani oblastí zateplovacích bund a kromě konstrukcí, kde se střídá syntetika a peří v různých částech oděvu, jsou poměrně nově k dostání také materiály, kde je v daném poměru péřová náplň namíchána se syntetickou. Během letního dvoutýdenního VHT v Kyrgyzstánu jsem vyzkoušel bundu

adidas Terrex Climaheat Ice

Lehká hybridní bunda

Dodává: adidas

Infocena: 7 599 Kč

Více info na www.adidas.cz/outdoor

Dětský zimní komplet bundy a kalhot Nallo je ideálním nepropro oblečením pro každou ratolest, která ráda řádí na rozčvachtaném sněhu. Navíc z něj hned tak nevyrostete. Jak bundu, tak kalhoty je možné odpárami speciálního červeného švu na rubové straně nohavic a rukávů zvětšit o jedno číslo. JP



Terrex Climaheat Ice, u které se o izolaci stará náplň PrimaLoft Gold Down Blend, tedy kombinace husího prachového peří (70 %) a syntetické izolace PrimaLoft (30 %).

Co se nám líbí

- hybridní zateplovací výplň
- panely ze strečového materiálu mezi lopatkami a na bocích

Svrchní tkaninou je polyester s ripstopovou a vodoodpudivou úpravou. Neměl jsem příležitost vyzkoušet bundu vloženu v dešti, ale při krátkých dešťových a smíšených přeháňkách se vodoodpudivost prokázala jako dostatečná. Pozitivně ale hodnotím především vložené panely ze strečového materiálu, které najdete na spojnicí lopatek a na bocích. Díky nim ani při lezení bunda nijak nezavazí a nebrání v pohybu. Kapsy má Climaheat Ice celkem tři: jednu náprsní a dvě na bocích. Stahování naleznete na rubové straně spodního lemu, zatímco rukávy jsou zakončeny pouze pružným návlesem. Ten u mne zpočátku budil podezření, nicméně jsem během testu nezaznamenal žádnou nevýhodu plynoucí z tohoto systému. Naopak mne těšilo, že se o stahování rukávů nemusím nijak starat.

Kapuci lze poměrně dobře vytvarovat kolem hlavy, lezeckou přilbu ovšem nepojme. Velmi jsem ovšem ocenil systém stahování kolem obličeje, kdy stahovací spona je ukrytá v lemu kapuce a přebytečná pruženka se schovává tamtéž a tak je zcela vyloučeno nepříjemné bouchání volných šňůrek při víchřici.

Bunda adidas Terrex Climaheat Ice je výborný společník s minimální hmotností pro náročnější VHT v nízkých teplotách, což se mi potvrdilo při expedici v Kyrgyzstánu. Díky vhodně umístěným panelům ze strečového materiálu není pohyb ničím omezen, a tak se můžete soustředit pouze na své vlastní výkony. MS



PROTECTOR 2.0 JACKET

BLOC/VENT^{PRO}

Gütermann

YKK



www.highpoint.cz



Petr „Miska“ Mašek

Bunda **Alpine Pro Garth**

Garth je na první pohled vcelku nenápadná zateplená bunda. Použitá polyesterová tkanina s DWR úpravou je celoplošně potišťována šedočernou grafikou. V nabídce je i modrá varianta. Tato tkanina je dvouvrstvý laminát s neporézní membránou PTX s podlepenými švy. Výrobce u ní uvádí tyto parametry: 10 000 mm vodního sloupce, paropropustnost 10 000 g/m²/24 h a RET < 10. Nenápadný vzhled oživují jen kontrastní voděodolné zipy na třech vnějších kapsách. Hlavní kosticový zip je klasický, překrytý nepromokavou légou s druky a suchými zipy nové generace. Ty jsou použity i na páskách k regulaci obvodu zápěstí.

Zastávám názor, že detaily dělají celek, a rád bych vypíchnul především perfektně přiléhavý protisněhový pás s možností odepnutí. Pokud jej máte nasazený, ale nevyužíváte ho, je možné „plandavou“ část upevnit tak, aby nepřekážela. Kapuce je nejen odnímatelná, ale hlavně funkčně tvarovaná a regulovatelná ve dvou směrech. Za samozřejmost u správné kapuce lyžařské bundy považují fakt, že se pod ní dá na hlavu nasadit i helma. Z dalších technických detailů bych zmínil ovládání stahování v pase přímo z kapes, které jsou zateplené jemným flísem. Ten je použit i na vnitřní straně límce.

Praktičnost bundy pak dále zvyšují tři vnitřní kapsy využitelné na telefon, cennosti nebo lyžařské brýle. Poslední kapsa pro uložení lyžařské permanentky je na rukávu levého předloktí. Tím se dostává k primárnímu určení bundy, kterým je sjezdové lyžování. Použit jde ovšem k celé řadě dalších sportovních aktivit i pro běžné nošení. Na klasický pohyb po městě mi ovšem příliš nevyhovuje vnitřní lycrová manžeta s otvorem na palec. Je sice příjemně zateplená a přiléhavá, ovšem poněkud znesnadňuje sundávání i oblékání bundy. Řada technických prvků mě však přesvědčila, že bunda je doma především na sjezdovce (v kombinaci se svítivě zelenými kalhotami Sango). **KV**



Alpine Pro Garth

Lyžařská bunda

Dodává: Alpine Pro

Infocena: 5 499 Kč

Více info na www.AlpinePro.cz

Co se nám líbí

- Vnitřní kapsy
- Velké množství vychytávek



Cepíny **Singing Rock Bandit**

Vyrazit do zimních hor neozbrojený? To tedy rozhodně ne! Najít univerzální zbraň pro různorodý terén může být problém. Ano, řeč je o zbraních lezeckých, čili o cepínech. Model Bandit bych označil jako vlnkovou loď tuzemského výrobce Singing Rock. Její síla je především v univerzálním použití díky modulárnímu systému konstrukce.

Jeho plná výbava zahrnuje hrot z Cr-Mo oceli, tlouk nebo lopatku, rukojeť z dvoukomponentního plastu, spodní plastový boxer pro ochranu kloubů, horní plastový háček pro vyšší úchop (zvaný Rhino) a protiskluzovou nálepkou na rukojeti. To vše při hmotnosti 610 g. S tímhle arzenálem je možné se pustit do zdolávání strmých ledopádů, mixových cest i klasických horských výstupů. Na každou z disciplín je možné zbraň přizpůsobit. Pro náročné lezení v mixech bude vhodné použití boxeru (dolní grip) a Rhina, zatímco lopatku bude lepší z kované hlavy odšroubovat. Ta je z horní strany zploštělá, takže poskytuje dobrou oporu pro ruku při podpírání ve sněhu a firmu. Při tomto způsobu použití je naopak vhodné na cepínu nechat lopatku a odšroubovat z něj podpěru pro ruku a chránič kloubů.

Co se nám líbí

- Variabilní použití
- Bohatě příslušenství

Singing Rock Bandit

Lezecký cepín

Dodává: Singing Rock

Infocena: 3 900 Kč

Více info na www.SingingRock.cz

Co se týká univerzálnosti a možnosti přizpůsobení, mohu jen zatlukat. Navíc se mi líbí, že je k cepínům dostupná i řada příslušenství jako náhradní hroty do ledu i mixů, samostatné lopatky i tlouky a pružné popruhy s karabinami. Ty je možné v případě lezení v ledu a mixech procvaknout do velkého otvoru v hrotu na topůrku. Při chůzi ve sněhu a výš položeném terénu je možné karabinu procvaknout do otvoru v hlavě cepínu. Z praktického použití bych rád uvedl dva postřehy. Pro cepín je docela charakteristické vyvážení těžiště na hlavu kvůli snadnému pronikání hrotu do ledu. Přestože nemám kdovíjak velkou tlapu, víc by mi vyhovovala trochu silnější rukojeť pro pevnější úchop. Je ale jasné, že každému vyhovuje něco jiného. Tvarování duralového topůrka o délce 50 cm naopak považuju za vyhovující, jako rozumný kompromis pro lezení v ledu, hákování za skalní i ledové boule a zároveň i využití při chůzi. **KV**

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, které vždy má redakce fyzicky k dispozici. Hodnocení je z pohledu uživatele a s ohledem na doporučené použití. Recenze jsou subjektivním názorem autora s využitím zkušeností celého testovacího týmu. Otištěné recenze vyjdou i na webu, a pokud výrobek dále testujeme, objeví se výsledky po skončení testu také na SvetOutdooru.cz.

Nezávislý testovací tým

Recenze a testy Světa outdooru jsou nezávislé v tom smyslu, že testující si stojí za tím, co napíše. Žádným způsobem si nelze koupit kladný výsledek testu či recenze. Testovací tým tvoří stálí i externí spolupracovníci, vesměs s mnohaletými praktickými zkušenostmi a s přehledem o trendech a o zajímavých novinkách. Pro toto číslo recenze připravili:

i ZKUŠENÝ TESTOVACÍ TÝM

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

Testovací tým

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

Karel „Karlos“ Vidlák (KV) testuje a píše o lezeckém vybavení, které také testuje. Má rád také skialpy a kolo.

Jan „palič“ Pala (JP) je šéfredaktorem webu TuleniPasy.cz a velkým propagátorem skialpinismu. Pro toto číslo testoval zimní vybavení a psal i redigoval řadu článků.

Jakub Havel (KH) je zkušený publicista, který se dlouhodobě zabývá outdoorem a outdoorovým vybavením.

Ivan Jánský (IJ) opraňuje pravidelnou spolupráci a po návratu z cest je po delší době opět v testovacím týmu.

Ondra Müller (OM) je kmenový člen redakce, rád pádluje na divoké vodě a je znám svou pečlivostí, což platí i pro testování.

Vojtěch Ušela (VU) chodí rád po horách a pro outdoorovou komunitu založil a spravuje web OutdoorForum.cz.

Hanibal Team. Pokračuje recenzní a testovací spolupráce redakce s členy Hanibal Teamu, na recenzích pro toto číslo se podíleli **Ondřej Fliegl (OF)** a **Matouš Kačaba (MK)**

Petr Blahuš (PB) je cestovatel, tramp, skaut a publicista se zkušenostmi z mnoha treků a cest.

Martin Skuhavý (MS) se vzdal místa v redakci a odjel k protinožcům. Recenze v tomto čísle jsou na nějakou dobu jeho poslední prací pro Svět outdooru.

Matěj Franěk (MF) se po Martinu Skuhavém ujal webu SvetOutdooru.cz, testuje, rediguje články a zpracovává recenze.

DIDRIKSONS1913

Grundsund SWEDEN

www.didriksons1913.cz



NALLO bunda a kalhoty

VÍČ NEŽ
AUTODOBÍJEČKA!



**TORPEDO
2600**

**HYBRID
POWER PACK
CAR CHARGER**



www.brunton.com

SVĚT OUTDOORU: TIRÁŽ

TEXT REDAKCE

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 v outdoorových obchodech
- 44 lezeckých stěn
- 40 vysokých škol a kolejí
- 70 ks pro horské průvodce ČSHP
- 170 ks odebírá Klub českých turistů
- 500 ks odebírá Horská služba pro své spolupracovníky
- 1000 ks jde profesionálům v oblasti outdooru přímo poštou
- 3000 ks pro členy Alpenvereinu sekce Edelweis / V-Tour
- na outdoorových veletrzích, festivalech a vybraných setkáních

CHCETE DISTRIBUOVAT NEBO DOSTÁVAT SVĚT OUTDOORU?

Napište Dáše Jursově, jursova@svetoutdooru.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.

MEDIÁLNÍ PARTNERSTVÍ

Svět outdooru je mediálním partnerem České asociace horských vůdců, která zastupuje horské vůdce s mezinárodní licencí (UIAGM) a mediálním partnerem Českého spolku horských průvodců.



Svět outdooru 4/2014
Magazín o vybavení, cestách, expedicích a osobnostech
Vychází 4x ročně, toto číslo vyšlo v listopadu 2014
Vydává Outdoor media s.r.o.
Frčíkova 3, Praha 2, 120 00
IČ 26194554

Adresa redakce:
Svět outdooru, Frčíkova 3, Praha 2, 120 00
Tel. 222 560 132
info@svetoutdooru.cz, www.svetoutdooru.cz

Šéfredaktor: Jiří Červinka, cervinka@svetoutdooru.cz
Redakční tým: Matěj Franěk, David Gladíš, Martin Skuhrajv, Petr Macháček, Jan Hotmar, Vojta Lejsek, Jan „palič“ Pala

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

Jazyková úprava: Honza Velíšek

Grafická úprava: Veronika Bracková a Michal Běťák, www.opti-mystic.cz

Inzerce: Ondra Müller, muller@svetoutdooru.cz
David Gladíš, david.gladis@hedvabnastezka.cz
Vladimír Fořt, fort@svetoutdooru.cz
Petr Snížek, snizak@pohora.cz

Tisk: Triangl Praha

Distribuce: Dáša Jursová, 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.

Jako Reklama a PR jsou označeny články inzerenta, které nemusejí vyjadřovat názor redakce. Neoznačené foto je zpravidla autora textu nebo z archivu redakce. Publikované informace 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.

Svět expedic

Tragická kalamita v Nepálu

Dozvuky orkánu Hudhud způsobily v Nepálu v druhé polovině října obrovskou sněhovou kalamitu s tragickými následky. Slovenská expedice s českou účastí se chtěla pokusit o prvosjezd Dhaulágíri na lyžích. Základní tábor zasypala lavina, v níž 14. října zahynuli slovenští horolezci Ján Matlák a Vladimír Švancár. Tagédií popisuje Jiří Švihálek v rozhovoru na straně 44. V celé oblasti napadlo na tuto dobu nebyvale mnoho sněhu. Nejhorší situace byla na části populárního Annapurna treku v okolí sedla Thorong (5416 m), kde byly na cestě stovky trekařů. Laviny, vyčerpání, podchlazení kvůli nedostatečnému vybavení a bohužel i vlastní nezodpovědnost, to vše způsobilo smrt zhruba pěti desítek trekařů z celého světa a Šerpů.

Mt. Abi odolalo pokusu o prvovýstup

Himálaj – region Khumbu

Martin Kleštinec, David Kovařík a Tomáš Svoboda

říjen 2014

Trojice jihočeských horolezců se v průběhu října pokoušela o prvovýstup na nepálskou šestitísícovku Mt. Abi v regionu Khumbu nedaleko Mt. Everestu. Také zde lezce zaskočilo počasí, dozvuky orkánu Hudhud sice v oblasti Everestu nenapáchaly takové škody jako u jižněji položené Annapurny, ale přesto napadlo zhruba půl metru sněhu, což poničilo připravené vybavení v táboře pod stěnou. Když opadaly nejnebezpečnější laviny z vyhlédnuté stěny, vyrazili lezci k pětidennímu pokusu o prvovýstup novou cestou v severní stěně. Trojice postupně stoupala vzhůru, ale podmínky pro bezpečný pohyb ve stěně byly den ode dne horší. Po třech dnech a 1000 výškových metrech rozhodli horolezci další postup jako velmi nebezpečný a pouhých 150 m pod vrcholem se rozhodli pro sestup. Vylezenou sněho-ledo-mixovou část 80° cesty lezci hodnotili stupni WI4 a M6.

Aconcagua

Argentina – Aconcagua

Rastislav Križan, Marti Ondreáš (SK)

listopad a prosinec 2014

Acocagua znamená v jazyce Quechua „Bílý strážce“. Cílem slovenské expedice je vystoupit na tento nejvyšší vrchol mimo Asii (6962 m) a sjet Acocaguu na lyžích trasou Polish Direct route vedoucí přes Polský ledovec, což se zatím podařilo jen málokomu. V ideálních podmínkách je možné sjet z vrcholu až do základního tábora ve výšce 4200 m.

Expedice na zdrojnice Brahmaputry

Severovýchodní Indie,

stát Arunachal Pradesh

Martin Bouzek, Martin Kádrle,

Petr Snížek, David Sodomka,

Jakub Šedivý

21. 11.–21. 12. 2014

Jedna z prvních českých výprav do odlehlého a turisticky málo navštěvovaného indického státu Arunachal Pradesh, který je sevřen mezi Bhútánem, Čínou a Barmou na úplném východě země. Mimo klasicky splouvaného úseky řeky Brahmaputry, se expedice pokusí sjet i několik zdrojových řek této 5. největší řeky světa. V hledáčku jsou řeky jako Lohit, Dibang, Kameng, Subansiri nebo Dirang, na kterých dosud nepádlal žádný Čech. Úspěch expedice bude záviset nejen na obtížnosti řek, ale také na přístupu indické armády, která v celém státě Arunachal Pradesh pečlivě střeží čínskou hranici.

Přes zamrzlý Bajkal bez podpory

Rusko – Bajkal

Daniel Kolek a Jan Haráč

únor a březen 2015

Expedice Bajkal 2015 má v úmyslu přejít bez podpory jezero Bajkal, které je dlouhé téměř 650 kilometrů. Dvoučlenný ostravský tým vyrazí z malé vesnice na jihu jezera s názvem Kultuk. Postupovat bude dle podmínek, pravděpodobně na dohled západního břehu. Hlavními přítěžujícími faktory můžou být silný vítr, velké množství sněhu, rozrušený led a paradoxně vysoké teploty stejně jako nízké. Ty nejnižší jsou podle dostupných informací velmi těžko odhadnutelné kvůli nepravidelným výkyvům, ale dlouhodobý průměr z měsíců ledna a února je -19 °C. V noci se samozřejmě dají očekávat výrazně nižší teploty.



FREDY



GRAM



37
LOAPŮ



PORR



POLAN

Sbírej LOAPY a vyhraj!

Vyber si z nové kolekce ZIMA 2014, nasbírej LOAPY a vyhraj 1 z 250 cen za téměř 200 tisíc. Více o soutěži najdeš na www.loap.cz/loapy

