

Svět outdooru

VYBAVENÍ, CESTY, EXPEDICE, OSOBNOSTI

3 / 2013



Dobrodruh

Alastair Humphreys

Výběr **spacího pytle**

Trekové lahůdky



Ve stínu Roraimy



Ultrastany



21 recenzí vybavení





Palava

Vstříc novým zážitkům

PALAVA – Inovovaný model nafukovací kánoe Palava zaujme svým sportovnějším vzhledem a lepšími jízdními vlastnostmi, které získal zostřením přídě i zádě a prodloužením trupu. Tyto změny umožňují umístění většího množství bagáže nebo větší variabilitu instalace sedaček. Svou šířkou a vodorovným uchycením poskytují komfortní sezení, ale současně stehenní popruhy umožňují bezpečné zakleknutí při plavbě v peřejích. Kánoe je vhodná jak na turistické sjezdy řek do obtížnosti WW2, tak na pohodlnou jízdu po klidné hladině přehrad a jezer.



www.nafukovaciclade.cz
www.nafukovacie-lode.sk

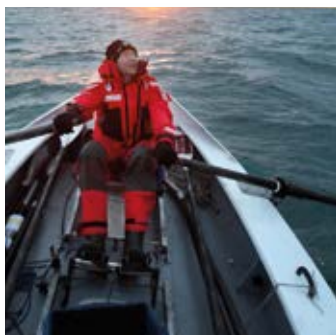
GUMOTEX

Obsah

- 1 Humphreys a McCarron při přechodu pouště Rub 'al Khali na Arabském poloostrově, foto A. Humphreys
- 4 Vychytané akce (kalendář)
- 5 Cestovatelské novinky
- 6 Šest trekařských lahůdek (kam za trekováním, cesty)



- 12 Treking ve Švýcarsku (tip na cesty)
- 14 Švýcarsko na kole (tip na cesty)
- 15 Peruánská sfinga (HUDYexpedice 2013)
- 16 Dobrodruh Alastair Humphreys (osobnost)



- 20 Cykloextrémy Zdeňka Kříže (osobnost)
- 23 Holeček a Hrubý na Talungu (skvělý prvovýstup)
- 24 Koncert s vlky (Václav Noid Bárta, osobnost)

- 26 Svět expedic
- 27 Seakajak (Lumír Drápal, expedice)
- 28 Ve stínu Roraimy (Stefan Glowacz, expedice)



- 32 Cestování v praxi (praktické informace o zemích)
- 34 Sedm statečných (Pákistán, expedice)
- 36 Střípky z outdooru
- 37 Jak se sbalit pod 7 kilo (Pod 7 kilo, vybavení)
- 38 Ultrastany (ultralehké stany, vybavení)
- 40 Jak si vybrat spací pytel (vybavení)



- 42 Lékárničky ve světě outdooru (vybavení)
- 44 Recenze outdoorového vybavení
- 44 Adidas Terrex Windstopper Fast (bunda)
- Marmot Minimalist (bunda)
- The North Face Stretch Diad (bunda)

- 46 Adidas Terrex Hybrid (bunda)
- Vaude Terkum (batoh)
- Craft Active LW Basic (triko)
- 48 Vango Latitude 300 (spacák)
- MSR Carbon Reflex 2 (stan)
- The North Face Blue Ridge (bunda)
- 50 Vango Halo 200 (stan)
- Pinguin Topas (spacák)
- Warmpeace Viking 300 (spacák)
- 52 Gumotex Palava (nafukovací člun)
- Osprey Mutant 28 (batoh)
- LittleLife Explorer S2 (dětské nosítko)
- 54 Asolo Zion GV (boty)
- Nanosilver (ponožky)
- Lowa Tibet GTX (boty)
- 56 Climbing Technology Venus (přilba)
- Julbo Explorer Cameleon (brýle)
- Metolius (magnesium pro lezce)
- 58 Jak vznikají recenze a testy
- 59 Megavýstava stanů
- 60 Seznam distribučních míst

Outdoorový magazín

Na stránkách nového čísla našeho magazínu jsou příběhy a fotografie, které zprostředkují zážitky z cest do dalekých outdoorových světů. Ale ani nejlepší cestovatel a nejdražší fotoaparát nedokážou popsat sílu, kterou vládnu rozpoutané živly.

Naši zem zasáhly ničivé povodně a znovu připomněly, že rozvodněnou řeku, stejně jako rozsáhlý požár nebo větrnou smršť, nic z toho není možné ztlumit, spoutat ani překonat silou. Máme však možnost s respektem poznávat a učit se hledat cestu, na které proti sobě nestojí svět člověka a svět přírody. Isem si přejí, že čím víc budeme oběma rozumět, tím víc prostoru zůstane pro příběhy a fotografie ze světa outdooru.

Jiří Červinka, šéfredaktor Světa outdooru



VYCHYTANÉ AKCE Co nesmíte minout

Engadin Radmarathon (7. 7. 2013, Zernez, Švýcarsko) – Cyklistický závod. 211 kilometrů po náročných horských silnicích Graubündenu. Nejvyšší body v sedlech Berninapass, Albulapass a Flüelapass. Součást Alpencupu, www.RadMarathon.com.

Adidas for bouldering (10. 7., 7. 8. a 4. 9. 2013, Náplavka, Praha)
 Lekce boulderingu pod vedením zkušených instruktorů z lezecké stěny Lokalblok.

Lezte bezpečně (20. – 21. 7. 2013, Studenecké skály, Mladkov a 27. – 28. 7. 2013, Alkazár, Srbsko)
Základy bezpečného lezení na skále, jištění, slaňování, lanových technik a testování vybavení. Vše s horskými vůdci a instruktory lezení.
Večer občerstvení, www.Pohora.cz/Lezte-Bezpecne.

Mighty Sounds festival (19.–21. 7. 2013, Tábor) – Festival zahraniční hudby se soustředí především na punk a punkrock, rock'n'roll, hardcore a reggae. Nejlepší ubytování pro naše i zahraniční fanoušky festivalu nabízí hostel Bernarda Bolzana, www.Hostely.cz.

Adidas for slackline (24. 7., 14. 8. a 11. 9. 2013, Stromovka, Praha) - Nedávno vzniklý sport posilující smysl pro rovnováhu a držení celého těla. Chůze po polyesterovém popruhu širokém 25 mm trénuje tělo i ducha.

Rock Point Horská výzva (2.–3. 8. 2013, Krkonoše) – Po úspěšných dílech v Jeseníkách a na Šumavě pokračuje seriál závodů v horském trekingu dvojic v Krkonoších. Je určený jak pro širokou veřejnost, tak pro vrcholové sportovce, www.HorskaVyzva.cz.

Street Parade (10. 8. 2013, Curych, Švýcarsko) – Nejbarevnější a nejlepší house a techno párty, www.StreetParade.com.

Festival Banát (22.–25. 8. 2013, Eibentál, Rumunsko) – Krajanský festival už podruhé obohacený o vystoupení českých kapel. Letos uslyšíte například Wahnout nebo Zrní, www.FestivalBanat.cz.

Nationalpark Bike Marathon (31. 8. 2013, Graubünden, Švýcarsko) – 137 kilometrů dlouhé kolečko okolo Švýcarského národního parku – ze Scuolu do Val Müstair, Livigna a přes Horní Engadin zpět do Scuolu. www.Bike.Marathon.com.

Závody pod Lipenskou přehradou (29. 8. – 1. 9.) – Pod hrází se budou konat raftové závody ve sjezdu a slalomu na divoké vodě a extrémní závod Devils Race. Nad přehradou se pořádá turnaj v kanoepolu, www.HYDROMagazin.cz.

Transalpine-Run (31. 8. – 7. 9. 2013, Bavorsko) – Závod začíná v německém Oberstdorfu a vede přes Rakousko a jižní Tyrolsko do Itálie. Náročný 8etapový horský závod pro terénní běžce a terénní triatlonisty, www.Transalpine-Run.com.

Dolomitenman (7. 9. 2013, Lienz, Rakousko) – Jedna z nejšílenějších sportovních akcí roku: kombinace běhu do vrchu, horských kol, sjezdu divoké řeky a paraglidingu, RedbullDolomitenmann.com.

Český pohár vodáků Pyranha Cup Teplá a Střela (14. – 15. 9. 2013, západní Čechy) – Turistický závod v sobotu na Teplé a v neděli na Střele. Počet startujících omezen, volné splutí není dovoleno, www.KlubVodaku.cz, www.VodaciKladno.cz.

Císař Summer Challenge (21. 9. 2013, Oldřichov u Duchcova) - Víceboj čtyřčlenných týmů zaměřený na vodní disciplíny: kanoé, lanové překážky přes vodu, lovení předmětů. Zbýlé dvě disciplíny jsou orientační horské kolo a orientační běh, www.CisarChallenge.cz.

Splutí Vavříneckého potoka (12.–13. 10. 2013) – Sjezd od Vavříneckého rybníka „Podzimní Dakotou a Vlčím dolem“ do Toušic je dlouhý 16 km a jeho obtížnost je WW II–III, www.Vodacipecky.cz.

Cestovatelské novinky a zajímavosti

Thajský Doi Inthanon: Neznámý trek k vodopádu Mae Ya

Většina Thajců směřuje do národního parku na dvoudenní autoturistický výlet, při kterém si prohlédnou několik vodopádů, vrchol nejvyšší thajské hory a dvě moderní chedi k uctění krále a královny. Nejzajímavější místa ale ukrývá prales o kus dále na jih. Kousek za „visitor center“ je malé tržiště. Odtud vede silnice vlevo a klikatí se mezi banánovými poličky. Jakmile projdete sedlem ve směru k vesnici Mae Ya Noi, asfaltka se změní v prašnou cestu a otevírá se nádherný výhled do kraje. Trasa prochází mnoha karenskými osadami a po dvou dnech chůze lesem, loukami i vesnicemi dojdete k vodopádu Mae Ya, odkud vede silnice zpět do Chang Mai.

TIP: Známe i neznámé treky z téměř všech zemí světa najdete na www.Pohora.cz.

Lavina a smích na laně. Co si mohou lezci přečíst

Z nejnovější outdoorové literatury doporučujeme metodickou příručku Lavina, která představuje deset hlavních modelů lavinového nebezpečí. Pomocí analýzy skutečných lavinových událostí v Tyrolsku knižka vysvětluje, jak se vyhnout chybnému rozhodnutí. Lezci ocení sbírku humorných příběhů a kreseb ze života horolezců, nazvanou Smích na laně. Autorem textu a kreseb je známý slovenský horolezec Ivan Bajo.

TIP: Obě publikace snadno seženete na www.MapyKiwi.cz.



Obyvatelé Mae Ya, Thajsko.

Proč si dát sušené saranče a zajistit ho mravencem

Hmyz je dnes součástí jídelničky zhruba ve 113 zemích buď jako doplněk stravy, nebo vyhledávaná delikatesa. V Mexiku můžete ochutnat sušená sarančata, brouky ve vlastní šťávě nebo vařené mravence. V Thajsku smažené včely, které prý chutnají jako perník. Lidé v australské buši pro změnu vyhledávají pochoutku ukrytou pod kůrou stromů. Stačí najít ten správný strom a sloupnout kůru. Pod ní žije 25 centimetrů velká a tlustá larva motýla dřevoplně šedého.

Čiňané se nemusejí obávat rakoviny plic, tuberkulózy nebo padání vlasů. Zdraví jim zajišťuje osvěžující koktejly ze sušených mravenců pomletých na prášek. Tento prášek má tolik bílkovin, že čtyřikrát předběhne hovězí maso v obsahu kalorií! Cestou do Japonska můžete místo tradičního suvenýru koupit dárkový koš naplněný hmyzem všech chutí a barev. V některých afrických zemích proměnili škůdce v mňamku a aktivně sbírají a suší kobylky, aby je konzumovali nebo vyváželi. Nejen že je hmyz chuťově dobrý, je i zdravý a nabízí se jako doplněk stravy všude, kde jsou problémy s potřebou růstu produkce potravy.

Tuniští troglodytí vylézají z děr

Vnitrozemí Tuniska poblíž Gabeského zálivu je poseto malými vyprahlými kopci. Sem tam uvidíte palmu nebo keř, jinak nic. Nikde nikdo. Kdybyste se ale podívali ze vzduchu, najdete tisíce děr. V těch, které zdobí solární panely, stále žijí lidé. Proč si lidé kutali obrovské jámy, aby sloužily jako dvorky, proč dlabali do skály chodbičky a jeskynní komůrky? Měli tu útočiště před nájezdníky, nebo úkryt před letními vedry? Nebo šlo o náhodný nápad, který přežil tisíce let? A v dnešní době došel ještě dalšího zhodnocení. Nebo znehodnocení...?

Turistický autobus zastavuje u perfektně zachovalého obydlí rodiny „troglodytů“. Náplní jejich práce je dělat, že tu bydlí. V centru vesnice Matmaty samozřejmě mají normální betonový domeček a do jeskyně

jen dojíždějí za prací. Nejsou sami. Na původních mamutích dírách vyrůstají domy, které splňují veškeré požadavky na dnešní způsob života. Staré „díry“ chátrají nebo se mění v hospodářské dvorky. Pokud vás to mrzí, musíte hledat lépe, pečlivěji. „Jeskynní důchodci“ v Matmatě existují a i když staví nové bydlení pro syna, ze svého „domu“, jak honosně díru nazývají, by nikdy neodešli. Laskavě nás zvou dál, musíme s nimi vypít čaj. Místo tradičního kamenného mlýnku a otevřeného ohniště tady stojí nefalšovaná lednice, dvouvařič a samozřejmě tu hraje televize.

TIP: Před cestou do Tuniska či jiných zemí si nastudujte veškeré rady na cesty a tipy, co navštívit, v on-line průvodci zeměmi světa na www.HedvabnaStezka.cz.



HedvabnaStezka.cz
cestovatelský portál

Šest trekařských lahůdek

Jste příznivci několikadenních túr? A napadlo vás někdy, jak různorodé mohou takové zážitky být? Můžete se toulat vyprahlým ománským pohořím Hajar nebo bloudit v neprostupné papuánské džungli. Můžete obdivovat nádherné islandské fjordy, hledat nová přátelství na Caminu de Santiago, překonávat himálajské ledovce s mačkami na nohou nebo brázdit Arizonu v koňském sedle. Stačí si správně vybrat!

V horách země sultánovy

Právě jsme koupili letenky směr Maskat v Ománu, za týden odlétáme. Omán je jedním ze dvou sultanátů na světě a díky osvědčené vládě sultána Kábúse tvoří překvapivě vyspělou část Arabského poloostrova. Přes své krásy a tradiční kulturu je Omán zemí turisticky málo objevenou. Na severu země se tyčí až do výšek 3000 m pohoří Hajar. Zelené oázy palem ve společnosti starobylých vesnic a pevností jsou jako z Pohádek tisíce a jedné noci.

Je polovina února, tedy konec ománské chladné zimy. Pod horami je kolem 30 °C. Budíme se u horkých pramenů u pevnosti Nakhal. Ještě poslední koupel v příjemně vlažné termální řece. Máme namířeno do údolí Vadi Bani Awf. Překvapivě rychle se pomocí několika stopů dostáváme po prašné cestě na konec údolí až do vesnice Balad Sayt. Pod mohutnou stěnou hor leží rozsáhlá oáza zelených políček a palem, hliněné domky a zbytky pevnosti. Jsme ve výšce 950 metrů a vyrážíme na dvou denní trek do vesnice Misfat al Abriyyin na druhé straně hor.

Sultánovo ministerstvo turismu vyznačilo v horách turistické stezky. Zíráme, kam až se musíme vyškrábat. Čeká nás převýšení přes 1000 metrů, kolmo vzhůru útesem nad vesnicí. Stará oslí stezka je prudší a prudší, každý neseme na zádech zásoby pěti litrů vody, snad to bude na dva dny stačit. Přicházejí první exponované i lehce lezecké úseky. Jak tudy mohli chodit oslíci, netušíme. Ještě krátký úsek zajištěný ocelovým lanem a odpočíváme v opuštěné osadě ve stínu velkého stromu.

Vesnice Balad Sayt se postupně ztrácí v moři vyprahlých hor. S výškou přibývá stromů, k večeru se příjemně ochlazuje. Po pěti hodinách strmého výstupu se konečně přehupujeme přes hranu na náhorní plošinu. Výhled směrem dolů je fascinující. Náhorní vápencová plošina je posázena bizarními přerostlými bonsajemi. Jako malý hobit probíhám mezi stromy. Ranní východ slunce nás vytahuje brzy ze stanu, s lehkou inverzí jsou výhledy ještě lepší.

Přechod náhorní plošiny s postupným klesáním je nekonečný. Pouštní krajina je na jednu stranu inspirující rozmanitostí tvarů a vyprahlými torzy stromů, na druhou stranu je vápencová plošina rozpalená k padnutí. Ve stínu je příjemných 20 °C, na slunci 30 °C. Dochází nám voda. Klesáme, ploužíme se mezi kameny, zachraňuje nás až zavlažovací nádrž u malé pastevecké osady.

Po dalších kilometrech v nohách oznamuje blízkost vesnice Misfat al Abriyyin náhlý kontrast při vstupu do zelené oázy palem kolem důmyslných zavlažovacích kanálků, zvaných fajal. Stanujeme ve svěží zeleni a prohlídku této starobylé, údajně nejhezčí ománské vesnice necháváme až na ráno. Dva dny jsme nepotkali živou duši, překvapuje nás tedy i těch několik málo turistů, které potkáváme.

Tip: Chystáte-li se procestovat Omán autem, oceníte podrobnou automapu se značením benzinových stanic, kulturních i přírodních zajímavostí a hotelů. Nechybí ani kilometráž. Více na www.MapyKiwi.cz

Pavel Svoboda se nejraději toulá s foťákem na krku po asijských horách nebo někde na severu. O kvalitě jeho fotografií se můžete přesvědčit na jeho cestopisných přednáškách nebo na www.Photo-Svoboda.cz.

autor



Apačskými lesy

150 mil na koních

Někdy se to tak stane, plán se zborbí jako domeček z karet. Přijeli jsme do Kalifornie s cílem přejít Sierra Nevadu na koních. Mohutná jarní bouře ale zasypala hory víc než pěti stopami sněhu. Plán B vymýšlíme na volném internetu u pumpy. Přes Arizonu prý vede krásný trek. . .

Po dnu a noci za volantem jsme se ráno probudili v autě v národním parku za městem Tucson. Vše kolem kvetlo, kam se člověk podívá, samé kaktusy. Tisíce tvarů, stovky druhů a snad miliony květů. Po týdnu máme koupené tři kobyly. První je bílá quarter horse, druhá arabka a třetí registrovaný indiánský kůň z nedaleké rezervace kmene Navaho. Obě bílé po 500 USD i se sedlem. Hnědka Indy byla v nejlepší kondici, ale přesto jsme ji koupili jen za 300 dolarů. Vyrážíme z Cliftonu. Plán je projít zelenými kaňony říčky San Francisco a najít její přítok Blue River. Hlubším kaňonem téhle řeky stoupat k horám a dosáhnout jich u osady Alpine. Je to sotva 150 mil, ale jen kus za městem končí silnice a u Blue River i stezka. Pak už nás čeká volný terén.

Balíme na 14 dní i s mírnou rezervou. Cesta by měla trvat jen 10 dní, ale člověk nikdy neví. Koně může potřhat puma nebo je uštkne had. Ještě sbalit granule sena a už se práší od kopyt. Po týdnu už je všechno, jak má být. Kalhoty rozdrané od kaktusů, nová košile roztržená na rameni a zaprášená tak, že sotva poznám vzor. Koně stále baští granule. Směřem k horám je sice více trávy, ale pořád málo. Hlava mi nebere, z čeho tu žijí medvědi hnědí, co v noci obcházejí náš tábor. Taký jsem už shodil první přebytná kila, bude jich celkem šestnáct.

Denně se setkáváme s chřestýši. Naštěstí je chřestění skutečně nepřeslechtnelné. Jinou věcí je jejich nátura. Had nikam nemizí, když slyší hluk, stočí se do obranné pozice a čeká, jak to dopadne. Vždycky má zelenou. My na koních s celkovou živou hmotností 1700 kg čekáme, až se sotva dvoukilový had uklidní a odpalí se do chrstí.

Za Alpine je nám i koním hej. Trasu terénem a bez cest si vybíráme jen proto, že nám na šterkovkách chybí dobrodružství.

Často nás zastavují Američané a fotí si nás jako exoty. Nevěří, že jsme sem nepřišli dírou v čase. Prý nám chybí jen revolvery. Taky se k nám přidala docela milá fenka, postupně se rozrůstáme. Cesta vede přes Mogolon Rim stále podél apačské rezervace. Občas i skrze ni. Po dalších dvou stech milích se obracíme na sever. Už nám zbývá jen pár desítek mil do města Flagstaff. Tam naše trasa končí.

Koně jsme prodali. Do oregonského Medfordu dorážíme jen hodinu před odletem. Myslím na Indy, na fenku Chejny i na sprej na medvědy v mém batohu. Na dobré lidi, co vůbec neodpovídají mému předsudku vůči Američanům, i na mou rodinu, kterou jsem tři měsíce neviděl a chybí mi.

autor

Dan Hála asi ze všeho nejvíc miluje koně. Svět také nejraději poznává z jejich hřbetu. Kromě Arizony se ze sedla podíval třeba na Chile či Rumunsko. Ve volném čase suší seno pro své koně nebo se stará o pořádání filmového festivalu Expediční kamera.

Opuštěné zálivy Islandu

EXPEDICE | OSOBNOSTI | VYBAVENÍ | CESTY | EXPEDICE | OSOBY



Nejpopulárnějším islandským trekem je Laugavegur neboli „cesta horkých pramenů“. Túru skrze duhové hory, sopečné planiny i horké prameny jsem před několika lety prošel a mohu potvrdit, že se mezi nejhezčí treky světa neřadí jen tak pro nic za nic.

My si ale v informačním centru v Egilsstaðiru kupujeme mapu na túru Víknaslóðir – trek opuštěnými zálivy. Stezka vedoucí oblastí rozpadlých farem, barevných hor a hlubokými fjordy je zajímavou a plnohodnotnou alternativou ke známějším islandským trekům. Treking v okolí Borgarfjördu byl dokonce v roce 2005 zařazen mezi 25 nejlepších trekových tras světa ve výběru National Geographic.

Překvapuje nás, kolik ještě v polovině června leží na horách sněhu. Jezírko Stórturd, zdejší chloubou s obřími balvany lávy a s tyrkysovou vodou, je bohužel stále z poloviny zamrzlé. Okolo pekelně vyhlížející hory Dyrfjöll (1136 m) probíháme se zatajeným dechem ve strmých sněhových polích. Fičí ledový víchr, v noci naši jediné sousedce v kempu ve více Bakkagerdi ulétl stan. Islandské léto, jak se patří. Ani pohled na roztomilé papuchalky na útesech Hafnarhólmi nás nezahřívá u srdce. Jsou totiž schovaní pod zemí v norách, kde sedí na vejcích.

Za prvním nízkým sedlem se otevírá pohled na záliv Brúnavík s malou záchrannou chatkou. Na jedné straně pláž vklíněná mezi hory a vlnící se arktické moře, na druhé

paprsky slábnoucího slunce nad barevnými vrcholky ryolitových hor. Stojíme mezi zbytky ohrady a rozpadlé farmy, sem tam proběhne pasoucí se ovce. To ticho, prostor, klid! Právě první část treku, přechod okolo Dyrfjöllu, záliv Brúnavík a přechod barevných hor, považuju za nejkrásnější. V dalších zálivech Breidavík a Húsavík se už nacházejí horské chaty, u nichž se v létě platí za stanování. Trek je dobře značený barevnými kolíky.

Kolem velkého jezera pokračujeme v přechodu z jednoho fjordu do druhého. Za celou dobu potkáme jen jednu zbloudilou Slovenku a dva muže z Polska, žijící na Islandu a podnikající pravidelně dlouhé víkendové přechody. Přechod posledního sedla Hjálmárdalsheidi s výškou pouhých 550 m komplikuje velké množství sněhu. Jsou ho snad dva metry a značení pod ním mizí. Naštěstí objevujeme něčí stopy, které nás dovedou nahoru. Pak ale ztrácíme orientaci a těžko hledáme cestu dolů. Ještě že jsou v létě na Islandu dny tak dlouhé. Poslední brod rozvodněné říčky a sbíháme dolů k fjordu, jak jen to jde.

Sedíme před stanem a těžko nacházím slova pro popis vyhlídky na monumentální fjord Seydisfjörður. Po šesti dnech přicházíme do stejnojmenného městečka, odkud odjíždíme trajektem domů. Jako poslední islandský bonus nám na cestu mává v moři velryba. Sbohem, islandští Elfové!

LOVE NATURE

love performance



Women's Mellon Shirt



Women's Farley Stretch Pants II



„GREEN SHAPE“ představuje Vaude značku kvality pro produkty, které jsou vyrobeny v souladu ekologicky šetrnou výrobou. Vaude kritéria pro eko-výrobu jsou nejpřísnější v outdoorovém průmyslu. 1% ze všech příjmů z ekologických produktů, proudí přímo na podporu WWF projektů na ochranu přírody. vaude.com



VAUDE
The Spirit of Mountain Sports



Ledovce Biafo a Hispar uprostřed Karákóramu

Tahle cesta není pro ořezávatka!

Nejprve podstoupíme hororovou jízdu pákistánským autobusem do Skardu. Následuje osmihodinové natřásání kostí v džípu do Askole. Doporučuju vyřídit si permit na to, že na Biafo není potřeba permit, pro případ, že by policejní hlídka v Dassu dělala potíže. Vítejte v Absurdistanu!

Podle očekávání není v Askole o nosiče nouze, žádný však s námi nechce jít přes sedlo. Bojí se náboženských šarvátek se sunnity na druhé straně hor. Volíme kompromis a přemluvíme místního starostu, aby nás doprovodil první tři dny cesty. Místní dobře znají terén a nám to ušetří dost sil.

Za chvíli jsme na moréně. Kamení se vklá pod nohama, soutěžíme o největší pád. Nejdůležitější je vyváznout bez zranění, pobavit publikum a nepoškodit materiál. Další den cesta uhýbá, po kraji morény vede pěšinka do Bainthy. Jsme ve 4000 m a dopřáváme si odpočinkový den.

Naše další kroky vedou mezi ledovými vlnami, skáčíme přes trhliny a kocháme se výhledy na masiv Marfogoro. Okolní hory jsou špičaté a hrozí svými vztyčenými prsty. Stanujeme pod žulovou jehlou Lukpilla Brak na písčitých dunách. Zrána stoupáme ke Snow Lake a nabíráme výšku. Poprvé se navazujeme a nazýváme mačky. Uprostřed ledovcové pláně kempují dva elitní italské lezci, kteří se neúspěšně pokoušeli o prvovýstup severní stěnou Ogre. Mají z nás velkou radost, za celé tři týdny, co tu trčí, jsme první návštěvníci.

Za sedlem sestupujeme středem ledovce Hispar a míjíme jezírka v ledu, spojená ledovcovou říčkou. Kroutí se jako tyrkysový tobogan a zas mizí pod ledem. Rozhlížíme se, kudy nás to pustí dál. Nic pěkného nás ale nečeká. Sápeme se na okraj ledovce do svahu; tady je kemp, kde jsme měli spát už včera. Rest day se zamítá, zásoby se tenčí, je potřeba jít dál. Překonáváme přitékající ledovec Jutmo a mám dojem, že lezeme po hřebtech spících brontosaurů. Jen aby se neprobudili!

Konečně se začínají objevovat balvany, které čas od času obydlují pastevci. Další a další přítoky ledovce nám berou síly. Tápání nás vede do strže. Cestu nacházíme až na několikátý pokus, kamenní mužici jsou dobře schovaní, ale když vykouknou, přeci jen napoví, kudy dál.

Moc se už těšíme do civilizace, čekají nás však další dva dny bloudění mezi ledovci téměř bez jídla. Potom se na moment ukáže vesnice Hispar. Není to tak daleko, ale je to ještě několik hodin driny. Před očima máme jaka naloženého na česneku a mango shaky. Přes most se dostaneme do Hisparu. Vesničané se sbíhají ze všech stran a dělají špalír. Tak nějak jsme si to uvítání představovali.

Kateřina Mandulová, cestovatelka, spisovatelka, horolezkyně a právnička v jedné osobě. Stopem procestovala Rusko, americký západ a jihoamerické Altiplano, Tibet, Pákistán, Gruzii, Turecko a celou Evropu. O svých expedicích do Asie publikovala řadu článků a vydala knihu VLADIVOSTOP – Zápisky z cesty na Dálný východ.

autor



Hazel Findlay
Lokalita: Newfoundland, Canada
Fotograf: Tim Kemple



NEVER STOP
EXPLORING

www.thenorthface.cz



Trikora

Vrchol ukrytý v papuánské džungli

Začalo pršet. Domorodcům je jasné, že brzy budeme hledat nocleh. Znamená to pro ně vítanou příležitost pozorovat neznámé cizince. Jsme v části ostrova Nová Guinea, zvané Západní Papua, kde se pokoušíme o výstup na horu Trikora (4750 m). Život se dosud jen málo odlišuje od podoby, kterou poznali první objevitelé v druhé polovině 20. století.

Škrábeme se do prudkého svahu a v závoji dešťové mlhy se konečně objevují jediné tři chatrče v okolí. Z jedné vychází žena s dítětem na rukou a přináší uvažené batáty. Usazujeme se v podlouhlé chýši kolem čmoudícího ohně a dlouho do noci zní tesklivé dvojhlasy guinejských melodií. Cesta pokračuje dál jihozápadním směrem. Tři dny dlouhých a fyzicky náročných pochodů přes těžko prostupné deštné pralesy. Čtvrtý den se osamocení ocitáme ztraceni v obrovském prostoru neproniknutelné pralesní vegetace.

Poznáváme, že je zle. Udržet stezku je víc než obtížné. Často se rozdvouje, končí v potoku a zcela mizí. Jsme bezradní. Z ničeho nic před námi stojí nahý muž. Domorodec s kotečkou na penisu, lukem a šípy pomocí posušek nabízí, že půjde s námi. Velmi rádi přijímáme. Malý muž se však pohybuje mnohem rychleji než my. Vždy mávne rukou směrem, kudy se dál ubírat, a pak zmizí ve dáli. Někde za obzorem si bez pomoci zápalek rozdělává oheň, kouří cigarety ubalené z listů a čeká na nás.

Konečně stojí Trikora před námi. Nejvyšší v okolí, majestátní, skalnatá, vzbuzující úctu i obavy.

Máme na vrchol? Cestu neznáme a tak stoupáme kolmo vzhůru. Šplháme, chytáme se drnů trav, kloužeme. První skalnatý výšvih ve výšce 4000 m končí propastí. Výstup bez horolezeckého vybavení dnes končí. Naše zásoby jídla postupně mizí, hrst rýže a čínská polévka dvakrát za den nestačí dodat dostatek energie.

Ráno opět nastupujeme do skalnatého masivu, tentokrát ze severní strany. Obcházíme 20 metrů vysoké vodopády, škrábeme se po rozrušených skalách a ujíždíme po hlíně, až se dostaneme na další skalnaté plato ve výšce 4000 m. Stále hledáme další možnost výstupu. Snad v jednom místě... Ne, ani tady to bez jistění nepůjde. Už od rána je zataženo a teď už mlha zakryla skalnatý masiv úplně.

Další den balíme. Pokus vystoupit na horu Trikora končí neúspěšně. Je to k vzteku, ale oba víme, že na Nové Guineji hory neznamenají jen zdolání vrcholu. Hodnota a úspěšnost cesty se tady nedá měřit na výškové metry. Pocit zodpovědnosti za život svého partnera i svůj je přece jen silnější.

autor

Milan Daněk patří mezi pravé české cestovatele. Dokáže najít dobrodružství nejen v odlehlých končinách naší planety, ale i mezi skalami Moravského krasu, kam také pravidelně každý rok přináší kousek z onoho velkého světa kolem nás díky jedinečnému festivalu RAJBAS.



Treking ve Švýcarsku



Vzhůru do Alp! Jištění obstará vlak

Bahnerlebnispfad. Tohle slovo představuje pro českého mluvčího nejen záhadný jazykolam, ale zároveň překvapivě pohodlnou vstupenku do švýcarských Alp. Železniční zážitková stezka – tak zní český překlad z němčiny – otvírá svět velehor komukoli od rodin s malými dětmi až po vítání seniory. Na pochodu velehorami je totiž při ruce vlak.

A tak se dá hravě zvládnout za pár dní třeba i 130 kilometrů dlouhá štreka ze švýcarského Thusis do italského Tirana. Trasa pochodu Via Albula Bernina ve východošvýcarském (čili Česku nejbližším) kantonu Graubünden sleduje jednu z vůbec nejkrásnějších železničních tratí světa, která je mezi pouhými třemi (!) světovými drahami zapsána na seznamu světového dědictví UNESCO. Aby byly železniční zážitky co nejsilnější, hodí se místo lámání vytrvaleckých rekordů rozdělit si trasu na pěší a vlakové úseky. Úvodní údolní etapy v úseku Thusis–Bergün se dají docela klidně provést namísto tří dnů pochodu za pár desítek minut vlakem.

Rozhodně však stojí za to vystoupit v Bergünu a vyšlápnout si za necelé tři hodiny zhruba pětisetmetrové převýšení k samotě Preda u severního portálu Albulského

tunelu. Tady se vlaky drápourá údolím divoké řeky Albula za pomoci labyrintu viaduktů a spirálových tunelů vzhůru do Alp s minimálním sklonem kolejí, zatímco silnice v tomtož úseku je tak strmá, že po ní v zimě drandí dolů místo aut sáňkaři. Pěší stezka je tu navíc osázena tabulemi s historickými fakty a obrázky. Ze stanice Preda až do Svatého Mořice opět poslouží vlak, který projede tunelem pod horami, zatímco pěšina vede přes nehostinný průsmyk Albula bez kolejí.

Zato z Mořice vede nádherný, zhruba 70kilometrový pochod přes dvoutisícový průsmyk Bernina, přičemž koleje tu víceméně kopírují trasu pochodu. Do vlaku rhátské dráhy se tu dá nasednout každých 60 až 90 minut pochodu. Navíc trasu lemuují nádraží a horské hotýlky pro pocestné. Je to pouť plná kontrastů: z milionářského střediska Svätý Mořic se jde kolem velkolepého ledovce Morteratsch až nad hranici lesa v průsmyku Bernina a odtud kolem dalšího mohutného ledového splazu s názvem Palü dolů do Itálie mezi palmy. Vlak to zvládne zhruba za dvě hodiny, pěšky to zabere tři až čtyři dny.

TIP: Informace o regionu Graubünden najdete na cz.Graubunden.ch.

Suonen, magický vodní svět Wallisu

Švýcarský kanton Wallis je proslulý desítkami čtyřtisícovek, mezi nimiž ční nejfotografovanější hora celé planety, čili Matterhorn. Přitom není vůbec nutné rovnou pořizovat vybavení pro alpinisty, chce-li se tady člověk vydat na pochod.

Obdivuhodné stezky lemuji i svahy ve slunných údolích Wallisu. Velehorský kanton na jihozápadě Švýcarska se pyšní víc než 300 slunečnými dny v roce, a tak zdejší hospodáři už před tisícovkou let vynalezli originální recept jak proměnit vyprahlý terén v úrodný zemědělský kraj: postavili stovky kilometrů terénních vodovodů (otevřených příkopů, žlabů i tunelů), jež přivádějí od ledovců do údolí mimořádně výživnou minerální vodu. Říká se tomu suonen a protože cílem dávných konstruktérů byl pravidelný (a mírný) sklon kanálů pro spolehlivé proudění vody a zároveň pro stavbu a údržbu, zbudovali stovky kilometrů chodníků a vznikli ideální pochodový terén.

Jedny z nejlépe dostupných suonen se nacházejí díky Lötschberské železnici v oblasti vesnic Hohtenn, Ausserberg a Eggerberg vysoko nad údolím řeky Rhony. Ze švýcarské metropole Bernu sem jezdí každou hodinu vlak po překrásné vyhlídkové trati, jež slaví právě letos 100. narozeniny. Jízda zabere zhruba 90 minut a samotný pochod je díky dráze variabilní: podle výběru zastávek tu můžete podniknout sotva dvouhodinovou vycházku z Ausserbergu do Eggerbergu, pěti-hodinovou túru z Hohtenn do Eggerbergu, ale také celodenní pochod s výstupem k prastarým suonen v údolí potoka Baltschieder.

TIP: Další treky ve Wallisu najdete na www.Wallis.ch.

Švýcarsko.
MojeSvycarsko.com





Ve stínu vražedné stěny Eigeru

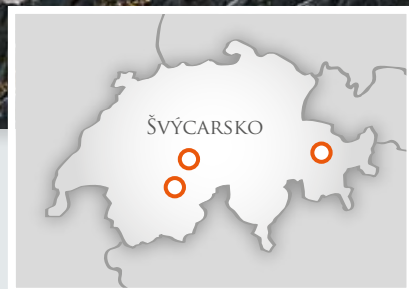
Dostat se ke švýcarskému Eigeru je překvapivě snadné: vede tam totiž železniční trať. A ne ledajaká! Nejen pod smrtící severní stěnou, ale dokonce i útroby proslulé skály vedou koleje k nejvyšší stanici kontinentu Jungfrauoch, ležící ve výšce 3454 metrů nad mořem. Díky vlaku se můžete bez sebeběnší námahy a zcela bezpečně dokonce rozhlédnout z Eigeru očima horolezce: přímo v severní stěně vznikla před víc než 100 lety vyhlídková mezistanice Eigerwand s obřím okny. Zastavují v ní všechny soupravy cestou nahoru. Chcete-li si však Eiger osahat zvenčí, bude zapotřebí trochu vynaložené námahy. Konkrétně tři až pět hodin pochodu vysokohorským terénem v závislosti na vaší kondici a nezbytné porci „kochání“. A ačkoli by se vlastně dalo seběhnout i shora dolů, tady rozhodně stojí za to máknout si s výstupem nejen pro dobrý pocit. Vysvětlím.

Pochod zvaný Eigertrail startuje na zastávce horského vlaku Alpigen, zhruba 1600 metrů nad mořem. Dostanete se sem zubačkou s přestupem v Grindelwaldu během hodiny z Interlakenu (odtud dojedete za dvě hodiny vlakem do Curychu, který má až šestkrát

denně přímé letecké spojení s Prahou). V Alpigenu ještě Eigertrail připomíná v pronikavě čerstvém alpském vzduchu lázeňskou vycházku – obzvlášť za slunného dne představuje pěšina vinoucí se pastvinami se zvonícími stády krav ráj. Ovšem netrvá dlouho a profil pochodu se začne strmě zvedat. Aby ne, když cílové nádraží Eigergletscher leží 2300 metrů nad mořem. Ale nejde tu jen o prudké stoupaní, obzvlášť zrádný je především stín Eigeru. Když nahoře nasněží (a děje se to i v létě!), bývá pod skalní stěnou i v srpnu ledovka, která jen pomalu taje. Když je cesta „úředně“ zavřená, není radno riskovat.

Jakmile zvládnete náročný výstup, nastává čas odměnit se. A to by přece nemělo smysl na začátku pochodu – proto vítězí zvolený náročnější směr. Nabízí se hned několik bonusů na výběr podle chuti, počasí a nálady. Tip pro milovníky hor: nedaleko vrcholové kóty se stezka přimkne zcela k Eigeru, a tak si lze osahat samotnou severní stěnu.

TIP: Oblast Jungfrau nabízí i další zajímavé treky. Více na www.Jungfrau.ch.



Tip pro obdivovatele vláčků: ve stanici Eigergletscher vás dělí pouhých 40 minut jízdy od nejvyššího nádraží Evropy, to už je daleko lákavější než víc než dvouhodinová pouť z údolí.

Tip pro vyznavače wellness: tohle jinde nezažijete! V půli sestupu z Eigergletscheru k nádraží Kleine Schiedegg stojí kamenná kaplička, vedle ní malé mělké jezírko s oblázkovým dnem a třemi lavičkami s vyhlídkou na ledovec a na břehu sloupek s vypínačem, kterým si spustíte po náročném pochodu vodní masáž naboso zdarma.

TIP: Další nápady na treky, trasy ke stažení a informace o aktuálním počasí ve Švýcarsku najdete na www.MojeSvycarsko.com.

Petra Greifová pracuje jako šéfredaktorka největšího cestovatelského portálu v ČR, www.HedvabnaStezka.cz. Nejraději chodí dlouhé treky v exotických horách.

Švýcarsko

Ráj horské cyklistiky



outdoorová
cestovní kancelář



www.kudrna.cz



Alpská krajina je velkolepá a inspirující. Není divu, že jednou z důležitých libůstek Švýcarů jsou vynálezy. Vždyť právě odsud pochází instantní káva, suchý zip, LCD displeje nebo také známé müsli a maggi. Nás však inspirovalo Švýcarsko zejména k objevování těch nevyhlášenějších cyklistických túr.



Soumarskou stezkou

Osvědčeným způsobem jak si výborně vyčistit hlavu a přivodit stav dokonalé pohody je vypravit se na kole do hor. Objevovat kouzlo například švýcarských Bernských Alp není vůbec těžké, je totiž patrné už na první pohled. Zkuste se vypravit nekonečnými výjezdy do kouzelných sedel, překonat pár kopců a teprve někdy k večeru se proletět dlouhým sjezdem zpátky do údolí. Za sedlem Furka Pass (2431 m) začíná skutečný cyklistický ráj. Pokud vás láká trail na hranici sjízdnosti horského kola, vydejte se z Grimselpass (2164 m) po turistické značce neboli staré Soumarské stezce. Právě tudy přepravovali soumaři na konci středověku bochníky žádaného švýcarského sýra Sbrinz po úzkých skalních římsách na severoitalské trhy. Dnes vede „Via Sbrinz“ jako zajímavá turistická trasa dramatickou horskou krajinou.

Beatenberg, Grimselpass, Kleine Scheidegg, ... Názvy všech těch zdoláných kopců a sedel se vlivem kyslíkové euforie možná časem vykouří z hlavy. Na oplátku však nabídnou nepopsatelné výhledy, které už vám zůstanou zaručeně napořád.

Kombinace panoramatických výhledů, řídkého kyslíku a zaslouženého piva už jen dokoná ten nepopsatelný pocit pohody. Všimnete si toho na každém vrcholu. Cyklista splavený potem rozvázně uskrává radlera, přimhouřenýma očima monitoruje horizont a myslí si své. Vskutku spokojení lidé, tihle bajkeři...

Po stopách Sherlocka Holmese

Jako další bajkový tip je třeba uvést pěknou trasu z Interlakenu do Grindewaldu. Odtud následuje lehce infarktové stoupání do sedla Grosse Scheidegg (1962 m). Při slunečném počasí se budete pravděpodobně na slunci koupat ve vlastní šťávě, ale pohled na monumentální čtyřtisícové ledovcové trio Jungfrau, Monch a Eiger vás bezpečně osvěží. Pokud se vám už delší dobu nedaří umlčet svou partnerku, vezměte ji na tento výlet určitě s sebou. Po počátečních komentářích se s narůstajícím převýšením zaručeně dlouze odmlčí. ... Za sedlem pak už přichází zasloužená bajková pohádka po singletrailových pěšinkách. Technické kamenité pasáže jsou celou dobu klesavé, takže si můžete klidně užívat perfektní práce tlumičů a soustředit se na krkolomné

výkruty mezi kořeny. V Meiringenu už je ale opravdu nejvyšší čas přibrzdit a svažit tělo radlerem. Také se vyplatí navštívit památné místo posledního odpočinku Sherlocka Holmese. Neboť právě tady skončil poslední případ tohoto světoznámého detektiva. Vrhel se i s padouchem Moriartym střemhlav do nedalekého vodopádu Reichenbachfall. Smekám před Sherlockem a jeho vytříbeným smyslem pro spravedlnost a adrenalin.

TIP: Do švýcarských Alp jezdí už několik let i brněnská outdoorová cestovní kancelář Kudrna. Ať už na kole či pěšky, v rozmanité nabídce cyklistických a MTB zájezdů či akcí specializovaných na horskou a vysokohorskou turistiku si vybere snad každý. Určitě stojí za to podívat se na link www.kudrna.cz/aktivni-dovolena-svycarsko.

autor

Rudolf Růžička pracuje jako cyklistický průvodce CK Kudrna. Cizí končiny poznává tedy zpravidla ze sedla bicyklu, přitahují ho zejména hornaté destinace, kde společně s účastníky zájezdu aktivně vyhledává neviditelné hranice mezi romantikou a extrémem.

HUDYexpedice

Peru 2013

**Ondra Beneš
a Edita Vopatová se
pokouší o prvovýstup na
peruánskou sfingu.**

**Ojedinělý projekt HUDYexpedice
Peru 2013 právě startuje.
Co je jeho cílem?**

Především se bude testovat vybrané vybavení v náročných podmínkách. Budou se lézt těžké cesty ve sportovních oblastech ve velkých nadmořských výškách a v plánu je i prvovýstup v 800 metrech vysoké žulové stěně La Esfinge.

Kdo bude testovat?

Ti nejpovolanější – členové HUDYteamu Ondra Beneš a Edita Vopatová. Jedou si splnit jeden velký lezecký a cestovatelův sen a my jsme je vybavili věcmi, které pro vás chceme otestovat v těch nejnáročnějších podmínkách.

Jaký lezecký materiál si Ondra a Edita s sebou berou?

Horolezeckou přilbu Vapor od Black Diamond – nejlehčí přilbu na trhu, vítěze mnoha testů. La Sportiva lezečky Miura pánské i dámské. Sedáky Arkas a Callista od Rock Empire.

Approachové boty Millet Friction, které jsou kromě ferat a přístupu pod skály vhodné i pro daleké cestování.

Stany a spacáky značky Rock Empire, vařiče, nádobí a další kempinkové vybavení ověřených značek ze široké nabídky...

On-line vstupy z průběhu expedice najdete na www.hudy.cz a HUDYfacebooku.



Jeden z nejlepších českých skalních lezců a člen HUDYteamu Ondra Beneš

Edita Vopatová o expedici Peru 2013...

„Tuto zemi v Jižní Americe plánujeme navštívit už pár let a konečně se nám sen vyplní. Do Jižní Ameriky jsem se zamilovala před pěti lety, kdy jsem měla tu možnost zúčastnit se juniorského MS v lezení v Ibarre v Ekvádoru. Tehdy jsem si řekla, že nejsem v Jižní Americe naposledy!“

V Peru mě nadchla sportovní lezecká oblast Hatum Matchai, která leží v 4200 m n. m. Oblast tvoří skalní věže o velikosti 20–30 m



a cesty jsou tam až do obtížnosti 8b. Jsem zvědavá, jak půjde v takové výšce lézt krátké sportovní cesty. Na prvovýstup Ondra vybral stěnu La Esfinga, která je ze žuly a měří kolem 600–800 metrů. Je to dominantní stěna v údolí Paron Valley. Naší základnou se stane Huaraz.“



Alastair Humphreys

Na 45denní plavbě přes Atlantik

Dobrodruhem může být každý

Cestuje na kole, pěšky, plaví se po mořích, přechází pouště i ledovce... Britský dobrodruh a cestovatel Alastair Humphreys se jako kluk nikdy nedostal do žádného školního sportovního týmu, aby se později stal prototypem úspěšného dobrodruha moderní doby. Své zážitky umí totiž skvěle sdílet a předávat motivaci k jejich uskutečnění tisícům dalších lidí. Provozuje svůj blog, fotografuje, natáčí, píše a pořádá přednášky. Ale hlavně – stále nepřestává snít o dalších výpravách...

Jak to vlastně začalo? Kdy tě poprvé napadlo vymýšlet dobrodružné výpravy?

Fyzické výzvy jsem si sám pro sebe začal vymýšlet, když se mi nikdy jako klukovi nedařilo dostat se do žádného školního sportovního týmu. Našel jsem se v různých outdoorových klubech, plachtění a běhání po kopcích. Po střední škole jsem odjel na rok do jižní Afriky. To mi otevřelo oči. Zjistil jsem, že svět je ještě barevnější a různorodější, než jsem si představoval.

Ochutnal jsem dobrodružství, kempoval pod hvězdami jižní polokoule a chtěl jsem víc... Během studia fyziky, chemie a biologie na univerzitě jsem přečetl spoustu cestopisných knih a snil o tom, že se stanu spisovatelem a dobrodruhem. Během prázdnin jsem pak podnikal kratší cesty, kterými postupně rostla moje sebedůvěra a s ní i ambice.

Přesto asi hlavním impulsem pro tvůj další život byla čtyřletá cesta na kole kolem světa...

Nešlo o žádnou expedici s pevným plánem a harmonogramem. Toulal jsem se, zvědavě oči otevřené dokořán, pomalu a levně, kam mě okamžitý nápad, náhoda a fantazie zavály. Později jsem absolvoval i zcela odlišné výpravy, kde nešlo o zábavu a poznávání cizích kultur. Veslování přes oceán představovalo komplikovanou, technologicky náročnou a nákladnou akci. Přitahovalo mě na tom ale to, že jde o něco zcela odlišného. Že poznám nová prostředí a nová místa jak fyzicky, tak i nová místa v mé mysli. Naučil jsem se, jak moc se dokážu „zakousnout“ a co všechno vydržím. Při takových cestách si člověk uvědomí, které věci v životě jsou skutečně důležité a jak malicherné jsou některé naše starosti.

Absolvoval jsi expedice přes poušť, v Grónsku, plánuješ Antarktidu... Co máš raději, teplo, nebo zimu, oceán, nebo hory?

Mám sklon preferovat cokoliv, co nedělám právě teď! Obecně mám rád rozmanitost krajiny a různé způsoby pohybu a cestování. Právě v té rozmanitosti a změně je kouzlo.

Uspěl jsi hodně cest na kole, ale i pěšky. Jaký způsob pohybu je ti nejbližší?

Myslím, že obecně nejlepší způsob cestování je asi na kole. Je to levné, jednoduché, rychlé (ale zase ne příliš), různorodé a člověk si může najít výzvu přesně podle svého přání.

Na většině výprav máš vždy jiné spolence. Jak těžké je nadchnout, přesvědčit a zapálit pro danou akci nějaké partáky?

Některé akce podnikám sólo, jiné s dalšími lidmi. Většinou pro mě není velký problém najít na výpravu vhodné partnery. Nicméně většinou se mnou nikdo nechce jet podruhé. To je trochu znepokojující a asi se nad tím budu muset zamyslet...



Na grónském ledovci

Nedílnou součástí každé expedice je dnes, pokud člověk nemá neomezený fond, fotografování, natáčení videa, a především následné publikování, přednášky, medializace... Dá se říct, že schopnosti v této oblasti jsou dnes neméně důležité, než samotné kompetence pro vlastní expedici?

Vždycky jsem cítil, že pokud podniknu nějakou skutečně zajímavou výpravu, cestu, která má v sobě myšlenku a nápad, převládá to všechny „mediální dovednosti“. Na druhou stranu jsem na sobě tvrdě pracoval, abych se zlepšil v psaní, mluvení před publikem, fotografování, filmování, i ve schopnosti sebepropagace. To mi zásadně pomohlo vybojovat začátek mé „kariéry“.

Ve Velké Británii je mnoho skvělých dobrodruhů a cestovatelů. Jak obtížné je existovat jako „profesionální dobrodruh“?

Je to těžké, zejména ve Velké Británii. S lehkou nadsázkou řečeno, téměř každý, koho potkám, byl na Everestu, bloguje a prezentuje se jako motivational speaker. Trvalo mi několik let tvrdé práce, než jsem se dostal do bodu, že si tím můžu vydělávat na živobytí. Ale jsem opravdu rád, že to můžu dělat.

Jak vznikla původní myšlenka „microadventure“? Byla původním motivem sebe-motivace, publicita, inspirace jiných?

Na mých přednáškách potkávám spoustu lidí, kteří sní o nějakém dobrodružství, ale myslí si, že nemají dost času, dost peněz nebo dost zkušeností, aby je uskutečnili. Chtěl jsem ukázat, že můžete zažít dobrodružství kdekoliv a že je mnohem, mnohem lepší strávit jednu noc někde na kopci a pak se vrátit do kanceláře, než v té kanceláři zůstat a litovat, že nemůžu zažít žádné dobrodružství.

Máš vysněné cíle příštích expedic, akce které se snažíš postupně realizovat, nebo se často necháš v plánech strhnout příležitostmi, okamžitou inspirací?

Mám dlouhý seznam nejasných snů, ale výpravy, které nakonec realizuju, mají tendenci vznikat z náhlé příležitosti, okamžité shody

okolností a náhod. Nemám v tomto ohledu rozhodně žádnou velkou strategii!

Jakým způsobem se připravuješ na pochod k jižnímu pólu?

Hodně běhám, jezdím na kole a taky trochu vzpírám. A ještě MNOHEM více času trávím u počítače sháněním peněz.

Kdyby ses mohl rozhodnout zcela podle sebe, jakou výpravu bys nejraději podnikl? Máš nějaký tajný sen, který se ještě nepodařilo realizovat?

Vždycky jsem chtěl uskutečnit přechod Austrálie z Perthu přes Uluru až k mysu York po staré obchodní cestě Canning Stock. Jednoho dne na to třeba dojde...



Za nejlepší způsob cestování považuje kolo.

tradice legenda dokonalost celku i detailů

90 YEARS
1923 - 2013
LOWA
simply more...



**MAURIA GTX®
Ws**

LOWA letos slaví **90 LET** od svého založení. K výročí uvádíme trekingovou obuv nejmodernější koncepce **MAURIA GTX® Ws**. Vychází z osvědčeného modelu ALBULA, ale v souladu s poznatkami o změnách chodidla naší populace byl výrazně rozšířen stříh.

LOWA, simply more ...



Nubuk, GTX® Footwear, Vibram® Appttrail WS, Flex Fit, rolný, viskoelastická pěna Balance s tvarovou pamětí v jazyku C4 a vnitřní vložce. K dostání ve standardní i zúžené S a rozšířené WXL verzi.

Boty LOWA prodávají všechny významné outdoorové prodejny, více na: www.prosport.cz

Vybavení

Co pro tebe znamená vybavení? Potřebuješ se s ním nějak ztotožnit a věřit mu, nebo je to prostě jen materiál potřebný pro uskutečnění expedice?

Samozřejmě jsem rád, když mohu mít kvalitní vybavení, které funguje a je spolehlivé. Ale víc se o to nestarám, není to pro mě příliš důležité.

Máš z hlediska vybavení nějaké osvědčené věci, které bys nikdy nevyměnil za nic jiného, bez ohledu na materiál, poskytnutý třeba sponzory?

Měl jsem klobouk proti slunci, který se mnou byl na všech cestách od mých 18 let. Bohužel, na konci poslední cesty napříč pouští mě definitivně opustil. Skutečně necítím loajalitu k ničemu konkrétnímu, k žádné značce. Většinou jsem jen věrný věcem, které se osvědčily.

Z čistě tvého osobního pohledu, co z oblasti vybavení a jeho vývoje v poslední době mělo pro tvé výpravy největší význam?

Dobrým příkladem je přechod Islandu. Plán na tuhle akci jsem nosil v hlavě celá léta, ale až vznik „packraftu“ (malý a lehký nafukovací člun) to umožnil realizovat v té podobě, jak jsem chtěl.

Hodně specifickou záležitostí jsou treky na pouštích. Můžeš uvést, co je na nich, z hlediska přípravy nebo vybavení, specifického?

Plán této výpravy vznikl zcela na poslední chvíli a vlastně jako náhradní akce s naprosť minimálním rozpočtem. Takže trénink před startem byl zcela nulový. Jediným speciálním vybavením byl vozík, který jsme táhli. Ten jsme postavili podle mého vlastního, a teď už to musím říct, zcela hrozného návrhu. Přesto jsme to přežili.

Díky téměř dokonalému vybavení, většinou snadno dostupnému množství veškerých možných informací, satelitních map on-line atd., jde cestu absolvovat téměř komplet předem nanečisto. Zároveň jsou k dispozici satelitní modemy a telefony,



Přechod Islandu byl dobrým testem veškeré výbavy

je možné reportovat z expedice prakticky denně, blogovat odkudkoliv z konce světa... Ale nekrade to částečně tu romantiku a duch dobrodružství cesty „do neznáma“?

Ano, je to rozhodně rušivé a částečně obtěžující. Uvědomil jsem si to v loňském roce, při výpravě na grónský ledovec. Museli jsme psát příspěvky na blog každý den. Ale pokud to pomůže zaplatit náklady a vlastně tu výpravu vůbec uskutečnit, tak to za to rozhodně stojí. Jako velké pozitivum vidím výsadu, že se mohu podělit o své zážitky a příběhy v reálném čase přímo z divočiny. A inspirovat a motivovat tak třeba školní děti, aby také ony samy chtěly prožít nějaké zajímavé věci.

Velká část tvých cest byla „nízko-rozpočtových“, bez sponzorů. To představuje svobodu na jedné straně, ale omezení při plánování výpravy na straně druhé...

Pokud to jenom trochu jde, snažím se výpravy realizovat ve vlastní režii. Zachováвам si tak nezávislost, jednoduchost a to, že jsem sám svým šéfem. A to má svou cenu! Hodně cest, které jsem podnikl nebo které jsou v mých neurčitých plánech, není nijak nákladných a dá se na ně ušetřit. Samozřejmě, při plavbě přes Atlantik jsme se bez sponzorů neobešli, stejně jako při chystání výpravy na jižní pól.

Splněné sny

Už v osmi letech absolvoval Alastair přes 40 km dlouhou túru přes tři nejvyšší kopce v rodném hrabství Yorkshire a ve 13 letech pak za 24 hodin vystoupil na tři nejvyšší vrcholy Velké Británie. O rok později projel na kole napříč celou zemí. Během studia na univerzitách v Edinburghu a Oxfordu podnikal především výpravy na kole – z Pákistánu do Číny, z Turecka do Itálie, z Mexika do Panamy a napříč Jižní Amerikou. V rámci charitativního projektu běžel v masce nosorožce maratony v Londýně a na Filipínách. Po zakončení studia se vydal v roce 2001 na cestu kolem světa na kole, kdy za čtyři roky ujel přes 70 tisíc kilometrů. V dalších letech byl členem posádky na jachtě při závodu přes Atlantik, na kánoi plul 800 km po řece Yukon a pěšky putoval podél toku svaté řeky Kaveri v jižní Indii.

V roce 2008 absolvoval extrémní Marathon des Sables v marocké poušti, který dokončil i se zlomenou nohou. O rok později vesloval s invalidním vojenským veteránem přes kanál La Manche a v roce 2010 absolvoval ve dvojici přechod Islandu. Za svůj projekt „Microadventure“ v roce 2011 byl společností National Geographic jmenován jedním z Dobrodruhů roku. V roce 2012 vesloval ve čtyřčlenné posádce přes Atlantský oceán. Tým úspěšně zakončil plavbu po 45 dnech na Barbadosu. Ve stejném roce stihl i výpravu na grónský ledovec a na podzim s Leonem McCarronem přešli 1600 km pouští Rub 'al Khali na Arabském poloostrově.

Na prahu na jedné z islandských řek.



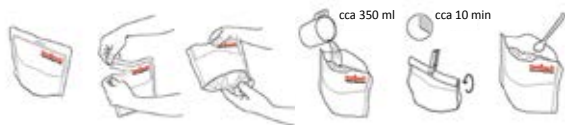
Alastair Humphreys

(*1976) Odstranit elitářství v dobrodružství, to je cíl britského dobrodruha a cestovatele. Píše o tom na svém blogu a o svých zkušenostech napsal také pět knih. V současné době se živí především jako motivační řečník pro podniky a školy. Splnil si svůj sen, když přednášel i v Královské geografické společnosti.

Na trhu od roku 1928!

travellunch
lightweight food

Výběr z 30 hlavních jídel + snídaně, polévky a dezerty.
Široká nabídka vegetariánských a bezlepkových jídel.
Krátký čas přípravy.
Úspornost místa /není potřeba dalšího nádobí/.



Super lehké balení - 1 porce **145g včetně obalu.**



NEJVĚTŠÍ NABÍDKA LYOFILIZOVANÉ / VYMRAZOVANÉ STRAVY NA TRHU!

Zdeněk Kříž

*Chci žít tak,
aby mě to bavilo*

Většina z lidí, které Zdeněk Kříž přiváží rolbou nebo na skútru do boudy Spindler na hřebenech Krkonoš, vůbec netuší, že jim snídani připravuje vítěz světového poháru ve vytrvalostní cyklistice a úspěšný závodník v mnoha jiných sportech. Zdeněk vyhrál 1000 mil Adventure, extrémní cyklistický závod přes celé Česko i Slovensko – a vyhrál ho hned dvakrát.

Není vyhraněným cyklistou, v atletice to dotáhl až do juniorské reprezentace, na gymnáziu hrál fotbal na úrovni I. A třídy a při studiu tělocviku v Hradci Králové první ligu v ledním hokeji. Závodí v čemkoli, ať už je to MTB libovolné délky, sedmdesát kilometrů běhu Horské výzvy, obří slalom nebo skialpy. Samozřejmě, že vždycky nevyhrává, ale pravidelně se umísťuje na předních místech. Když se postaví na start, musí se s ním počítat.



Zdeňku, na co sáhneš, to se ti daří.

Loni – to ti bylo čtyřicet let – jsi podruhé jel a podruhé taky vyhrál nejtěžší tuzemský extrémní extrémní cyklistický závod 1000 mil. Jak ses ty, atlet, fotbalista, hokejista a lyžař, dostal k závodům na kole?

Na jednom z prvních Nova Author Cupů, rok ti teď neřeknu, jsem dojel – pamatuju si to přesně – na 978. místě. Děsně se mi líbila kola Scott, co tam měli na stánku, tak jsem tam s tímhle výsledkem zašel a řekl jim, že když mi dají kolo, budu do dvou let v první desítce.

A oni řekli „to je skvělý, pane Kříž, na takovou nabídku tady čekáme“ a dali ti kolo, jo? Ne. Řekli, že když budu do dvou let v první desítce, tak mi pak dají to kolo. Dopadlo to tak, jak jsme se dohodli. Já se tam dostal a oni mi to kolo skutečně dali.

Vypadá to jak z romantického filmu. Scott ti dal kolo a ty na něm dodnes vyhráváš závody. . .

Toho Scotta fakt dodneška mám. . . Ale kol mám samozřejmě víc – mám jednu silnici

a tři bajky – Byonda a Scotta, oboje 26“, a teď už dva roky jezdím na Amuletu Big Jose 29“ a jsem nadšený.

Předpokládám, že jako šampion nemáš úplně standardní kolo z cyklokrámu.

Mám sice kolo postavené na míru, ale protože Amulet se mnou hodně spolupracuje a ladíme to společně, tak je to zároveň úplně běžná sériovka, kterou si může v krámě koupit každý.

Tvou neúspěšnější disciplínou jsou tzv. čtyřiaadvacetihodinovky, vyhrál jsi mistrovství Evropy i světový pohár. Jak tě napadlo pustit se do tohoto typu závodu? Zajímavě, jezdil jsem hodně survivaly, Adventure Races, taky krátké a dlouhé maratony, kde jsem byl na světovém žebříčku tak do desátého místa. A pak jsme se byli s kámošem podívat na jedné čtyřiaadvacetce v Liberci, jenom jako diváci. Ožrali jsme se a řekli si, že to nebude tak těžké. Vykoupali jsme se v rybníce a vyrazili do Českého Krumlova. Trvalo nám to asi jeden a půl dne. Mě to chytlo a další rok už jsem v Liberci startoval.

Které závody si nejvíc pamatuješ?

Finále světového poháru v Římě v roce 2007, kde jsem za dvacet čtyři hodin najel 600 km. A potom čtyřiaadvacetku v Austrálii v roce 2008, nejspíš proto, že jsem tam ve stejném roce jel i Crocodile Trophy – v deseti etapách musíš překonat čtrnáct až sedmnáct set kilometrů v divočině severní Austrálie. Na to se nezapomíná.

Vraťme se zpátky k závodu 1000 mil. Jaká je podle tebe, vítěze, nejlepší taktika?

Těžko říct, co je nejlepší. Každému funguje něco jiného. Já se například snažím jezdit hodně nalehko. Můj Amulet váží 9,1 kg, zhruba 9 kg mám naloženo na kole a asi 4,5 kg v batohu na zádech. Taktizuju hlavně s tekutinami. Naštěstí nemusím pít moc, takže mi stačí mít v batohu dvoulitrový camelbag. A podle chuti si dávám sojové suky Big Shock. Zpočátku se snažím jet co nejrychleji, třeba dvacet hodin jet a čtyři hodiny spát. S nadsázkou se dá říct, že nejdřív trochu všem poodjedu a pak stačí už si to jen hlídat. . .



AKTIVNÍ DOVOLENÁ DO HOTELU I POD STAN S POLOPENZÍ I BEZ

- ▶ **Poznávací zájezdy s turistikou**
- ▶ **Pohodové týdny v Alpách**
- ▶ **Horská turistika**
- ▶ **Přechody hor**
- ▶ **Dovolená na kole na Balkáně a Ukrajině**
- ▶ **Cyklo v Evropě i pod Alpami**

Centrála → CK POZNÁNÍ, PARDUBICE,
Palackého třída 2744,
tel.: 466 535 401, 466 510 074

Pobočky → PRAHA 1
Krakovská 18, tel.: 222 211 756, fax: 222 211 762
BRNO
Nám. Svobody 10, tel.: 542 213 676
HRADEC KRÁLOVÉ
Tomkova 911, tel.: 495 513 816, 605 538 365
LIBEREC
Adrenalin Centrum, Na Bídě 657/8a, tel.: 486 112 250

Prodejní místo na Slovensku

→ ATLAS Adria, cest. kancelária s.r.o., BRATISLAVA
Račianska 3, tel.: 00421 2 446 33 561

Přes zimu jsme společně s The North Face začali tvořit projekt, který nakonec vyústil v tým s názvem The North Face Test Team, který se kromě MTB závodů bude zaměřovat i na skialpové závody a běžecké ultratraily. Samozřejmě stále spolupracuji s výrobcem kol Amulet a nově i s výrobcem skialpového vybavení Movement. Dál se například účastním na projektu jedné švýcarské farmaceutické firmy, která zkoumá, co tělo během extrémních výkonů produkuje. Dělají odběry krve, moči, tuku a fyziologické testy před závodem a po něm. Pak vyhodnocují změny v těle během dvacetičtyřehodinových závodů. Prostě se rád podílím na něčem, co má smysl.

Zmínil ses, že 1000 mil jsi jel dvakrát, a už nepojeďš. Zůstaly ti vůbec ještě nějaké cíle a plány do budoucna?

Kolo samozřejmě zůstává prioritou a stále existují výzvy. Navíc mě lákají různé alpské příběhy, běžecké ultratraily... a rozhodně se pořádně připravím na příští skialpovou sezonu, protože ta moje první závodní letos mě hodně chytla. Svoje cíle ale upravím hlavně podle toho, aby to tolik neodnášela moje rodina. Chci prostě i dál žít tak, aby mě to bavilo.

Zdeněk Kříž



Dnes bydlí v Krkonoších v boudě Špindler (nejde o hotel Špindlerova bouda), stará se o provoz chaty a závodí. Možná jste ho potkali v noci, když trénoval na běžkách, nebo když si běžel desítky kilometrů přes hory vyzvednout svého „zdrhacího“ psa, který se nevědomky stal jeho osobním trenérem.

Vyzkoušejte bouldering, slackline nebo paddleboarding v Praze

Téměř každou středu až do září se můžete zúčastnit zajímavé akce v centru Prahy a vyzkoušet netradiční sport v netradičním prostředí.

Adidas for bouldering

Bouldering, neboli lezení bez lana, vyžaduje specifický styl lezení. Je to velmi dostupný sport pro aktivní lidi všech věkových i výkonnostních skupin. Kurzy boulderingu pod vedením Kariny Bílkové a dalších zkušených instruktorů z adidas týmu proběhnou na vltavských náplavkách 10. července, 7. srpna a 4. září od 17 do 21 hodin.

Adidas for slackline

Slackline není úplně provazochodectví, protože máte pod nohama plochý, 25 mm široký popruh, ale stejně tak rozvíjí smysl pro rovnováhu a držení těla. Ve Stromovce vás základům naučí špičkoví čeští slacklineři Dan Menšík a Lukáš Černý.

Slackline jsou vyhrazeny středy 24. července, 14. srpna a 11. září od 17 do 21 hodin.

Adidas for paddleboarding

Paddleboarding je mladou vodáckou disciplínou, která se ve světě mohutně rozvíjí a pomalu se začíná zabydlovat i u nás. Balancování na prkně zapojují všemožné svalové skupiny včetně tzv. hlubokých svalů. Jedná se tedy o cvičení spojené s projíždkou po vodní ploše. Nejlepší čeští jezdcí Honza Rott, Jakub Zima a Patrik Hrdina vás na Vltavě v různých částech Prahy naučí základům paddleboardingu vždy odpoledne 17. července, 21. srpna a 18. září.

TIP: Více informací a přihlášení najdete na www.pohora.cz/outdoor-praha.



Mára a Zdeněk

úspěšně zdolali Talung

Mára Holeček a Zdeněk Hrubý vystoupili novou cestou na nepálský Talung (7349 m). Cestu pojmenovali Thumba Party a patří k tomu nejlepšímu, co čeští horolezci za posledních 20 let ve vysokých horách vylezli. Na vrcholu Talungu stanuli jako čtvrtý a pátý člověk v historii. Po redakční uzávěrce jsme Márovi ještě stihli položit několik otázek.

**Na Talung jsi vyrážel v podstatě potře-
tí, ne vše se od počátku dařilo, kdy jsi
začal věřit, že se to opravdu povede?**

Problémy jsou průvodním jevem jakékoli činnosti, takže přestávám věřit ve chvíli, kdy už jsou nezvratné důkazy toho, že se to otočilo špatným směrem. Nám se to nikdy nezačalo nijak bortit. Kdyby třeba nedorazily věci na lezení, to by byl průsvih, který už bych nebyl schopný v danou chvíli vyřešit. My jsme věděli, že ty věci někde běhají, byla jen otázka kde a za jak dlouho se k nám dostanou.

Takže z tohoto pohledu jsem obavy neměl. Co se týče zdravotních problémů, dostal jsem dávivý kašel, který se mi rozjel při jakémkoli pohybu. To se mi za dvacet expedic ještě nestalo. Byl jsem schopný s tím i lézt, ale rychlost a výkonnost se samozřejmě snížila třeba o 80 %. A s přibý-
vající výškou se to těžko mohlo zlepšovat. Po sestupu z prvního neúspěšného pokusu jsem začal brát nějaké prášky a hned první den jsem cítil zlepšení. Po pár dnech jsme tak mohli vyrazit k druhému pokusu.

**Při další expedici na Gasherbrum chcete
lézt vaší nedokončenou cestou?**

Jo. Tam jsme to opustili asi v 7400 metrech. Je to pěkná, logická a nedokončená linie. Člověk ji vidí jako první při pohledu na ten kopec. Ta možnost průstupu tam nahore určitě je, teď je jen otázka, jestli je nasypaná pro nás nebo pro někoho jiného.

**Ted' jsi říkal, že Talung je tvoje nejtěžší
cesta tohoto typu, bude to tak i za
tři měsíce? Jaké čekáš srovnání
s Gasherbrumem?**

Je dost těžké porovnávat, v té výšce od 7 do 8 tisíc je Talung určitě výrazně nejtěžší, co se nám povedlo vylézt, a to myslím mluvím i za Zdeňka. Při lezení nad 8000 se pak s technickými problémy budeme snažit setkat co nejméně, především v té horní části. Každých sto metrů je nějakým způsobem znát. Talung určitě je a bude technicky těžší, jinak Gasherbrum nevylezeme. V 7800 tam budeme něco předvádět a nesmí to být moc těžké, jinak se tam zasekne a je hotovo.

**Přeju hodně štěstí tobě i Zdeňkovi, ať se
na Gasherbrum nemusíte vracet znovu!**

Lezte bezpečně: kurzy na skalách pod vedením horských vůdců

Adidas ve spolupráci s distributory lezeckého vybavení Climbing Technology a Skylotec připravil dvoudenní kurzy základů bezpečného pohybu a správného použití lezeckého materiálu na skalách. Climbing Technology a Skylotec vyrábějí bezpečnostní pomůcky špičkové kvality, a zásadně v EU. Na těchto kurzech si je budete moci zdarma vyzkoušet.

Termíny a lokality:

Drátník, Vysočina	22.–23. června
Ostrov u Tisé	29.–30. června
Studenécké skály, Mladkov	20.–21. července
Alkazár, Srbsko	27.–28. července

TIP: Pro další informace a přihlášení koukněte na www.pohora.cz/lezte-bezpecne.



Zdeněk Hrubý odpočívá ve stěně Talungu, foto Marek Holeček.

Nešlo o první Márovův pokus na severozápadním pilíři Talungu, v roce 2004 se do stěny zakousli s Tomášem Rinnem, sestoupit museli kvůli Márovým omrzlým nohám. O pět let později se s Honzou Doudlebským pod stěnu ani nedostali kvůli podcenění finanční náročnosti. Po příletu do Nepálu tehdy zvolili šestitisícovku Kyashar.



Koncert s vlky

Václav Noid Barta

Zpěvák, rocker a herec Václav Noid Barta je známý z mnoha divadelních rolí, zahrál si hlavní roli v muzikálu Hamlet a nyní se připravuje na další hlavní roli v muzikálu Lucie. Jako rocker vystupuje se svou kapelou Noid, je znám i z krátkého manželství s Lucií Bílou. Ale jen pár dobrých kamarádů ví, že má také outdoorové sklony k dobrodružství a cestování. Chtěli jsme Václava Noida Barta po této stránce představit i čtenářům Světa outdooru, proto jsme si s ním v jednom příjemném květnovém odpoledni povídali.

Cesta k prvním dobrodružstvím

Už od dětství se Vašek rád potuloval přírodou Tachovska, kam v létě jezdíval a kde získával vztah k horám, lesům, vodám a také dobré návyky pro své pozdější cesty po světě. První větší cestou byla (ještě před Chávezem) jihoamerická Venezuela, kde se zamiloval do pralesů a řek v povodí Orinoka a Amazonky. „Rád bych se tam ještě vrátil na delší dobu,“ plánuje Noid, „tam je ještě možné poznat tropickou atmosféru džungle se zvuky, vůněmi i zápachy, vlhkým teplem a také potenciálním nebezpečím. Bez toho nelze džungli pochopit, přírodopisné filmy osobní zážitek nenahradí, i když jsou krásné a poučné.“ Zatím je ale cesta do Venezuely jen přáním, podle množství práce tolik volného času v nejbližší době Noidovi rozhodně nehrozí.

Motocykl kontra africká včela

Zajímavé pohledy na svět jsou také ze sedla motocyklu. Se skupinou kamarádů se Noid vydal na motorce do Maroka až k pohorí Atlas, kde si všichni dostatečně užili nejen pouštní vedro až 58 °C, ale i poruchy u svých

strojů. Tady si Václav uvědomil, že ani špičkový stroj nevydrží všechno a člověk se s pokorou musí sklonit před tím, co dokáže příroda předvést. Problémy s orientací v poušti, komunikace s domorodci, zcela rozdílné klima i strava, to vše jsou zkušenosti k nezaplacení.

„Při jízdě se mi dostala pod helmu včela a než jsem stačil jakkoliv zareagovat, tak mě bodla,“ vzpomíná Noid na nepříjemný zážitek v Maroku. „Natekl jsem během krátké chvíle tak, že jsem skoro neviděl a kamarádi mě museli dopravit do nemocnice. Co jsme měli v lékárnice, to nijak nezabíralo a v nemocnici konstatovali anafylaktický šok. Chvilí jsem se dokonce bál, že nebudu moct jet dál, ale dobře to dopadlo. Vzpomněl jsem si na podobný případ ze seriálu Beara Gryllse na TV Discovery. I tak zkušeného zálesáka cizokrajná včela svým jedem pořádně překvapila!“

Severská zima je krásná, ale vyžaduje respekt a znalosti

Zatím největším zážitkem byla severská zimní příroda ve Skandinávii za polárním kruhem.

„Protože jsem se zimním outdoorem před tím velkou zkušenost neměl, věnoval jsem přípravě dost péče a účastnil jsem se i přípravného kurzu pobytu v zimních podmínkách. Několik dní jsme bivakovali a učili se pohybovat ve sněhu v našich horách. Zjistil jsem třeba, že moje boty rozhodně nedostačují, a i v ostatní výbavě došlo ke změnám a doplnění. Třeba teorie jak vařit na sněhu je jasná, ale teprve praxe ukáže, co je potřeba vědět a umět, aby se nejen připravila voda ze sněhu, ale i uvařilo jakž takž požitelné jídlo. Podobně je to se stavbou stanu, ve větru a při mínus 30 °C je pozdě se začít učit jak na to!“

S nabytými zkušenostmi se s bratrem ve dvou vydali na zimní touлку po Laponsku. Byla to sice kratší, ale výživná ochutnávka Severu s chůzí na sněžnicích a tažením pulek s celou výbavou. „Polárníka to ze mě samozřejmě neudělalo, ale už z vlastní zkušenosti vím, co je podstatné a důležité pro přežití v takových podmínkách, a taky, co všechno stále ještě neznám. Rád bych se totiž někdy vydal na Sibiř,“ prozrazuje další ze svých plánů Václav.

Velkým zážitkem pro oba bratry bylo nocování pod polární září. A ještě na jeden okamžik Václav nikdy nezapomene. Nocovali právě v zálesáckém srubu, když se vydal sám do noci užít si tichou zasněženou přírodu.

„Zaslechl jsem vzdálené vytí vlků a ani nevím proč, napadlo mě ozvat se jim. K mému překvapení reagovali a dokonce se odjinud ozvala další smečka. Nastal neuvěřitelně působivý laponský muzikál s mnoha vlčími hlasy.“

Netuším, jak dlouho jsme společně vyli, ale byl to naprosto mimořádný okamžik a zanechal ve mně vůbec ne strach, ale opravdu hluboký dojem a respekt.“

Vždy připraven

Podle Václava ale není třeba za dobrodružstvím v přírodě jezdit nikam daleko, takové Novohradsko nebo Třeboňsko mu v zimě dalo dostatečně silné zážitky jak z nádherné přírody, tak i poznání nebezpečí ve špatně zamrzlých močálech a slatích. Osamělé nebo společné bratrské toučky mu pomáhají odpojit se od profesních starostí a také jsou přípravou na nečekané náhody, které mohou být dobrodružným zážitkem stejně jako nebezpečnou výzvou.

Jde-li do tuhého, obvykle nepostačí populární skautská kápězetka, ale je potřeba mít po ruce základní lékárničku, spolehlivý nůž, světlo, vodu, umět rozdělat oheň, být dobře oblečený a obutý. To Václav už ví a většinou mu nechybí vybavený batůžek, který nosí s sebou. Pár nouzových situací už zažil a nemusí to být hned v pustinách za polárním kruhem. Nakonec stačí uvíznout v zimě několik hodin na dálnici někde na Vysočině a brzy řada lidí zjistí, co by s sebou měli mít, a nemají. Ať už je člověk kousek od domova nebo v dalekých pustinách, může být na správnou náhodu připraven a v dobrém slova smyslu jí může jít naproti. Přejeme Václavovi, aby kromě profesních úspěchů vytrval i na cestě za svými outdoorovými zážitky.



Václav Noid Bárta

Zpěvák, rocker a herec Václav Noid Bárta je známý z mnoha muzikálových i divadelních rolí. Když může, cestuje po světě i po Čechách a jeho cesty rozhodně nemají charakter pohodlného poznávání v bezpečné péči cestovní kanceláře. Přírodu vyhledává jak při pěších toulkách, tak třeba v sedle motorky.



www.goalzero.cz

GUIDE[™]10 PLUS
ADVENTURE KIT

Energie sbalená na cesty, která dodá šťávu Vaším zařízením prostřednictvím solární technologie.

Nabíjí:

- mobilní telefony
- smart phony
- MP3 přehrávače
- GPS, GPS hodinky
- USB kamery
- tablety
- čelovky
- svítilny...



Sibiř
Štěpán Černoušek
Září 2013

Štěpán Černooušek se vydá v pořadí už na třetí expedici na Sibiř s cílem zmapovat a zdokumentovat stalinské pracovní tábory (gulagy) podél tzv. Mrtvé trati. Jde o nikdy nedostavěnou Transpoární magistrálu, která měla za polárním kruhem spojoovat město Salechard na řece Ob s Igarkou na Jeniseji. V letech 1947 – 1953 železnici stavěli vězni Gulagu, po smrti Stalina byla nedokončená stavba zakonzervována. Vzhledem k naprosté opuštěnosti a obtížné dostupnosti těchto končin (odtud i název Mrtvá trať) dodnes podél nedostavěné železnice zůstaly netknuty desítky lágrů i železniční technika. Člověk sem zavítá je výjimečně. Expedice jedná o spolupráci s Google Earth a Bing, kromě Čechů se zúčastní zřejmě i Poláci a expedici by mohla podpořit University of New York. Více o unikátním projektu na webu www.mrtvatrat.cz.

Expedice Asií Avií
Asie
Celkem devět účastníků
Srpen – září 2013

Dvoutměsíční devíticelenná expedice projede ve skříňové Avii A-31 po vlastní ose Ukrajinou, Kazachstánem, Ruskem a Mongolskem. Jde o expedici ponejvíce vodáckou, která plánuje sjet například řeku Šavla na Altaji, Šiškid v Mongolsku či řeku Kitoj v pohoří Sajany nedaleko Bajkalu. Na své si ve zmíněných pohořích přijdou i trekaři a mělo by dojít i na cestování koňmo. Mediální partnerství expedici přislíbil vodácký HYDROMagazin, portál Pohora.cz nebo Moravskoslezský deník. Více najdete na www.asie-avie.cz. (PS)

Svět expedic

Prvovýstup Gasherbrum I

Pákistán, Karákóram
Zdeněk Hrubý, Mára Holeček
Červenec – srpen 2013

Ve dnech, kdy připravujeme toto číslo magazínu Světa outdooru, vrátili se oba horlezcí z úspěšné expedice na Talung (rozhovor po uzávěrce na straně 23). A hned po návratu se okamžitě začnou připravovat na druhou část letošního ambiciózního programu. V červenci zamíří na osmitisícovku Gasherbrum I (8068 m).

Nejde o nic menšího, než o prvovýstup jihozápadní stěnou, který oba horolezci nedokončili v roce 2009. Tehdy se museli vrátit z výšky 7500 m. Prvovýstup na osmitisícovce byl mezinárodním úspěchem a pro české horolezectví by to byl první podobný počín po 23 letech. Expedici podporují například firmy The North Face, Hudy sport, Devold či Rock Empire. Více o plánech obou horolezců najdete v rozhovoru s Markem Holečkem ve druhém i v tomto čísle magazínu a také na stránkách www.MarekHolecek.cz.

Expedice 180 Day Trips

Skandinávie
Petr „Mejdží“ Major
Duben – září 2013

Seakajakář Petr „Mejdží“ Major vyplul 14. dubna 2013 od pražského Karlova mostu na půlroční plavbu, při které se chystá obeplout Skandinávii na mořském kajaku, který si sám vyráběl. Pádlovat bude takzvané self support, tedy bez jakékoliv cizí pomoci, až na Nordkapp (nejsevernější bod Evropy), poté pěšky přejde Laponsko (550 km) a přes Botnický záliv se vrátí zpět do Prahy. Aktuálně se Petr nachází v Norsku. Jeho cestu podporují např. firmy Hiko Sport, Devold, Laminex a HG Sport. Více o celé expedici najdete na www.seakayaker.cz/180daytrips. (PS)

Expedice All Africa II 2013

Napříč Afrikou
Alexandr Bílek a další 4 účastníci
Březen – červen 2013

Alexandr Bílek se dlouhodobě vydává na cesty za památkami ze seznamu kulturního a přírodního dědictví UNESCO s cílem všechny postupně navštívit (v roce 2012 bylo na seznamu 962 památek, Bílek dosud navštívil 250 míst) a dále plánuje navštívit také všechny státy světa. Aktuální africká expedice All Africa II s expedičním autem Land Rover odstartovala koncem března. Cesta po afrických památkách je plánována na 100 dní po trase dlouhé asi 40 000 km. Expedici podporují firmy Origo autoskol, Aqua Angels či Voda Fromin. Více informací najdete na www.alexandrbilek.cz.

Sailing in Silence

Botnický záliv

V roce 2010 se dobrodruh a cestovatel Lumír Drápal ml. (33) vydal dokončit svůj seajakový projekt „Sailing in Silence“ z roku 2008. Pojmenování expedice Pádlování v tichu zní pohodově, že? Jenže zdaleka nejde jen o pohodovou plavbu kolem pobřeží za svitu sluníčka. Přčtete si, jak vypadá takový „normální den“ seajakáře.



Fiord nablíž Reine. Iofotv. foto Michal Pancír

Takový normální den...

Je pozdní ráno a já se zlehka probouzím do nového dne, i když tělo si za pět hodin spánku moc neodpočinulo. Právě tolik času uplynulo od chvíle, kdy jsem vytáhl kajak z vody. Dnes v noci se docela dařilo, posunul jsem se téměř o sto kilometrů k cíli mé cesty.

Přes den fouká dost silný vítr, a tak musím pádlovat hodně po nocích, kdy vítr spí. Nebezpečí, že se nechtěně vykoupu, je sice vyšší než přes den, ale vzdálenost, kterou urazím na klidné hladině v noci, je pro mě mnohem důležitější. Navíc mám s sebou výborného parťáka, výkonnou čelovku, která mi hodně pomáhá v úzkých a nepřehledných místech.

Rozepínám stan a pouštím dovnitř sluneční paprsky. Denní řád už mám propracovaný, stačí jen strčit ruku se zapalovačem do předsíňky, povolit kohoutek od benzinového vaříče, jednou škrtnout a nechat vařit vodu na čaj. Mám ještě pár minut času, abych se mohl probat, a než se vyškrábu ze spacáku, voda je už hotová. Následuje protažení a pohodová snídaně při knize.

Krajina podél Botnického zálivu je hodně „jednotvárná“. Zpočátku jsem ji vůbec nemohl přijít na chuť. Jak bych ji popsal... tož, je to taková placka porostlá stromy, trávou a rákosím. Občas zpoza rohu vykoukne červenobílá chajda s malým přístavem.

Všude lítá plno ptáků, kteří se zrovna páří, takže už mi ten řev leze na nervy a začínám snít o traktoristických sluchátkách. Jak ale dny přibývají, začínám vidět krásu i v tom „placatém“ pobřeží.

Ve dvě odpoledne mám ještě několik hodin, než se vítr uklidní. To je nejvhodnější čas na průzkum okolí a doplnění zásob. Denní povinnosti je doplnit zásobu vody, případně opatřit něco na zub. Do nejbližší civilizace to bývá od moře okolo patnácti kilometrů. Když už opravdu potřebuju nakoupit, vydám se směrem, kde by mohlo být město. U prvního stavení se zastavím a poprosím o vodu. Obvykle se mi podaří „vysondovat“ i kolo, díky kterému mi cesta do civilizace nezabere celý den...

Lidé jsou přátelští a zvědaví. Nestává se, že jim na dveře zaklepe fousaté a štrapaté strašidlo s žádostí o vodu. Kafe tu vaří silně, nejsem na to zvyklý a cestou zpět do tábora si občas připadám jako elektrická myš. Pak už zbývá jen poskládat stan, nacpat věci do vodotěsných komor a vydat se ke 3000 km vzdálenému cíli.

Co je „Sailing in Silence“?

V prvé řadě pěkně dlouhá štreka kolem skandinávského pobřeží. První část tohoto severského dobrodružství proběhla v roce 2008, kdy Lumír za 93 dní upadloval 2690 kilometrů z norského Lauvviku (nedaleko

Stavangeru) až k nejsevernějšímu bodu Evropy, kterým je Nordkapp. Byl prvním Čechem, který na kajaku obeplul Norsko.

„dobrodružství
začíná, až když se
člověk ztratí“

Při druhé cestě na sever v roce 2010 se inspiroval pobřežím kolem Botnického zálivu. Trasa měřila 4035 kilometrů (Helsinky – Lauvvik), vedla podél pobřeží Finska, Švédska a Norska a v kajaku strávil 99 dní. Nejhorším zážitkem nebyl nedostatek jídla, vody nebo ohrožení vodním živlem. Bylo to setkání s dvěma Poláky, kteří mu chtěli vykrást kajak.

Sailing in (No) Silence

Lumír Drápal se momentálně nachází na další expedici, kterou nazval „Sailing in (No) Silence“, protože ho na cestě doprovází žena – jeho přítelkyně Káťa. Jedná se v podstatě o takovou „křížkovou“ cestu, protože putují po křížích, které si Lumír zaznačil v mapách při cestě podél Norska v roce 2008. Podrobnější informace o cestě najdete na stránkách www.drupal.cz a průběžné zprávy můžete sledovat na Facebooku – Sailing-in-NO-Silence-Norway.

Expedici materiálně podpořila firma Vertical Trade, www.vertical.cz.



Ve stínu

Roraimy

Stefan Glowacz o expedici Behind the Rainbow

Pověstmi opředený masiv stolové hory Roraima stojí v místě, kde se stýkají hranice tří států – Brazílie, Venezuely a Guyany. Celý masiv je téměř symbolicky vzdálený od jakékoliv civilizace a skrývá dech beroucí krásu.



Stefan Glowacz na cestě vzhůru do Ztraceného světa

Možnost prvovýstupu novou cestou na stolovou horu Roraima zaujala tři zkušené lezce, Stefana Glowacze, Holgera Heubera a Kurta Alberta. Na konci února 2010 se vydali na expedici do neznáma. Cíl byl jasný: skalní pilíř na Mount Roraima Tepui. Cesta k němu už tak jasná nebyla, protože se rozhodli nejít po trekové komerční trase, ale cestovat pralesem.

„Pralesem jsme nikdy necestovali, to nás na této expedici přitahovalo nejvíc”, přiznává Stefan.

Už samotný přístup džunglí, se kterou dosud nikdo z nich neměl zkušenosti, byl dobrodružstvím. Zpočátku putovali v dlabaných člunech po řekách, potom je čekal pěší pochod džunglí. Nebezpečí hrozilo při úrazech nebo třeba od „buschmeistera“, jednoho z nejnebezpečnějších hadů pralesa (křovinář němý). *„Od začátku bylo jasné, že bez pomoci domorodců nemůžeme pralesem projít a nejspíš horu vůbec ani nedokážeme najít. Pod hustým příkrovem listů totiž nefunguje žádná GPS,”* vysvětluje Stefan. Po celém týdnu vzájemného poznávání a rozmluv se indiáni rozhodli, že expedici podpoří.

Po mnoha letech byli první skupinou, která směla vstoupit do země. První překážka byla odstraněna.

Ideou jejich expedice bylo tzv. „by fair means“, postup bez technické podpory. Horolezci se probíjeli při 40 °C v trvalém dešti pralesem, který je od viktoriánských dob známý jako „Ztracený svět“. Konečně, po nastoupení tisíce výškových metrů, se dostali k příkrému skalnímu pilíři jménem „La Proa“, připomínajícímu ostrovní lodní příď. Přes tuto 600 m vysokou převýšlou severní stěnu chtěli dosáhnout hrany stolové hory Roraima novou mimořádnou cestou.



Ztracený sen Kurta Alberta

Nástup pralesem se protáhnul a následkem toho docházely zásoby. Trvalý déšť, který spustil dolů obrovské vodopády, a zranění na noze, to vše přinutilo přátele, aby své dobrodružství v polovině stěny přerušili. Expedice při prvním pokusu ztroskotala; neznalost prostředí, zranění a špatné počasí donutily dobrodruhy k návratu.

„Nikdy neprobíhá všechno docela hladce. To je také to, co dělá expedici napínavou,“ hodnotí situaci Stefan. Rozhodli se, že se o to pokusí podruhé v témže roce po období deštů. Už v listopadu téhož roku jsou Stefan a Holger zpět. Bude to jejich nejtěžší cesta. Kurt Albert se mezitím smrtelně zranil při pádu na feratě v Alpách. Jejich dlouholetý přítel a lezecký partner už nemůže kamarády na expedici doprovodit. . .

Smrt Kurta Alberta krátce před odjezdem na druhý pokus expedici otřásla. *„Přes všechny pochybnosti jsme se rozhodli pokračovat. Jen ve dvou. Už to bylo tvrdé,“* svějuje se Stefan. Teď chtěli cestu dokončit na památku svého přítele.

„Lezení je nebezpečným sportem a sebe-menší chyba může vést ke smrtelnému pádu. Takové tragické příhody zbystrčí vědomí především k tomu, aby bylo provedeno co nejvíce bezpečnostních opatření. Vždycky by se při lezení mělo brát v úvahu, jak vysoké riziko chceme podstoupit.“



Česká stopa

Na Roraimě mají svou stopu i čeští speleologové, kteří tady v roce 2002 spolu se slovenskými kolegy objevili křemencovou jeskyni, kterou nazvali Ojos de Cristal (Krystalové oči). Po průzkumu v dalších letech je tato 8 km dlouhá jeskyně prohlášena druhou nejdelší jeskyní světa v křemencových pískovcích. Češi tímto prvenstvím odstartovali řadu unikátních speleologických objevů v křemencovém krasu kraje stolových hor Guayanské vysočiny.

Mezi barvami duhy

Ještě před nehodou Kurta Alberta se rozhodli, že do druhé poloviny stěny nastoupí

z venezuelské strany, kudy vede nahoru lehká treková cesta. Z hrany slánili Stefan a Holger k místu, kde skončili při prvním pokusu.

„Když jsme po všech překážkách a ranách osudu přežili nahoře přes hranu, byl to neuvěřitelný pocit. Věděli jsme, že to bylo správné rozhodnutí. Lepší pomník jsme Kurtovi nemohli postavit.“

Cesta „Behind the Rainbow“ (Za duhou), IX+/X-, jejíž prvorovýstup v listopadu 2010 úspěšně dokončili, plně vystihuje život Kurta Alberta, který byl podle Stefana „pestrý jako duha“.

**DEVOLD®**VLNĚNÉ TERMOPRÁDLO
OBLÉKÁ NORY OD ROKU 1853

Nejstarší vlněné termoprádlo na světě

DĚDICTVÍ DEVOLD®

Devold® vyrábí kvalitní vlněné oblečení již od roku 1853. Trvanlivé oděvy z vlny se staly velice populárními a prosluli polárníci včetně Ellswortha, Amundsena a Nansena si vybrali pletené výrobky Devold® pro své expedice.

Víte, že...

termoprádlo značky
Devold používá
již mnoho let
Horská služba ČR a SR?

**Bergans**
OF NORWAY

Víte, že...

oblečení značky
Bergans používá
již mnoho let
Horská služba ČR?



- funkční
- technické
- fashion

**vaříč
Jetboil® Flash®**

- LEHKÝ
- SKLADNÝ
- ÚSPORNÝ
- RYCHLÝ
- BEZPEČNÝ

**JETBOIL®**

„Rychlovarná konvice na cesty“

norskamoda.cz

Generální dovozce pro ČR a SR: North Trappers s.r.o.

www.norskamoda.cz

Dnešní pohled Stefana Glowaczze

Aktuální rozruch kolem expedice z roku 2010 je způsoben premiérou dokumentárního filmu „Lovci okamžiků“. Text je sestaven z rozhovorů se Stefanem Glowaczem a z reportáží o expedici Roraima. Měli jsme navíc i příležitost zeptat se Stefana na jeho dnešní pohled na expedici.

Stefane, jak probíhal výstup stěnou Roraimy?

Problémů bylo hodně už před samotným výstupem. Cesta džunglí ke stolové hoře nám trvala mnohem déle, než jsme počítali. Pak jsme museli zvládnout 1000 m vysoký a džunglí porostlý vertikální stupeň, abychom se dostali k hlavní stěně. Samotný výstup byl skvělý, ale znovu mnohem pomalejší oproti očekávání vzhledem k vysoké obtížnosti lezení. A nakonec jsem si zlomil patu a výsledkem bylo, že jsme při první cestě výstup nakonec museli přerušit. Po půl roce jsme se pak vrátili dokončit, co jsme začali.

Jaké máš na výstup vzpomínky?

Vzpomínek je opravdu mnoho. Roraima je úžasné, ohromující místo a také lezení bylo nezapomenutelné. Nad vším ale samozřejmě leží stín vzpomínky na Kurta Alberta, který se s námi na Roraimu už nemohl vrátit. Také pro něj jsme museli výstup dokončit.

Otázka k vybavení – Svět outdooru zajímá, jak sloužilo vybavení v deštinném pralese?

Měli jsme s sebou mnoho fotoaparátů a kamer. Vzhledem k vysoké vlhkosti nám víc než polovina přístrojů přestala fungovat. To byl největší problém, kterému jsme v džungli museli čelit. A pak samozřejmě také už mnohokrát zmíněné nefunkční GPS pod příkrovem džungle.

Největším dojmem pro mě bylo vidět indiány orientovat se bez GPS i bez jakékoliv technické podpory. Oni se zkrátka ještě mohou spolehnout na své instinkty. Dalším problémem bylo nebezpečí, které tady hrozí od hadů přes pavouky až po jedovaté rostliny. Bez pomoci indiánů a bez jejich zkušeností bychom nejen Roraimu těžko našli, ale nejspíš bychom v džungli rovnou zahynuli.

Jaký je svět na vrcholu stolové hory?

My jsme nahoře dlouho nezůstali. Ale v každém případě je to nereálný svět. Máš pocit, jako by ses nepohyboval na Zemi, ale na nějaké jiné planetě. Je to svět sám pro sebe.

Zkus zhodnotit celou expedici.

Základem bylo, že nic nevycházelo podle našich plánů. Ale podle okolností to je vcelku normální, když jdeš do míst bez pořádných informací a bez zkušenosti. Vtip je v tom, jak zvládnout expedici i se všemi každodenními problémy a průvihy. A to se nám sice nadvakrát, ale nakonec podařilo.

Lovci okamžiků

Dobrodružství na hoře Roraima

Dokumentární film „Lovci okamžiků“ diváka zavede na magické místo Země, kde tři muži hledají extrémní dobrodružství. Film je plný pochopení a je autentický v nebyvalé blízkosti k protagonistům. Z původního dokumentu se po tragické lezecké nehodě Kurta Alberta stává nejen svědectvím o lezeckém výkonu, ale také o vyrovnání se se ztrátou kamaráda. Film trvá 102 minut, natáčel se v Německu, Venezuele a Guyaně a premiéru měl v dubnu 2013 v Mnichově.

Účastníci expedice

Stefan Glowacz

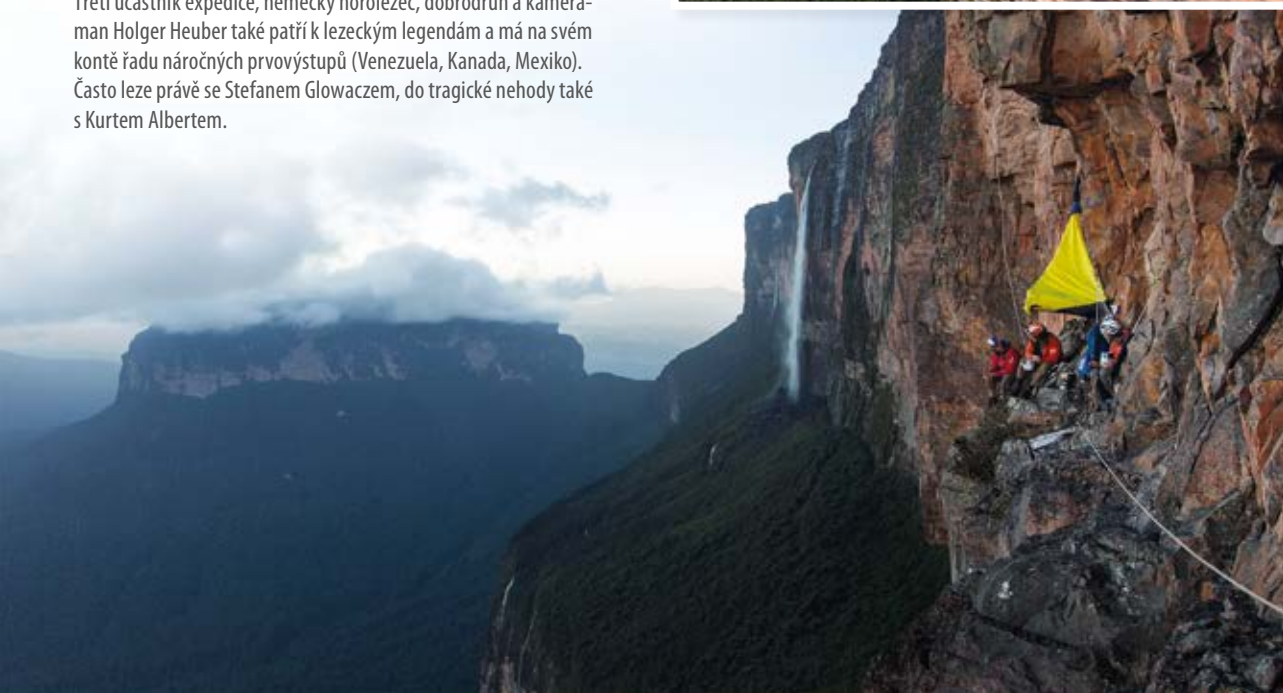
Německý dobrodruh a horolezec, patříci ve své době ke světové špičce sportovního lezení. Později se zaměřil na extrémní lezení především v lezecky málo prozkoumaných oblastech s významnými prvovýstupy. V oblasti stolových hor nebyl proto poprvé.

Kurt Albert

Legendární německý horolezec, průkopník volného lezení. Už v roce 1975 začal s označováním volně lezených cest (tj. pouze s jištěním bez použití pomůcek k výstupu nebo při odpočívání) červenými značkami, podle kterých se tento styl nazývá RP (zkratka z německého Rotpunkt). Zahynul po pádu z feraty v září 2010.

Holger Heuber

Třetí účastník expedice, německý horolezec, dobrodruh a kameraman Holger Heuber také patří k lezeckým legendám a má na svém kontě řadu náročných prvovýstupů (Venezuela, Kanada, Mexiko). Často leze právě se Stefanem Glowaczem, do tragické nehody také s Kurtem Albertem.



SVĚT OUTDOORU CESTOVÁNÍ V PRAXI

	CENA	NOCOVÁNÍ	TOP OUTDOOROVÉ AKTIVITY	TREKOVÁNÍ
ŠPANĚLSKO	 4 000 až 6 000 Kč  5 000 až 6 000 Kč	Dostatek hotelů, levných noclehů a v horách skvělých bivačů. V oblasti Camina de Santiago jsou navíc místní velmi tolerantní ke stanování prakticky kdekoli.	Sjedte některou z galicijských řek. Vydejte se lézt do oblasti Siurana nedaleko Barcelony či do andaluského El Chorro, kde najdete i Camino del Rey – poněkud krkolomnou feratu vedoucí po rozbořeném betonové stezce 100 metrů nad dnem kaňonu.	Za tři dny stihnete projít nádhernými pyrenejskými kaňony Ordesa a Añisclo i s výstupem na vrchol Monte Perdido (3355 m). <i>TIP: Popis 55 túr od Pyreneji po Gibraltar najdete v průvodci Hory Španělska. Objednat si ho můžete na www.MapyKiwi.cz.</i>
UKRAJINA	 1 500 až 2 000 Kč	Ubytujte se v soukromí nebo na levných horských chatách. Stanování je možné v přírodě, raději se souhlasem vlastníka pozemku.	Zakarpatská Ukrajina je rájem cyklistů i milovníků odlehlých vesniček s původní architekturou. Vedlejší silničky a prašné cesty vás povedou od jedné k druhé a nebudou chybět ani divočejší sjezdy.	Nejvyšší horou Ukrajiny je Hoferka, ležící na Černohorském masivu. Existuje mnoho výstupových cest. Nejedná se o žádný extra výkon, ale samotný výstup můžete spojit s delším přechodem hor.
NEPÁL	 18 000 až 20 000 Kč	Ubytování je nesmírně levné, a to jak ve městech, tak na trecích. Klidně pouhých 50 Kč na osobu. Nocování v horách je běžnou záležitostí. Stanovat se dá téměř za každou vesnici.	Nepál je prostě ráj trekingu – bezpečného, kulturně poučného, exotického a vysokohorského. S přibývajícimi horskými vesničkami je stále vhodnější také pro cyklistiku. Možný je i rafting a paragliding, např. v Pokhaře.	Za jedny z vůbec nejkrásnějších treků na světě je považován Annapurna Circuit a trek do base campu pod Everestem. I když jsou oba v poslední době dost předlidené, výhledy na okolní osmitisícovky pořád stojí za to!
OMÁN	 10 000 až 13 000 Kč	Mimo města jde kempovat s vlastním vybavením. Nenechte si ujít nocleh v pouštích bungalovech. <i>TIP: Spoustu rad najdete v průvodci Ománem od vydavatelství Bradt. K dostání na www.MapyKiwi.cz</i>	Nechte se lákat k nočnímu pozorování želv, oblibený je podvodní svět na pobřeží či ostrovy Dimaaniyat. Zážitek je noc ve stanu v poušti. Hory na severu vybízejí k bigwallovým prvovýstupům. Méně zkušený můžou zvolit jednu ze tří ománských ferat.	V pohoří Hájar se dá trekovat mezi jednotlivými údolími, zvanými wádi. Značený je třeba dvou denní trek z vesnice Balad Sayt do vesničky Misfat al Abriyyin na druhé straně hor. Vystoupit se dá i na nejvyšší vrchol Ománu – třítisícový Jabal Shams. Přípravte se na opravdu vylištěné hory.
NORSKO	 3 000 až 5 000 Kč  4 000 Kč	Ubytování v hotelích a penzionech je sice na vysoké úrovni, ale finančně velmi nedostupné. V odlehlých oblastech se dá snadno stanovat, pozor na to, abyste byli 1 km od horské chaty nebo obydli.	Opravdovou výzvou je projít nejsevernějším krajem Norska, a to drsným Finnmarkem. Polární záře láká do země spousty cestovatelů v tom nejdřívějším období, je proto potřeba mít s sebou běžky, skialpy nebo sněžnice. Zalézt si běžte do Flatanger Cave u pobřeží, kde perli Adam Ondra.	Pohoří Jotunheimen je nádherná divočina plná hor, ledovců, gigantických, těžce schůdných údolí, jezer a divokých bystřín. Stanovat i chodit můžete kdekoli. Trek tady najdete spousty, jeden z nejhezčích je přechod výrazné skalní stěny a hřebenu Besseggenu.
THAJSKO	 10 000 až 15 000 Kč	Nabídka vysoce převyšuje poptávku, dvoulůžkový pokoj seženete klidně za 150 Kč. Několik kempů najdete v horách a pralesech. Jinak není stanování potřeba.	Lezení v Thajsku znamená oblast Krabi, respektive Tonsai Beach. Zkuste ale i jiná místa, jako je například Kanchanaburi. Mnoho zážitků přináší také výlety do thajské džungle.	Zdenní trek v NP Inthanon nabízí několika denní putování horskými úbočími, pokrytými tropickými lesy a vodopády. Karenské vesnice jsou tu roztroušené několik hodin od sebe a v těch větších vás místní nechají ochotně přespat – třeba ve škole.
LAOS	 24 000 Kč	Ubytování opravdu levné. Na trecích můžete požádat o nocleh u místních. Je dobré mít průvodce, pomůže s překladem i orientací.	Vesnička Vang Vieng je centrem outdoorových aktivit. Sjedte na kajaku kalnou řeku, lezte po nedalekých skalách a prozkoumejte spousty místních jeskyní.	Trekování je skvělé na severu země. Turisticky zapomenuté je okolo města Phongsali. Trek zvaný „100 vodopádů“ vede z jezírka do jezírka a najdete ho u vesničky Ban Dong Khun.
BOLÍVIE	 25 000 až 30 000 Kč	V horách se vůbec nebojte stanováni, je samozřejmostí. Ceny hostelů a hotelů se liší podle oblastí. Nicméně vždy najdete něco levného, pokud nebazirujete na přílišném luxusu.	Cyklisté a milovníci adrenalinu si nesmějí nechat ujít pětadesátikilometrový sjezd z La Cumbre ve výšce 4625 m až do 1200 m. Na lodi se vydejte na jezero Titicaca a pěšky do amazonské džungle.	Doporučujeme oblast kolem vysokohorského města La Paz. Krásný je trek v okolí hory Huayny Potosí. Tahle krásavice je sice pro zkušené, ale bez speciálního vybavení můžete vystoupit třeba na nedalekou Japu Junani (5088 m).
SLOVENSKO	 1 000 Kč	Ubytování je nejlevnější v soukromých penzionech a na horských chatách. Ještě levnější, ale méně pohodlnou variantou jsou kempy. Najdete jich dostatek. Nestanujte v národních parcích.	Zážitek jsou soutěsky Slovenského ráje. Horolezci si oblíbili nejen Vysoké Tatry, ale i krásnou lezeckou oblast Sulovských skal, která leží jen kousek od českých hranic. Na lyžování jsou ideální nádherné slovenské vršky Roháčů.	Tatry jsou plné nádherných túr. Méně zkušený by se měl vydat po Tatranské magistrále. Slavkovský štít nebo Rysy už vyžadují aspoň nějakou fyzickou zdatnost. Skvělé treky s výhledy nabízejí Nízke Tatry, Velká i Malá Fatra či Rudohorí.
TURECKO	 5 000 až 7000 Kč  4 000 Kč	Při pobytu v horách je stanování nezbytné. Ve městech může být stan postavený mimo vyhrazené kempy problémem. Proto v obydlených částech využijte raději některý z hotelů.	Nedaleko letoviska Antalya se nachází největší sportovní lezecká oblast Turecka. Expediční kajak si užijete na divokých kačcarských řekách.	V zimě je téměř čtyřtisícový Kačkar jen pro zdatnější horaly. V létě za dobrého počasí je vrchol poměrně snadno dosažitelný. <i>TIP: Mapu nejvyšších tureckých vrcholů Turkey The Highest Peaks najdete na www.MapyKiwi.cz</i>

KDY SE VYDAT	BEZPEČNOST A ZDRAVÍ	DOPRAVA NA MÍSTĚ	
Záleží za čím a kam jedete. Nejvyšší místa Pyrenejí jsou značnou část roku pokryté sněhem a pro výstup počítejte s patřičnou výbavou. Naopak za lezením na jih země můžete vyrazit prakticky kdykoliv.	Španělsko je bezpečnou zemí. Ve městech si dejte pozor na drobné kapsáře, a to zejména v Barceloně či Madridu. Na venkově jsou lidé naopak nesmírně milí a přátelští. V odlehlejších oblastech můžete narazit na toulavé psy.	Vlaky jsou docela drahou, ale za to pohodlnou záležitostí. Dobře fungují místní autobusy, na frekventovaných linkách je ale rezervujte dopředu. Lze i stopovat. I když si někdy počkáte déle, nakonec určitě pojedete. Velmi levně vyjde půjčení auta.	ŠPANĚLSKO
Ukrajíně panují často velmi drsné a nekonečné zimy. Na druhou stranu léta jsou slunečná a teplá. Počasí se ale nějak výrazně neliší od toho českého.	Pozor na opilé řidiče a podvody při výměně peněz. Dopravák vždy najde důvod pro „pokutu“. V horách jsou lidé pohostinní. Zvažte očkování proti vzteklině, vodu je i v horách třeba čistit.	Autobusová doprava je velmi levná, ale občas méně spolehlivá. V odlehlejších oblastech je ideální stopování, za které někdy musíte zaplatit. Je to běžná praxe, ale cenu si raději domluve předem.	UKRAJINA
Nejpopulárnější dobou pro návštěvu Nepálu je jednoznačně říjen, listopad a březen s dubnem. Obloha je bez mraků a teploty jsou vhodné pro trekování. Na druhou stranu je tam v tuto dobu nejvíce turistů.	V horách jsou Nepálci milí, jinde je třeba dávat pozor na různé podvodníky, stále je potřeba smlouvat. Doprava v exponovanějším terénu jen pro silné jedince. Ženy, sexy tílko nechte doma.	Velmi levné autobusy vás zavezou téměř kamkoliv. Připravte se ale na sezení na střeše nebo na postávání v davu lidí. Cenově dostupné je i taxi.	NEPÁL
Nechcete-li se jen potit a nadávat na počasí, vydejte se do Ománu v zimě. V tuhle dobu slunceko svítí a je příhodné počasí jak na koupání v moři, tak i na případné trekky v horách a prohlídky starých pevností a charismatických měst.	Ománci jsou nesmírně milí a přátelští, respektujte ale zásady této silně muslimské země. Ač to není nutné, ženy by měly mít delší oblečení a chtějí-li lépe splynout s místními, mohou si zahalit hlavu. Při třecích horami vždy myslete na dostatek vody!	Po Maskatu a okolí se klidně pohybujte taxíkem, je to velmi levné. Na delší přejezdy se dá využívat místní doprava. Máte-li ale jen málo dnů a velké plány, zvažte půjčení auta, se kterým se dostanete třeba i do vesniček vysoko v horách.	OMÁN
Za polárním kruhem v červnu a červenci několik týdnů slunce nezapadá, v zimě naopak nevychází nad obzor. Špicberky zase mají arktické podnebí s dlouhými studenými zimami a krátkými léty. Záleží tedy na tom, kam jedete.	Naprosto bezpečná a přívětivá země. Nekrade se, lidé jsou velmi pohostinní a příjemní. Jediným rizikem můžete být sami sobě, když se budete lehkověžně pouštět do nereálných treků či drsných zimních přechodů.	Veřejná doprava je drahá a málo frekventovaná. Ideální je cestování stopem. Pojedete-li vlastním autem, získáte navíc výhodu, že si můžete dovézt spoustu potravin. Jídlo je totiž v Norsku také velmi drahé.	NORSKO
Ideálním obdobím pro návštěvu je listopad až březen. Obecně platí, že čím více postupujete na jih, tím kratší je toto období sucha. V letních měsících se připravte na období dešťů, na jaře na velké teplo.	Velmi bezpečno. Pozor na drobné krádeže v turistických oblastech. Lidé jsou usměvaví, milí, nápomocní. Určitě nezapomeňte na patřičná očkování – základ je vakcína proti žlutence. Malárie nehrozí.	Vlaky jsou ideální pro noční přejezdy. Docela komfortní jsou i autobusy. Všechno je mnohem levnější než u nás. V horách je nejrychlejší stopovat. Využijte taky půjčení motorek nebo aut.	THAJSKO
Ideální doba je začátkem roku. Džungle je ale plná života zejména v období dešťů (léto), nicméně je taky mnohem hůře přístupná.	Od usměvavých a lehce ostýchavých lidí nehrozí žádné nebezpečí. Problémem může být špatná zdravotní péče v odlehlejších oblastech.	Autobusy mají nejlepší roky dávno za sebou, zpoždění jsou pravidlem. Do některých oblastí se dostanete jen po řece.	LAOS
Pro cestování je vhodná zima, která trvá přibližně od května do října a vyznačuje se slunečným a suchým počasím. Léto od listopadu do dubna přináší intenzivní deště, nejvíce srážek spadne od prosince do února, kdy čekajte hmyz, vlhko a záplavy.	Je povinné očkování proti žluté zimnici. Připravte se také na častý výskyt malárie. Setkáte se s vyšší pouliční kriminalitou, takže si neustále hlídejte věci a zbytečně se nepotulujte po městech v noci.	Nečekejte od místní dopravy zázraky, ale víceméně se s ní dostanete všude, kam bude potřeba. Připravte se na komplikace v období dešťů a nepočítejte s přehnaným dodržováním časů na jízdních řádech.	BOLÍVIE
Počasí je samozřejmě stejné jako u nás. Hory jsou nejkrásnější a s nejstabilnějším počasím vždy na podzim. Nezapomeňte, že lyžařskou sezonu si můžete užít i na Slovensku.	Na Slovensku se budete cítit stejně bezpečně jako u nás. Občas potrápí drobní zlodějíci, takže pro jistotu nenechávejte věci bez dozoru. Raději také nepřespávejte pod širákem kdesi za městem. Zdravotní rizika rozhodně nehrozí.	Kromě hlavních železničních tahů se dají velmi dobře využívat místní autobusy. Ceny jsou víceméně stejné jako u nás. Nebojte se ani stopování. Nejsnazší je ale dojet na Slovensko vlastním autem – je to kousek a budete pány svého času.	SLOVENSKO
Klimatické podmínky jsou přibližně stejné jako u nás. Chcete-li na skialpy, zamiřte sem v zimě. V létě je naopak vhodná doba k vysokohorským výpravám.	Nekrade se, lidé jsou velmi pohostinní. Čím víc na východ, tím víc si váží hostů. Turci jsou galantní, ženy se mohou cítit bezpečně, ale radíme nenosit zbytečně vyzývavé oblečení. Pokud nechcete riskovat, zařídte si očkování proti žlutence.	Busy i minibusy jsou levné (cca 1 Kč na km), spolehlivé, a hlavně jezdí často a všude. Nejpočetnější variantou je vypůjčení auta. Samotné půjčování není drahé, problémem je cena benzínu – jedna z nejvyšších v Evropě.	TURECKO



Sedm statečných vyrazilo do Pákistánu

Tohle není druhý díl legendárního westernu režiséra Johna Sturgese a v hlavních rolích byste marně hledali Steva McQueena či Charlese Bronsona. Jedno však mají tyhle partičky společné. Pokoušely se o pěkně šílený kousek! V našem případě jde o přežení Trango Tower neboli „Nameless“ (6239 m).

*„když necestuješ,
tak se nikdy
nevracíš domů“*

Tak přesně tohle si ještě před odjezdem zapsal do deníku 28letý rakouský horolezec Guido Unterwurzacher, který se s dalšími šesti rakouskými kamarády vydal do pákistánského Karákóramu. Kromě Guida byli dalšími členy týmu Max Berger, Christian „Hechei“ Hechenberger, Simon Berger, Jakob Schweighofer, Hannes Leitner a Flo Dertnig.

Tahle parta horolezců byla pěkně hladová. Původně totiž měli odcestovat o 12 měsíců dříve. Jenže Hechei nebyl před odjezdem zdravotně v pořádku a zbytek týmu se rozhodl, že než aby odjeli bez něj, tak raději expedici odloží. To jen dokazuje, o jak kompaktní tým se jedná.

Nakonec se dočkali. Ať jste cestovatel, horolezec či osamělý dobrodruh, vždy je to stejné. Po příjezdu do exotické destinace na vás dýchá ta odlišnost. V Islámábádu to nebylo jiné, a to přesto, že na sedmici horolezců čekali lidé z agentury, která jim zajišťovala transport a základní věci potřebné k organizaci expedice.

Karakoram Highway, Askole, základní tábor a poté snad Nameless Tower

Po jednodenním „odpočinku“, jestli se to tak dá v rušném hlavním městě napsat, následoval přesun po legendární „Karakoram Highway“. Podle zúčastněných by se však cesta měla jmenovat spíše „Highway to Hell“. Průvodce Shakoora tvrdil, že pohybovat se na této cestě je mnohem nebezpečnější než všichni teroristé světa. V nespočtu zařezaných serpentin na sebe žaludeční problémy nenechaly dlouho čekat.

Po dvou dnech jízdy byl konečně vidět cíl, kterým je vstupní brána do Karákóramu – vysokohorská vesnice Askole. Následoval třídní trek do základního tábora.

„Poslední den přišlo to, na co jsme všichni tak dlouho čekali, spatřili jsme věže Trango. Najednou mělo všechno trápení smysl,“ měl jasno Guido. Základní tábor sdíleli spolu s Jihoafričany, Slováky (Dodo Kopold, Martin Krasňanský, Michal Sabovčík), Poláky a Korejci.

Další den bylo v plánu vydat se v rámci aklimatizace vstříc „Little Trango“ (5500 m), což je menší žulový pilíř mezi Great Trango a Nameless Tower. Výstup začal budičkem v pět ráno a kvůli počasí nebyl dotažen až do konce, ale „pouze“ do výšky 5250 metrů.

Následující opuštění tábora už mělo vážnější plány – přístup pod Nameless Tower. Po dvou dnech odpočinku pod stěnou byla již těla relativně přivyknutá na výšku, a tak se Guido s Maxem vydali vstříc vrcholu. V plánu bylo vylézt slovinskou cestu na jeden zátah, takže šlo o on-sight pokus s pasážemi o obtížnosti až 8a+. Jenže po sedmi délkách se jejich hladký postup začal zadržávat. Mohla za to hlavně tenká vrstva ledu, která skálu pokrývala, a také teplotní podmínky. Tyto komplikace měly za následek to, že pokus skončil pouhých sto metrů pod vrcholem. Bylo to těžké, ale správné rozhodnutí. Předtím se o přeizení cesty v jednom dni nikdo nepokusil.

Guido dodal: *„Věděli jsme, že kdyby byly jen o trochu lepší podmínky, tak bychom to zvládli, a i kdyby ne, tak jsme byli s předvedeným výkonem spokojeni.“* Mezitím „Hechei“ a Simon vylezli na Little Tower a hned vzápětí byla na Uli Biah Tower (6109 m) úspěšná také trojice ve složení Flo, Jakob a Slovák Martin Krasňanský.

Když se Guido a Max vrátili zpět do základního tábora, nastal zvrat v počasí. Přišlo několik špatných dnů, které se zdály jako věčnost. Možnosti byly jasné – „malé stěny“ v blízkosti tábora a bouldering. Potvrdilo se, že všechno zlé je k něčemu dobré. Díky špatnému počasí vytvořil Guido a Hannes prvvýstup na neďalekou 700 metrů vysokou stěnu, která ústila na tzv. „Severance Ridge“. Cestu pojmenovali „No pen, no picture!“

Chceme Nameless Tower!

Předpověď počasí konečně hlásila lepší zítřky. Hannes, Simon, Hechei a Guido okamžitě sbalili batohy s plánem vystoupit do tří dnů na vrchol Nameless Tower. Zatímco Hechei a Simon se chtěli pokusit o už zmíněnou slovinskou cestu, Hannes a Guido se rozhodli pro cestu „Eternal Flame“ (7c+), kterou volně přelezli v roce 2009 bratři Huberové. Jenže myšlenky na volný přelez dvojice neměla. Mohla za to mokrá skála (roztátý sníh), která to prostě neumožňovala. Prioritou bylo dostat se bezpečně na vrchol a zpět.

Do cesty nastoupili v 6:30 ráno a o dvanáct hodin později už se rozhlíželi z vrcholu. *„Hory kolem svítily v odrazu zapadajícího slunce velmi intenzivně. Být tam – to byl opravdu neuvěřitelný moment,“* dodává Guido. Radost jim trochu zkazil vybitý foták, který neumožnil tu atmosféru zachytit, ale podle slov obou horolezců je lepší mít nezdokumentovaný úspěch než zdokumentovaný neúspěch.

Dobrodružství ještě nekončí

Poté, co se čtveřice v pořádku vrátila do základního tábora, čekaly je opět špatné zprávy. Jako by každý návrat z Nameless Tower znamenal pohromu. V důsledku silných dešťů došlo na Karakoram Highway na čtyřech místech k sesuvům půdy, a aby toho nebylo málo, přidaly se k tomu i politické nepokoje, které měly za následek kompletní uzavření silnice.

Jedinou možností, jak se dostat do Islámábádu, je vnitrostátní let ze Skardu. Let samotný sice zabere jen 40 minut, ale cesta do Skardu, to bylo větší dobrodružství než lezení na Nameless Tower. Džip měl několikrát co dělat, aby se udržel na nestabilním podkladu a nesel do neznáma.

„Po příjezdu do Skardu jsme viděli mnoho vojáků, kteří byli ozbrojeni až po zuby. To nás docela znepokojovalo a už jsme se nemohli dočkat, až budeme na palubě letadla,“ popisoval situaci Guido. V takových chvílích se člověk těší na výdobytky civilizace jako je dobré jídlo, sprcha a postel. Jenže i v tomto případě byla realita trochu jiná.



Po přistání v Islámábádu se většina týmu zmocnila trávicí problémy a platilo „ne všechno, co jde dovnitř, tam zůstane.“ Tahle věta se jich držela ještě několik týdnů po návratu domů.

Střípky z outdooru

Američan Alex Honnold zavítal v dubnu do Prahy

Jeden z největších fenoménů současné doby v oblasti sportovního lezení, přesněji řečeno sólo lezení (lezení bez jistění), si udělal čas a přijal pozvání do Prahy. Za svoji krátkou návštěvu si stihl zalézt v Labáku, rozdat nespočet podpisů při autogramiádě, prezentovat diashow a besedovat o svých zážitcích, životních postojích a cílech s přeplyným lezeckým centrem Tendon Smíchov.



Alex Honnold, foto Standa Mitáč/Rock Point

Vzdušná varianta slavné korsické GR20

Bílo-červený pruh korsické GR20 zná snad každý, ale i tuto legendární a prý nejnáročnější túru Evropy si můžete ozvláštnit. Jak? Vyhněte se zalidněné značené trase osmé etapy GR20 přechodem krásného a otevřeného vzdušného hřebene. Ideální pro krásný den, při němž se můžete zastavit na některém z vršků a kochat se dalekými výhledy.

Od Refuge de Petra Piana nevyrazíte dolů do údolí podél řeky Ruisseau de Manganellu, ale zvolíte žlutou tečkou či pruhem značenou trasu. Úvodní prodirání se po stezce pod skalními stěnami brzy končí výšlapem do prvního sedla Bocca Manganellu. Přes několik vrcholků s výhledy nejvyššího stupně krásy se dostanete k dlouhému sestupu zpět na GR20, k Refuge de l'Onda. (ON)

TIP: Podrobný popis této i mnoha dalších túr najdete na Pohora.cz.

„Lezecké Oskary“ (Piolets d'Or) získalo šest expedic

Pioloets d'Ůr neboli Zlaté cepíny je v horolezeckých kruzích každoročně horlivě očekávanou událostí. Letos byl však dubnový rozsudek poroty při 21. ročníku natolik šokující, že to některé členy organizačního výboru donutilo k rezignaci. Nelíbilo se jim to, že porota prohlásila za vítěze všechny nominované expedice, které se dostaly do nejužšího výběru. Nominované a zároveň vítězné expedice se uskutečnily na těchto vrcholech: Shiva (6142 m, Indie), Kamet (7756 m, Indie), Muztagh Tower (7284 m, Pákistán), Baintha Brakk (7285 m, Pákistán), Nanga Parbat (8125 m, Pákistán) a K2 (8611 m, Nepál).

Jak se chová tělo vzhledem ke spotřebě kalorií a tekutin?

Každý z nás už se asi na horách někdy zamyslel nad tím, jak jeho tělo funguje, kolik potřebuje vody či kalorií.

Při jídle musíte pít!

Trávení spotřebovává mnoho tekutin. Pokud nejsou tyto tekutiny doplněny „zvenci“, vezme si je tělo (žaludek) z krve. To má za následek zahuštění krve, a tím pádem horší rozvod kyslíku a případně i dehydrataci.

Jak se chovají svaly, když jste dehydrovaní?

Už 3% úbytek vody z organismu oproti normálnímu stavu může mít za následek pokles psychické odolnosti a fyzické výkonnosti. Svalstvo při 3% dehydrataci údajně ztrácí až 10 % ze své síly a 8 % z rychlosti pohybu. Pokud dehydratace dosáhne 5 %, může se celkový výkon snížit až o 30 %.

Jak velké tukové zásoby má tělo?

Téměř neomezené! Z celkové hmotnosti připadá na tuk zhruba 15 % (u žen je to od přírody ještě o 5 % více, u vysekaných lezců a sportovců zase méně). Každý má obrovskou zásobu energie, u 80kg muže je to něco kolem 110 000 kalorií (1 g tuku = cca 9,3 cal). Když si vezmete, že při aktivním pohybu spálíte asi 3500 cal za den (záleží na mnoha faktorech), vystačí tuk na pěkných pár víkendů třeba v Tatrách.

Kolik vody vypít ve vysokých nadmořských výškách (nad 5000 metrů)?

Mark Twight ve své legendární knize „Extreme Alpinism“ doporučuje množství někde kolem 5 – 6 l při cca 12 h fyzické aktivitě. To je však téměř nemožné dodržet, protože v daných výškách velmi dlouho trvá příprava a rozpuštění takového množství vody, a navíc po celém dni stráveném na kopcích nezbyvá čas ani morál.

TIP: Více informací najdete na www.Pohora.cz
v sekci Trénink a zdraví.

Deset dobrých rad, jak se sbalit pod 7 kilo

7 kilo je ideální váha na cestování.

S takovým zavazadlem se totiž téměř u všech aerolinek vyhnete čekání a připlatům a zároveň vás nebude tížit batoh na zádech. Víte, jak na to?

1. Jaké oblečení?

V prvé řadě s sebou neberte zbytečně stejné druhy oblečení, stačí občas přepřát. Volte rychleschnoucí nebo pachudolné materiály a barvy, které ke všemu ladí. Ideálně také počítejte s vrstvením a vybírejte oblečení s vícero využitím, např. odepínací kalhoty nebo pašmíny.

2. Hygiena?

Berte s sebou jen malé lahvičky a počítejte s tím, že v letadle je maximum 100 ml. Univerzální koncentrovaná mýdla dlouho vydrží a vynahradí většinu přípravků – mýdlo, šampon i prací prášek. Místo kosmetické taštičky použijte pevný uzavíratelný a vodotěsný sáček.

3. Správně se sbalte!

Základní radou je navléct na sebe před letem všechny neskladné věci! Malými věcmi vyplňte mezírky mezi objemnými kusy i vnitřek bot. Zkusit můžete i tzv. metodu bundle wrapping, tedy složení všech věcí do jednoho balíku.

4. Pozor na zavazadlo

Na kufry raději zapomeňte. Ideální jsou

cestovatelské batohy s nízkou váhou, maximálními do letadla povolenými rozměry a možností schovat popruhy pro případ odbavení. Chybět by vám nemělo ani menší zavazadlo, kupříkladu skládací batůžek.

5. Omezte přebytečné vybavení!

V dnešní době můžete většinu věcí koupit všude na světě, a to i v rozvojových zemích. Zvažte, co můžete v případě potřeby snadno dokoupit na místě a nechte to doma.

6. Víc funkcí, víc muziky!

Multifunkční vybavení šetří místo i váhu. Spork? Fajn. Trekové hole jako náhrada stanových tyčí? Skvělé. Pončo, přístřešek a podlážka pod stan v jednom? Super.

7. Knihy nahraďte elektronickou čtečkou!

Sice neucítíte vůni papíru, ale vítr vám zase nebude moct obracet stránky!

8. Perte si na cestách!

Budete potřebovat nejlépe bezkoličkovou šňůru, univerzální mýdlo, univerzální špunt do umyvadla a hodí se i velký vodotěsný sáček, který se dá v případě nouze použít místo umyvadla.

9. Vaření?

Nejllepší je zcela se vyhnout vaření. Když už to musí být, vaření na tuhém nebo tekutém lihu vám na kratších cestách ušetří kýžené (deka)gramy.

Jak cestovat Pod 7 kilo



10. Volte co nejlehčí a nejmenší vybavení!

Šikovní kreativci si ho mohou zkusit vyrobit. Trend MYOG (= Make Your Own Gear) získává na oblibě. Spousta návodů se dá najít např. na YouTube. Ostatní najdou výběr toho nejlehčího z celého světa v pražské prodejně Pod 7 kilo nebo na www.pod7kilo.cz.

Rady vám přináší Pod 7 kilo, obchod s vychytávkami a vybavou pro cestování nalehko. Najdete nás v Rybné 26 v Praze nebo na www.pod7kilo.cz.



www.fotoskoda.cz



Extrémně
vysoké
standarty



STYLUS TG-2

12.0
Mpx

Full
HD

GPS
Modul

9.990,-

Využívá technologie iHS, která se podílí na vzniku výtečných fotografií. Je mrazuvzdorný do -10° C, vodotěsný do 15 m a nárazuvzdorný.

Ultrastany

Nízka hmotnosť a čo ďalej?

Ultralehké stany jsou kompasovou střelkou vývoje turistických stanů. Najdeme tu nejvíce inovací jak v použití materiálů, tak v oblasti rafinovaných designerských řešení. Následně se potom tyto novinky, pokud se ovšem osvědčí, objevují v různě pozměněné formě u běžných turistických stanů. To je důvod proč sledovat novinky mezi ultralehkými a pochopitelně také ultradrahými stany, i když člověk neplánuje zrovna extrémní expedici do divočiny nebo dlouhé treky se stanem na zádech. A navíc je to pro alespoň trochu technicky zaměřené jedince i zajímavé čtení.

Vývoj ultralehkých stanů postupuje kupředu neustále a známější značky přicházejí s novými modely, i když obchodně nikdy nebudou mít velký obrat. Jde o prestiž a osahání nejnovějších materiálů, sledovaná je především hmotnost, pevnost konstrukce a odolnost materiálů v náročných klimatických podmínkách.

Dvoumístné stany

Věřejnost zaznamenala v roce 2010 především překročení magické hranice 1 kg hmotnosti pro dvoumístný stan. První byl hybrid mezi jednoplaštovým a dvouplaštovým stanem (Mirage 2P z produkce americké firmy Big Sky International), další pak už plně dvouplaštové stany (např. Mojo UFO od Sierra Designs či Voyager Ultra 2 od Terra Nova). Jak se od té doby promítly nové možnosti do produkce běžných stanů? Alfou a omegou snižování hmotnosti při zachování potřebné pevnosti a odolnosti turistických stanů jsou kvalitní materiály a jejich cena. Není velký problém vyrobit vzorek kvalitního stanu,



V ČR prodáváný stan MSR Carbon Reflex 2 (1,21 kg)

problém je vybalancovat dostatečné množství „muziky“ za ještě přijatelnou cenu. Po třech letech najdeme dvouplášťové ultralehké stany pro dva v nabídce většiny značek, řada z nich je pod 1 kg, téměř běžně dostupné jsou stany kolem 1,4 či 1,5 kg.



Sierra Designs Mojo UFO (0,77 kg)



Vango Force Ten Helium 100 (1,22 kg)

Jednomístné stany

Pokud zůstaneme u dvouplášťových stanů, dostala se hmotnost prvního jednomístného stanu už pod 0,5 kg také v roce 2010 (Laser Ultra 1 od britské firmy Terra Nova Equipment). Tady ale šlo spíše o hmotnostní ekvilibristiku. Dnešní stany pro jednoho zůstávají hmotnosti v relaci něco pod 1 kg, a neliší se tak příliš od dvoumístných. Jednoplášťové stany zůstávají z hlediska kondenzace a odvodu vydechované vlhkosti stále problematické a mají spíše extrémní a expediční využití.

Konstrukce

Konstrukce pro ultralehké stany řeší otázku, jak být co nejlehčí, a přitom co nejvíce vydržet. Stejně jako u běžných stanů se konstrukce liší podle výrobce. Najdeme jak klasické dvouprutové konstrukce s jedním křížením uprostřed, tak konstrukce odvozené od tunelových stanů nebo odlehčené jednoprutové s krátkým příčným prutem. Ostatně krátký příčný prut nebo volně v prostoru ukončené pruty jsou oblíbeným prvkem pro zvětšení vnitřního využitelného prostoru či pro lepší řešení místa pro vchody a předsínky. Konstrukteři se snaží najít cestu jak zvětšit životní prostor v minimalistickém stanu. Společným znakem je kvalitní materiál konstrukcí, přednostně dural s příměsí skandia či uhlíková vlákna, (známá jako karbon).



Jednoprutová konstrukce
stanu Carbon Reflex 2 s krátkým
příčným prutem



Tunelová konstrukce stanu Ferrino Lightent 2

Materiál tropika

Podstatnou roli pro odlehčení stanu hraje materiál tropika. Moderní technologie umožňují vyrobit lehounké, a přitom dostatečně pevné tkaniny. Díky použité tkanině může být stejný typ stanu oproti klasické verzi až o 50 % lehčí. Důležitým krokem k lehčím materiálům bylo využití materiálu na bázi lehoučké syntetické tkaniny pro jachtařské účely s gramáží kolem 20 g/m² při 3000 mm v.s. Dalším designerským fglem při zpracování odlehčené tkaniny je rozložení namáhání, tedy podložení či laminování další vrstvy materiálu k zesílení kotvicích prvků, aby síla nepůsobila do jednoho místa slaboučkého materiálu.

Prostornost

U ultralehkých stanů musíte být připraveni, že extrémně lehké stany nebudou extrémně prostorné. Zkrátka a dobře, žádný velký komfort nelze čekat. Čím méně materiálu, tím menší hmotnost, ale tím také menší rozměry a vnitřní prostor.

Odolnost

Podobně složitě je to s odolností, kdy málo odlehčené stany mají při větším větru problém s odolností. Náročnější uživatelé proto preferují druhou vlnu ultralehkých stanů, které používají přiměřeně odlehčené, ale výrazně odolnější materiály. Hmotnost pak samozřejmě nemůže atakovat hranici 1 kg, ale už při hmotnostech kolem 1,7 kg mohou ultralehké stany posloužit velmi dobrou odolností. Čím více se ultralehké stany dostávají do běžného použití, tím větší důraz je kladen na odolnost a ostatně také na s ní spojenou životnost.

Doplňky

Je třeba varovat před upřednostňováním hmotnosti jako jediného kritéria při výběru. U nejlehčích stanů firmy často udávají tzv. minimální hmotnost. Jde o nejmenší konfiguraci, v jaké jde stan ještě postavit, tj. s minimem kolíků, bez obalu, někde dokonce bývá uvedena jen hmotnost samotného tropika,



Jednomístný stan Terra Nova Laser Ultra 1 (0,495 kg) byl představen v roce 2010.

pokud je možné postavit je samostatně. Proto pozorně čtěte, ať víte, co se za udávanou hmotností skrývá. Podstatnou roli při výběru by měly hrát i další prvky, jako je půdorys ložnice, výška stanu, počet vchodů, velikost předsínky, vybavení, větrání nebo třeba reflexní šňůry snižující možnost šokbrtnutí o vypínací šňůry v šeru a ve tmě.

Ultralehké stany udělaly za posledních několik let velký skok kupředu. Výrazně se rozšířil výběr modelů a v druhé vlně jsou v nabídce stany, které neusilují o maximální odlehčení, ale o přijatelný kompromis odlehčení, odolnosti a ceny. V každém případě je z čeho vybírat.



Výstava Prodejní stanů

a vybavení do přírody

Výstaviště Praha Letňany

31. 5. – 11. 8. | po-pá 14-20 | so-ne 10-18

→ Velké **VÝSTAVNÍ SLEVY**.

→ **SOUTĚŽ** o zájezd do Nepálu, pronájem luxusní jachty, skútr, horské kolo, digitální zrcadlovku, špičkové hodinky a další skvělé ceny.

→ 55 outdoorových značek na ploše 10 000 m²

→ Největší nabídka zboží pro turistiku a volný čas – stany, spacáky, karimatky, oblečení, obuv, batohy, cestovní tašky, kempingový nábytek, doplňky...

→ Oficiální e-shop Výstavy stanů – www.4camping.cz – vše skladem, odesíláme ihned.

→ Více než 300 postavených stanů.

→ Možnost testování spacáků a karimatek.

→ Doprovodné akce, parkování **ZDARMA**.

DOKEMPU.CZ
online průvodce kempy

4camping.cz

www.VystavaStanu.cz



Vango

YATE



HANNAH

FERRINO

Outwell

TRIMM

Jak si vybrat spací pytel

Nabídka outdoorových spacích pytlů je převeliká a není vhodné vybírat vhodný spacák naslepo a bez přípravy. Ačkoliv se povědomí veřejnosti v této oblasti stále zlepšuje, není od věci připomenout si několik základních informací o výběru spacích pytlů. Právě o to se chceme v následujícím článku pokusit. Spací pytle jde vybírat podle více hledisek; zmíníme se o těch nejdůležitějších kritériích.

Peří, nebo syntetika?

Pro výběr nového spacáku je třeba zvolit, jaká bude jeho náplň. Pokud bychom to řekli zjednodušeně a co nejstručněji, přednosti péřového spacáku se uplatní především ve větší zimě, a hlavně v suchých mrazech, syntetická vlákna zase ocení ten, kdo nestíhá o spacák patřičně pečovat a bude ho používat spíše ve vlhčím prostředí.

Je to proto, že syntetická vlákna jsou méně náročná na údržbu a nevadí jim tolik vlhkost.



Spacáky s méně kvalitními vlákny jsou levnější a pro běžné použití a letní podmínky určitě postačují. Pokud se pro třísezonní a zimní spacáky použijí kvalitní umělá vlákna, dobře poslouží i v zimě. Ovšem s požadovanou vyšší mírou izolace přece jen oproti peří více narůstá jak hmotnost spacáku, tak objem po sbalení. Syntetika se také uplatní u alergiků. Naopak pro peří mluví skutečnost, že je špičkový izolant, který poskytne při stejných izolačních vlastnostech nejnižší hmotnost a zároveň dobrou sbalitelnost. Tato výhoda se ještě zvýrazní použitím vysoce kvalitního peří, které ovšem vyžaduje i odpovídající kvalitu použitých materiálů. Nevýhodou peří je složitější údržba, absorpce vlhkosti či pomalejší schnutí. Složitější proces získávání a zpracování peří i náročnější výroba jsou příčinou vyšší ceny jak oproti syntetice, tak v rámci stoupající kvality použitého peří (stále mluvíme o srovnání při stejných izolačních vlastnostech). Každý musí posoudit, jestli pro něj výhoda lehčího batohu na zádech převažuje nad vyšší pořizovací cenou kvalitního péřového spacáku.

Tvar a velikost spacáku

Dalším vodítkem pro výběr jsou výhody a nevýhody tvaru a konstrukce. Nejjednodušší dekový spacák je vhodný jen do kempu nebo na chalupu, ve stanu nebo venku teplo příliš neudrží. Mumiový spacák snižuje únik tepla a optimalizuje velikost vyhřívaného prostoru. Rozšířené mumie jsou vhodné

pro majitele netypických postav, anatomické a také nedávná novinka – pružné mumie – naopak mnohem lépe kopírují lidské tělo, a tím opět zmenšují velikost zbytečně vyhřívaného prostoru.

Důležité je vybrat správnou velikost a délku. Spacák má označenou délku postavy, ale nejlépe je ho odzkoušet: nikde nesmí být natěsno, rezerva by měla být taková, aby se nestlačovala izolační vrstva u hlavy ani u nohou. V malém a těsném spacáku hrozí stlačení izolační vrstvy, a tím i výrazné zhoršení jejích vlastností. Ovšem ani druhý extrém není vhodný, protože malé tělo obtížně vyhřívá příliš velký spacák. Vhodný tvar a velikost můžou také slušně přispět ke snížení hmotnosti spacáku, často ovšem na úkor pohodlí.

Jednoduché i složité teplotní určení

Důležitou podmínkou pohodlného spánku je dostatečně teplý spacák. Změny normy v roce 2002 sjednotily značení teplot na visačkách spacích pytlů. Díky tomu se dnes můžeme na údaje porovnávající jednotlivé modely u většiny výrobců spolehnout. Postačí si ujasnit, k čemu má spacák sloužit a v jakých teplotách v něm hodláme spát.



Nejjednodušší je řídit se označením použití podle ročního období – letní, třísezonní a zimní (vztažené na středoevropské klima). Hranice se trochu překrývají, ale pro hrubou orientaci je toto dělení praktické. Přesnější je řídit se přímo hodnotou teplotního určení. Pro ženy platí teplota označená jako komfortní, pro muže teplota limitní. Při této teplotě by měl muž nebo žena přespat v pohodě (zkušenější outdooroví spáči zvládnou o nějaký ten stupínek chladnější počasí). Pokud si podle zmíněných kritérií vyberete ten pravý spacák i barevně a podle designu, jste u cíle. Pro případ, že chcete mít ještě přesnější informace, můžete číst dál.

Tajemství metabolismu

Varování! Tento odstavec radíme přeskočit. Zjistíte, že dosud zmíněný způsob výběru spacáku nezohledňuje vše, a možná si budete vyčítat, že jste opustili bezpečné vody jednoduchosti. Teplotní určení uvedené na spacáku vychází z normy EN 13537, která rozlišuje čtyři různé teploty. Horní i dolní extrém s klidem vynechejte (při prvním vám bude horko a při druhém hrozí nejen pěkná kosa, ale i poškození zdraví chladem), praktický význam tyto údaje nemají. Už jsme si řekli, že pro ženy platí teplota komfortní a pro muže limitní. Ovšem toto tepelné určení nemusí správně sedět, pokud nemáte standardní postavu, na kterou je norma počítána. Protože spací pytel nehřeje, ale jen lépe či hůře izoluje, může uvnitř být jen a jen taková teplota, na jakou vaše tělo dokáže vnitřní prostor spacáku „vytopit“. O to se stará metabolismus, neboli látková přeměna. Schopnost „vyhřívát“ spacák závisí na několika faktorech, nejvíce na věku, výšce, hmotnosti a také dost výrazně na pohlaví. Norma zohledňuje jen ten poslední faktor. Kdo se rozhodne najít pro sebe opravdu odpovídající spacák, měl by vzít v úvahu i ostatní zmíněné činitele. Může si najít například článek na webu Světa outdooru, kde je přepočít metabolismus přímo podle věku, výšky a hmotnosti pro konkrétní teplotní určení spacího pytle. Zvláště u lidí starších nebo s netypickou postavou se může hodnota osobního tepelného komfortu (u mužů limitu) pro určitý spacák posunout třeba až o deset stupňů a to už opravdu není málo.

Aby to bylo ještě víc zamotané, jsou i další faktory, které noční pohodu ve spacáku ovlivňují. Metabolismus nemusí správně fungovat při fyzickém nebo psychickém vyčerpání, při nedostatku potravy či při nemoci. Tepelnou pohodu dále výrazně ovlivňuje okolní prostředí, vlhkost vzduchu, ale i vlhkost izolačního materiálu spacáku, dále vítr (ochlazování proudícím vzduchem, tzv. větromrazový index či windchill) a také například kvalita izolace od země. Nezanedbatelný vliv má údržba; je důležité udržet spacák v suchu, v čistotě, tu a tam ho vyvětrat a správně průběžně ošetřovat. V praxi to znamená, že čím náročnější jsou podmínky, tím více závisí váš klidný spánek na správně fungujícím metabolismu a na vašich zkušenostech.

Výběr v prodejně

Je pochopitelné možné nechat výběr spacího pytle na spolehlivém prodávaci. V každém případě ale i on bude chtít znát, v jakých podmínkách budete spacák používat. Pro co nejlepší výsledek vlastního výběru je vhodné projít kritéria zmíněná v našem článku a případně vyhledat podklady pro zohlednění bazálního metabolismu (zvláště jestli často ve spacáku klepete kosu). Pokud pro výběr svého spacího pytle uděláte maximum ještě před vstupem do prodejny, bude se vám pak na cestách krásně usínat v teplém spacáčku, ať už to bude pod hvězdami v Brdech nebo v krutém severním větru někde na ledových pláních Arktidy.



Teplotní určení na visáče spacího pytle



Vango Beta 350XL

- **Tropiko:** Protex® 3000 mm polyester 70D
- **Podlážka:** Polyethylen 10.000 mm
- **Tyče:** Sklolaminát
- **Váha:** 8.30 kg
- **Balení:** 68 x 22 x 25 cm
- **Doba stavění:** 15 min

Cena: 4190 Kč



Vango Latitude 200

- **Komfort/Limit/Extrém:** 3 / -2 / -18 °C
- **Doporučené použití:** od 2 do 20 °C
- **Rozměry:** 210 x 80 x 50 cm
- **Váha:** 1450 g
- **Rozměry po sbalení:** 29 x ø20 cm / 9.1L
- **Materiál výplně:** Duté vlákno

Cena: 1460 Kč



Vango Trek

Rozměry Standard:

- 183 x 51 x 3 cm

Rozměry Long:

- 195 x 60 x 3 cm

Cena: 780 / 910 Kč

Vango Furniture set

- **Rozměry:** 120 x 60 x 70 cm

Cena: 1820 Kč



www.vango.cz

Lékárničky ve světě outdooru

Nad vybavením lékárničky je možno neustále diskutovat, mění se léky i vědomosti, a hlavně je potřeba praxe při jejich akutním použití. Seznamů, co do lékárničky dát, jsou k dispozici desítky, protože není jeden univerzální pro všechny případy a cesty, kam nás nohy zanesou. Velehory, tropy, arktické oblasti, moře, to jsou jen námatkou místa, kam se dá dnes snadno odjet a až na místě zjistit, co jsme měli mít ve své nedostatečně vybavené lékárničce, když tamní léky neznáme.

Základní obsah univerzální lékárničky

- leukoplasti s polštářky (nejlépe tkané), různý rozměr i nedělený pás (na puchýře)
- leukoplast čistá (cívka asi v 3cm šíři)
- krepové obvazy a také hotový obvaz č. 2, 3, lépe i č. 4
- krycí sterilní čtverce, několik různě velkých kusů
- gáza Inadin (nepřisychá k ráně, popálenině, omrzlině)
- kvalitní pružné obinadlo 8–10 cm široké, lépe 2x
- trpíte-li častými problémy s klouby, pak i ortéza
- alkoholem napuštěné tampóny (Webcol)
- Esmarchovo škrtidlo, vždy označit dobu jeho přiložení a písmeno T (tourniquet)!
- proto i tužku, fixu nebo propisku a malý bloček
- Steristrip, pevné „mašličky“ (aby se větší rána nerozevírala, částečně může nahradit šití)
- jednorázové nebo latexové chirurgické rukavice
- trojčipý šátek
- zavírací špendlíky (univerzální použití), ostrá jehla
- menší ostré nůžky (jdou nahradit ostrým nožem), hodí se i žiletky nebo ostří skalpelu
- malá pinzeta (jde používat i tu ze švýcarského nože)
- isofólie (160 x 210 cm)

Obal lékárničky

Začnu obalem, z něj by mělo být i cizinci jasné, že jde o lékárničku. Obal by měl obsah chránit, zvláště před namočením, ale také před mrazem či horkem a rozbitím. Nabízené obaly, určené přímo pro lékárničku, jsou některé docela praktické, ale stačí i pevnější plastová či kovová (Al) krabíčka, i pevnější sumka, která se v batohu nepoškodí. S kompletní hmotností malé laické lékárničky bychom se i na delší cestu měli vejít do ±300 g. Pro skupinu, rodinu s dětmi, nepříznivé roční období nebo opuštěnou a vzdálenou oblast s nedostupnou lékařskou péčí se váha i rozměr lékárničky bude samozřejmě zvyšovat.

Koupené lékárničky

Trh nabízí řadu variant lékárniček, které jsou ale často vzhledem k zachování nízké ceny vybaveny méně kvalitními věcmi (podobně jako autolékárničky). Jako levný a dostupný základ se dají po doplnění použít, lepší ale je zakoupit si vše sám a do vhodného obalu poskládat. Lze doporučit kvalitní věci a jde-li to, i prakticky vše vyzkoušet. V lecčems pomohou a poradí i v kurzech první pomoci ČČK.

V zakoupených lékárničkách většinou nenajdeme žádné léky, ty si tam už musíme doplnit sami. Složení musí podle svých znalostí a zkušeností a také podle charakteru cesty volit každý sám. Jako vodítko je možné použít níže uvedené seznamy.

Léky

Léky by měly obsáhnout následující problémy. Vhodný je srozumitelný návod ke každému léku, ve stresu a spěchu si nemusíte vše správně pamatovat. Konkrétní lékárnička nemusí samozřejmě obsahovat všechny vyjmenované léky, záleží na charakteru akce a na vlastní úvaze. V závorce je možná volba konkrétního léku:

- dezinfekční roztok nebo sprej (Betadine, Jodisol), stačí i např. 3% peroxid vodíku (H_2O_2)
- bolest a zvýšená teplota, (Ibalgín, Paralen)
- migréna, žlučnicková nebo ledvinová kolika, menstruační (spasmolytika, Algifen)
- alergie, poranění jedovatým živočichem, štípnutí nebezpečným hmyzem (Zyrtec), (odsávač jedu Aspivenin)
- závažná alergie (autoinjektor, např. EpiPen)
- bolest na hrudi, možný záchvat anginy pectoris (Nitroglycerin)
- průjem bez horečky (Imodium, Smecta)
- infekční průjem s teplotou (Endiaron, Hylac forte)
- záživací potíže (Endiaron), při otravě pomůže i živočišné uhlí (Carbosorb)
- puchýře a popálení kůže (Betadine mast)
- zánětlivé podráždění očních spojivek (Ophthalmo-septonex, O-Azulen)
- plísňové onemocnění kůže a sliznic (Canesten, Lamisil)
- kašel (Sinecod tlumící, Mucosolvan uvolňující hlen)
- bolest v krku, nachlazení, zánět v krku (Septofort), kloktání slané vody
- omrzliny (Trental, Calcium Panthotenicum)
- opar, herpes simplex (acíclovir) (Vectavir)
- úraz kloubů a pohmoždění (Voltaren gel, mast, Fastum gel)
- vyčerpání (hroznový cukr)
- dezinfekce vody (Sanosil DDW, ale např. i hypermangan)
- náhrada ztracených tekutin a solí, rehydratační roztok (Refluid)
- osobní léky, které pravidelně užíváte
- pokud používáte kontaktní čočky, nádobka a roztok na jejich uchování



Co případně přibalit

Odnesení zraněného, nemocného z hor či pustiny, může být i pro skupinu neřešitelný problém. Zlomenou nohu ale můžeme úspěšně zafixovat nafukovacím obvazem, ruku na šátku připevnit k hrudníku, a tak transportovat. S ochranou proti slunci musíme počítat i v zimě, zvlášť v horách, jen by tyto prostředky neměly obsahovat vodu (hydratační až v teple). V mrazu a větru spolu se sluncem je nutné požívat i kvalitní masti na rty, při slunci s UV blokátory. Důkladná ochrana očí je také nutná, předejít se tak dá obtížné léčitelným zánětům či sněžné slepotě.

Léky v lékárnice

Léky v lékárnice musí být dostatečně účinné, se širokým terapeutickým účinkem. Ve výběru uvádím jen příklady, v současnosti je hodně léků od různých výrobců. Doporučuju konzultaci s lékařem, který zná aktuální nabídku léků, případně stránky SZÚ nebo možná lépe horolezecké ČHS, kde jsou seznamy hlavních účinných léků. Podle nich se dá poměrně dobře řídit (opisovat vše sem nemá smysl). U léků je důležitá také forma, aplikace, a hlavně správné dávkování, ale i možné kontraindikace, které mohou být pro někoho zásadní.

Expirační doba

U léků a léčiv (i obvazů apod.) v lékárnice je nutné sledovat jejich expirační dobu a prošlé vyřadit či nahradit. Léky je vhodné vrátit do lékáren, ne je prostě vyhodit. Při sestavování lékárníčky do studených či polárních oblastí je nutné respektovat, které léky a přípravky nesmí zmraznout, a zvolit vhodnou alternativu! Léky také zachovejte vždy v originálním obalu, při celní či policejní kontrole to pak bude jednodušší vysvětlit!

První pomoc a kurzy

Na mnoha místech je dostupná rychlá pomoc, to ale nemusí platit vždy a všude ani v Evropě, natož ve světě, proto se vždy spoléhejte především na vlastní vybavení. Každý se může naučit první pomoc a praktické urgentní ošetření, nejlépe v nějakém kurzu. Jen čtením co a jak se toho člověk moc nenaučí a v konkrétním případě může snadno selhat, a to i u svých blízkých.

Antibiotika

Antibiotika je vždy nutné prodiskutovat s lékařem, jsou pouze na předpis. Je třeba znát možné infekce, se kterými se v cílové oblasti můžeme setkat (jak je poznat podle příznaků), a které antibiotikum pak použít. Při cestě do malarických oblastí je třeba včas začít užívat tablety k chemoprophylaxi malárie podle doporučení WHO. Podle destinace jsou často nezbytné účinné repelenty (přes 50 % DEET) a vhodné insekticidy. Jsme-li v oblastech s nejistou lékařskou péčí, doporučuju vybavit lékárníčku několika injekčními stříkačkami (několik 5, nebo i 10 a 20 ml) a příslušnými jednorázovými sterilními jehlami pro vlastní ošetření v místní nemocnici či ordinaci. Léky proti kinetóze (u citlivých osob) je třeba mít u sebe v dopravním prostředku, ne někde v zavazadle v dobře vybavené lékárnice.



Návody a zkušenosti

V lékárnice by rozhodně neměl chybět stručný návod pro první pomoc při úrazu. Pro jistotu ještě připomínám, že záchranku voláme v ČR číslem 155, na horách pak HS, nově je na čísle 1210. Záchrana je univerzálně, snad už celoevropsky, na čísle 112, odkud vás (ale s možným zpožděním), přepojí na záchranku. Pro konkrétní destinaci je vhodné předem zjistit, na jaké číslo v případě úrazu volat. A úplně na závěr ještě znovu zdůrazňuju, co bylo řečeno hned na začátku. Je téměř k ničemu mít sebelépe vybavenou lékárníčku, když nemáte ani ponětí, co s jejím obsahem v případě nouze udělat. Spoléhat na to, že náhodný kolemjdoucí bude mít potřebné zkušenosti s první pomocí, to je sázka na hodně kulhavého koně.



Lumír Drápal:

„Na opravdové vodácké dobrodružství nepotřebujete jen pořádnou loď.“



„To máte: stan, karimatku, vařič, nádobí, vaky na vodu, karabiny, lano, čelovku, jídlo ...“



THERM-A-REST



www.vertical.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. Podrobnější recenze a u vybraných výrobků také důkladné testy najdete v brzké době na stránkách www.SvetOutdoor.cz.

Bunda Adidas Terrex Windstopper Fast

Lehoučká, na omak příjemná, anatomicky střižená, lehce strečová bunda, univerzálně využitelná a nijak neomezuující pohyb. Tak by šla jednou větou charakterizovat tato softshellová bunda značky adidas. Už při prvním pohledu na tyrkysově modrý model je ale jasné, že adidas to myslí s outdoorem čím dál vážněji a že se nemá za co stydět. Použitý materiál Gore Windstopper Soft Shell (100% polyester) je zárukou patřičné větruodolnosti, a přitom i slušné paropropustnosti směrem od těla. Poradí si i s krátkodobou přeháňkou a je mírně strečový.

Při odzkoušení zjistíte, že jednotlivé díly této „bundičky“ jsou ergonomicky a anatomicky střiženy a že při pohybu máte pocit naprosté volnosti. Nikde nic netáhne, neškrtí. V adidasu tomu říkají Formotion. Tři kapsy s chytře krytými zipy, konce rukávů zakončené pružnou gumou, hlavní zip podložený širší légou, jednoduché stahování na spodním okraji.

Takřka nic nechýbí. Někdy nepříjemný koncept tuhé kapuce schované v límci je tu nahrazen tenkou kapucí z jemného ripstopového materiálu se zátěrem, kterou je možné na hlavě stáhnout podle potřeby. Takže i když trochu sprchne nebo nepříjemně fouká, máte o hlavu postaráno. Všechno se to vešlo do 476 g ve velikosti L. Hledat tady nedostatky je těžké. Bundě bych mohl vytknout snad jen čtyři vyčuhující „prvky“, kterých se však jde jednoduše zbavit nůžkami. V mém případě to byly tři koukající konce nití a sedmistránková „bible“ textilních cedulek, informujících ve 24 jazycích o údržbě. Je to věc názoru, ale možná by se u takového „fast motion“ bundy šikly konce rukávů zakončené otvory pro palec.

Díky tomu, že bunda Terrex Fast dobře padne na tělo a nebrání pohybu, vyhoví i při lezeckých aktivitách. Jinak je to ale široce univerzální kousek, který vás díky své nízké



Adidas Terrex Windstopper Fast Jacket

Lehká pánská softshellová bunda

Infocena: 4 999 Kč

Dodává: adidas

Více najdete na www.adidas.cz/outdoor

hmotnosti a skladnosti může doprovázet, kamkoliv se hnete. Pro něžné pohlaví nabízí adidas i dámskou verzi. (PM)

Co se nám líbí

**Lehoučká, atraktivní
Univerzálně využitelná softshellka
Na omak příjemný materiál**

Bunda Marmot Minimalist

Dámská marmotka Minimalist se snaží, jak název napovídá, o co nejmenší rozměry. Důvod je nasnadě, jedná se o záložní nepropru bundu, takže většinu času tráví v batohu a čeká na svou deštivou chvíli. Úspornému sbalení napomáhá materiál Gore-tex Paclite. Recenzovaná bunda velikosti L má hmotnost 406 g.

Bunda má střizlivější střih, není tedy tolik vypasovaná a určením se může zdát spíše unisex. Ke kompenzaci menšího počtu dámských prvků střihu se ovšem sluší říci, že délka modelu velikosti L je opravdu dostatečná, až pod zadek. Zapínání bundy je na klasický kostěný YKK zip, překrytý vnější a pojištěný vnitřní

légou, na spodu s jistěním na druk a u límce na suchý zip. Nechýbí stahování spodního okraje, ale je k němu třeba použít obě ruce, což je docela škoda. Dvě kapsy na zip jsou na boku kryté chlopni pojištěnou ještě klasickým suchým zipem, což je trochu nešťastné řešení. Sucháč zachytává rukávy funkčního oblečení, pokud jen trochu vykokují spod rukávu bundy, nebo flísové rukavice. Kapsy jsou kompletně nepromokavé a velmi objemné, nicméně velká část je nad vstupním zipem až pod prsa uživatelsky, což je trochu nepraktické a velký prostor kapsy se nevyužívá. Napomohlo by posunutí zipu o něco výš.

Kapuce je provedená s jednoruční regulací obvodu. Konce pruženky jsou správně zavedeny dovnitř, aby ve větru nešvihaly do obličeje, ale pro stažení kapuce je nutné trochu rozpnout

u krku hlavní zip. Předozadní regulace je řešena kratším suchým zipem v kombinaci s pruženkou, stahujícími kapuci na bocích dozadu kolem hlavy. Regulace obvodu rukávů je na suchý zip. Bunda je na výběr hned v několika barvách, a to ve vínové, červené, černé, dvou odstínech modré a dvou odstínech zelené.

Hlavní doménou bundy Minimalist bude turistika v pochmurném počasí, kterého jsme si v průběhu jara při zkoušení a testování docela užili. Můžeme pochválit hladký chod zipů, bunda příliš při pohybu nešustí a působí při relativně nízké hmotnosti bytelným dojmem. (ZH)

Co se nám líbí

**Pevnější materiál
Malé rozměry po sbalení
Nabídka sedmi barev**

Bunda

The North Face Stretch Diad

Jak z názvu vyplývá, bunda Stretch Diad je vyrobena ze strečového materiálu nylon ripstop 2.5 L Hyvent s DWR úpravou a s podlepenými švy. Bunda patří do kolekce Summit Series, je k dispozici v dámském i pánském provedení a její hlavní výhodou je nízká hmotnost, která činí pouhých 340 g (vel. M).

Bunda má jednoduchý střih s pevnou nastavitelnou kapucí a s větracími otvory v podpaží, které se velice snadno ovládají. Kapuci je možno stáhnout kolem obličeje pomocí pruženky, další stahování je na bocích kapuce s ovládním na temeni hlavy. Po dotažení obou pruženek kapuce velice dobře sedí na hlavě. Pro případ, že pod ni potřebujeme vzít např. silnější zimní čepici, je kapuce dostatečně velká a prostorná. V deštivém či větrném počasí jsem ocenila přední vyztužený štítek, který dobře chrání obličej. Pod ním je všitý proužek pružného materiálu, díky kterému kapuce dokonale kopíruje obvod obličeje a vřít nemá šanci pod ni proniknout.

Co se nám líbí

Nízká hmotnost a sbalitelnost
Přístupnost a ovládání větracích otvorů
Barvy



The North Face Stretch Diad Jacket

Nepromokavá dámská bunda

Infocena: 4 990 Kč

Dodává: The North Face

www.thenorthface.cz

Střih a design bundy jsou podle určené minimalistické a vše je podřízeno nízké hmotnosti. Co se designu týče, velmi jsem ocenila dámské barvy, ve kterých je bunda k dispozici, — já mám růžovou. Kapsy bundy jsou umístěny dostatečně vysoko a je do nich pohodlný přístup i se zapnutým bederním pásem. Uvnitř kapsy je v její spodní části ovládání stahování bundy. Stahování v pase bunda nemá. V podpaží jsou umístěny dostatečně velké klasické větrací otvory s dobře dostupnými zipy, které uživatel snadno rozepne a zapne jednou rukou. Všechny použité zipy jsou osvědčené YKK. Konce rukávů je možné stáhnout suchými zipy druhé generace.

Co bych bundě vytkla a co mně vadilo při každém použití, je zakončení hlavního zipu. Nahoře není ničím překrytý a zip mě na krku drel. Výrobce se snažil snížit hmotnost co nejvíce, ale zrovna v tomto případě to bylo spíš kontraproduktivní. Drobný prvek, který jsem naopak velmi ocenila, je počesaný funkční materiál, laminovaný do bundy v oblasti za krkem. V chladných a větrných dnech, kdy jsem byla pod bundou jen lehce oblečená, mě bunda v této části na kůži nechládila, naopak příjemně hřála. (MD)



Marmot Women's Minimalist Jacket

Dámská bunda do hor

Infocena: 4 990 Kč

Dodává: Martin Rak

Více najdete na www.marmot.eu

MONTANE
FURTHER. FASTER.



MINIMUS JACKET 215g
REVOLUČNÍ KOMBINACE VÝKONU,
HMOTNOSTI A PRODYŠNOSTI

PERTEX SHIELD+

www.montane.cz

Bunda Adidas Terrex Hybrid

Lehká dámská softshellová bunda Terrex Hybrid Soft Shell Jacket aspiruje nejen na použití při turistice, ale i na rychlejší a pohybově náročnější činnosti. Můžete ji použít na širokou škálu outdoorových aktivit, kde potřebujete být částečně chráněni proti nepřízní počasí, ale nechcete se vzdát prodyšnosti a pružnosti.

Prodyšnost a pružnost bundy je zabezpečena strečovými panely na zádech, na vnitřní straně rukávů, v podpaží a na bocích. Ochranu proti větru, mírnému dešti i případnému sněžení zajišťuje Gore Windstopper Active Shell. Recenzovaná bunda velikosti M váží 302 g.

Bunda je doplněna reflexním lemem kolem zádového strečového panelu, což je vhodné zejména pro aktivní pohyb v přírodě, ale i na kolo.

Jednoduchý přední zip je podložen légou, kterou je možné v případě nutnosti dole pojistit plastovým drukem, nahoře je léga zakončena záhybem a podšita jemnou tkaninou, která kryje zip, a brání tak nepříjemnému poškrábání brady, což je velmi praktické a někteří výrobci na toto jednoduché, ale elegantní řešení zapomínají. Límeček je vysoký tak akorát, aby bezpečně chránil krk před větrem.

Rukávy jsou jen jednoduše stažené gumou bez možnosti regulace. Celkově pozitivní dojem pak na bundě dokresluje jednoduché stahování spodního okraje, prodloužený zadní díl, poutko na pověšení a dvě boční kapsy na zip, jejichž přichycení na rubové straně vznikají i dvě kapsy vnitřní. Kapsy jsou kompletně z lehkého síťovaného materiálu.

Výrobce bundu nabízí v zeleně a modře laděném provedení vždy s barevnými prvky v daném tónu.



Terrex Hybrid Soft Shell Jacket W

Dámská softshellová bunda

Infocena: 4 499 Kč

Dodává: adidas

Více na www.adidas.cz/outdoor

Co se nám líbí

Nízká hmotnost
Bunda je skladná
Doplňky pro
aktivní pohyb

Vypadá velmi sportovně a elegantně a jistě najde uplatnění pro široké spektrum venkovních aktivit, pro turistiku (jak jsme ji používali my), běh, kolo a další. (ZH)

PODĚLTE SE
S NÁMI
O SVÉ ZÁŽITKY
NA WWW.HANNAH.CZ

CHCI. MŮŽU. PROSTĚ MUSÍM.

HANNAH
outdoor equipment

Spací pytel **Vango Latitude 300**

Když se z obalu vyvalí spací pytel Vango Latitude 300, je bezpochyby každému jasné, že má před sebou poctivý třísezonní spacák, se kterým ti zimomřiví bezpečně vystačí od jara do podzimu a ti otužilejší zvládnou i začátek či konec zimy. Důvěryhodně působí neodlehčené provedení, klasická, spíše méně anatomická mumiová konstrukce s dvouvrstvou lichoběžníkovou konstrukcí, materiály i množství náplně. A přesto jsme s hmotností včetně obalu na stále příjemných 1730 g. Ripstopový broušený polyester, použitý na vnější a vnitřní straně, je na omak příjemný téměř jako bavlna a je nešustivý. Malou daní za to je nenaplněné úslolí o vklouznutí do spacáku. Povrch není hladký.

Poctivý je i zateplovací límec a zateplení postranního zipu se dvěma jezdcí. Zip zvenčí nebude tolik trpět a zanášet se. Je našit obráceně, spirálou směrem do nitra spacáku. Zevnitř jej dále kryjí a vedou dva nižší a tužší lemy, překryté ještě širší naducanou légou pro minimální únik tepla. Chod je příjemný, bez zadrhávání, v horním dorazu je pojištěn chlopni s reflexním prvkem na suchý zip. Na spodku spacáku nechybí dvě očka pro zavěšení. Na stahování kolem hlavy a u zateplovacího límce jsme čekali použití pruženky, ale výrobce

záměrně používá pevné tkanice, neboť jsou podle jeho názoru v omezeném prostoru praktičtější a bezpečnější. Tkanice jsou různé tvarované pro rozlišení pohmatem. Součástí obalu je i snímatelné stahování s dvěma vrchlíky a jednou sponou pro snazší manipulaci. Sbalený spacák je tak možné „zkompresovat“ na příjemných zhruba 34 cm na délku a 24 cm v průměru! Vynětí spacáku usnadní kapsa umístěná na dně, na vnější straně obalu.

Výrobce uvádí délku postavy až 190 cm. Mohu potvrdit, že i takto velký nocležník najde v Latitude 300 dostatek místa a prostoru. Tenhle spacák má ambice vyhovět i prostorově výraznějším postavám, na druhou stranu není přehnaně velký pro běžného nocležníka. To vše díky stahovacím gumíčkám v příčných švech, které spacák stahují a eliminují zbytečně vytápěný volný prostor uvnitř. V oblasti ramen má reálně vnitřní šířku okolo 75 cm (výrobce uvádí 80 cm). I vnitřní kapsa, umístěná v oblasti hrudi, je příjemně prostorná. Chcete-li teploty podle srovnatelné normy EN 13537, pak výrobcem udaný komfort je 0 °C (ženy) a limit -6 °C (muži). Extrémní teplota je -23 °C. Náplň tvoří silikonizovaná polyesterová izolace o gramáži 2×150 g, doplněná prodyšnou (porézni) hliníkovou fólií, umístěnou mezi podšívku a izolaci, která má odrážet unikající teplo zpět ke spáči. (PM)

Vango Latitude 300

Třísezonní spací pytel

Infocena: 1 760 Kč

Dodává: AMGgroup

Více najdete na www.vango.cz.

Co se nám líbí

Poctivý a prostorný třísezonař
Dobrá poměr cena/výkon



**V houpací síti
Hamaka si
uděláte pohodu
kdekoli**

www.hamaka.eu



hamaka
made by
www.hamaka.eu



Stan **MSR Carbon Reflex 2**

Pokud nechcete tahat na zádech zbytečně velkou zátěž, začnete se pít po lehkém vybavení. Jednou z oblastí, která neunikne vaší pozornosti, jsou pak ultralehké stany. Pojďme se podívat na jednoho ze zástupců této ultratřídy blíže. Dovolte, abych vám představil MSR Carbon Reflex 2.

Jde o odlehčený dvouvrstvý stan pro dvě osoby. Jak název napovídá, konstrukce je vyrobena z karbonových vláken, a pokud ji vezmete do ruky, je překvapivě lehká. To potvrdí i váha, neboť hmotnost konstrukce je pouhých 230 g. Vzhledem k požadavku na lehkost je konstrukce logicky minimalizovaná na jeden podélný prut a jeden kratší příčný pro rozšíření vnitřního prostoru. Známý výrobce Easton je zárukou solidního zpracování. Základ je z uhlíkových vláken s povrchem potaženým fólií a s vnitřními duralovými spojkami.

Díky použití odlehčených materiálů na tropiko i na vnitřní stan s podlahou je celková hmotnost plně sbaleného stanu včetně obalu 1498 g.

Jemné materiály se také podílejí na dobré skladnosti, ale je to samozřejmě vykoupeno menší odolností. Obzvláště u podlahy je vhodné věnovat větší pozornost výběru místa. Zpracování je však příkladné. Použití odlehčených, a tedy i méně pevných materiálů si žádá zesílení kotvicích bodů, aby působící síla byla dostatečně rozložena do větší plochy. V rozích a u poutek jsou proto vlamované kusy pevnějšího materiálu.

Pokud dosud padala jen chvála, tak nyní přijde, nechci říci kritika, ale připomenutí účelu a provedení stanu. Je určen k nošení na zádech a pro dvě osoby. Pokud ho postavíte a začnete se ve dvou i s batohy ubytovávat, zjistíte, že rozměry rozhodně nejsou nijak královské. Využitelná šířka je 110 cm, což stačí na vyspání dvou osob, ale na extra pohodlí a hromadu věcí to už není. Délka je 215 cm u spodního okraje, ale vzhledem k šikmým příčným stěnám bude stan vyhovovat nejvíce lidem do 180 cm výšky. Naopak samotný obyvatel prostor je využit maximálně.



MSR Carbon Reflex 2	
Ultralehký stan	
Infocena:	14 574 Kč
Dodává:	Vertical Trade
Více najdete na www.vertical.cz	

Co se nám líbí

Lehký
Sbalitelný
Kvalitně zpracovaný

Boční stěny jsou téměř kolmé, takže není problém, aby si sedly dvě osoby vedle sebe, a v celé šířce vnitřního stanu neklesne výška v místě příčného prutu pod 90 cm. Spolu s dvěma vchody a apsidami na uložení věcí se dá noc strávit poměrně v klidu, ale týdenní pobyt v deštivém počasí vám řádně prověří psychiku. (JH)

Bunda **The North Face Blue Ridge**

Lehká dámská nepropo bunda TNF Blue Ridge je vyrobena z dvouapůlvrstvého materiálu Gore-tex Paclite, který jí už svým předurčením zajišťuje minimální rozměry a v batohu, kde bude čekat především na deštivé počasí, tak nezabere příliš místa. Bunda velikosti L má hmotnost 304 g.

I přes dámský vypasovaný střih je dostatečně dlouhá a kryje choulolistivé partie zad, což je u bundy do přírody rozhodně potřeba. Co se týká detailů, vše je jednoduché a díky tomu lehké, ale také podřízené praktičnosti. Hlavní YKK zip je voděodolný, podložený légou a u brady pro lepší pohodlí i jemnou textilií. Bunda disponuje pouze dvěma kapsami, uzavíratelnými jemnějším voděodolným YKK zipem. Kapsy nejsou vodotěsné, zevnitř jsou tvořeny síťovinou, tím pádem se dají částečně použít k odvětrávání, které ovšem není tak efektivní, jako při použití odvětrávání v podpaží, které však bohužel tato bunda nemá. To vidím jako sice jediný, ale velmi nepřijemný nedostatek jinak vydařeného výrobku.

Rukávy mají dostatečnou délku a dají se stahovat pomocí suchého zipu nové generace, který je méně náchylný k zachytávání na oblečení. Spodní okraj jde regulovat jednodotkovým stahováním.

Kapuce s kšiltíkem je dostatečně prostorná i pro použití s kulichem a regulace po obvodu a v předozadním směru je dobře řešená. Kapuci je možné bez problémů vykládat podle potřeby jednodotkovým stahováním. Jako drobný nedostatek bundy vnímám absenci poutka na pověšení, přece jenom při cestování a jiném civilnějším použití je to užitečný detail.

Hlavním kladem bundy Blue Ridge je právě její zmiňovaná skladnost, naopak objektivním záporem je absence odvětrávání v podpaží. Jako vhodnou ji vidím především pro celoroční turistiku, na hory, ale i pro deštivé dny ve městě. Výrobce ji nabízí v několika barevných provedeních, takže si jistě každá dáma najde tu svou. (ZH)



The North Face Blue Ridge Paclite

Dámská nepropo bunda	
Infocena:	6 290 Kč
Dodává:	The North Face
Více najdete na www.thenorthface.cz	

Co se nám líbí

Sbalitelná
Lehká
Dobře řešená kapuce

HUDY

AKCE

až 30 %

Turistický stan pro 2-3 osoby
Trimm Comet

~~2290 Kč~~

1603 Kč

~~1490 Kč~~

1043 Kč

Letní spacák
Rock Empire Ontario

**Stany, spacáky na cykloturistiku,
turistiku, rodinné, značek Rock
Empire, Trimm, Outwell.**

www.hudy.cz

Akce platí na vybrané produkty od 27. 5. 2013 do 28. 6. 2013 nebo do vyprodání zásob v eShopu a kamenných prodejnách v ČR a na Slovensku. Slevy se nesčítají a platí z původních cen.



Stan **Vango Halo 200**

Stan je pro turistu jeho domem i hradem. Musí mu poskytnout útulné přístřeší i za horších podmínek a potěší, když nebude uživatele obtěžovat nedomyšlenými prvky konstrukce. Přesně takové je Vango Halo 200. Ryzí rafinace zkušeností známého skotského výrobce s dlouholetou tradicí se přetavila do povedeného turistického stanu. Model Halo 200 nesměruje do extrému, nenabízí kosmické materiály, ale za použití klasických materiálů směřuje k tomu, aby ukázal, co má umět turistický stan, který něco vydrží.

Jde o dvouvrstvý stan s tříprutovou duralovou vnější konstrukcí, kříženou ve dvou bodech. Je určený pro dvě osoby, má dva vchody na podélných stranách, každý navíc s prostornou předsíňkou. Vchodové zipy do předsíňek jsou vedeny do oblouku, takže se snadněji ovládají a lépe kryjí vchod do vnitřního stanu. Vchody na vnitřním stanu jsou umístěny asymetricky, s posunem k otevřenému prostoru v předsínce. Dá se tak snadněji dostat do stanu nebo z něj, i pokud je v předsínce uložena hromada věcí. Stan velmi dobře poslouží, i když budete muset trávit delší čas uvnitř. Rozměry vnitřního stanu jsou 210 cm na délku, s tím, že díky strmým stěnám se dá využít skutečných 200 cm délky, a na šířku je použitelných 135 cm, což je pro dva lidi velmi komfortní šířka.

Použitelnost stanu nedělají jen rozměry v ploše, ale především v prostoru. Díky třetímu prutu je vnitřní stan rozšířený v horní části, což spolu s celkově větší výškou zajišťuje opravdu velký vnitřní prostor, a přitom dobrou stabilitu ve větru. V nejvyšším bodě má stan 115 cm, ale hlavně mezi vchody a napříč má v ploše asi 80×90 cm výšku kolem 100 cm. To znamená, že spolu s dobře krytými předsíňkami je stan použitelný i za hodně špatného počasí. Materiály působí odolným dojmem a během dešťového a bahnitého testu nikde neprotekly. Méně potěšitelnou zprávou ale je, že si vyžádá trochu víc síly v nohách, protože stan zatíží váš batoh přesně 3658 g (včetně obalu). Tady kvitujeme, že v údajích o stanu je uvedena hmotnost 3,65 kg, takže se výrobce nesnaží v katalogu získat body ubíráním váhy. (JH)

Vango Halo 200

Turistický stan

Infocena: 5 190 Kč

Dodává: AMGgroup

Více najdete na www.vango.cz

Co se nám líbí

**Příjemný, poctivý,
klasický stan
Snadné stavění**

Více o výběru vhodného stanu na SvetOutdooru.cz

Nafukovací kánoe **Gumotex Palava**

Legendární nafukovací kánoe Palava se dočkala inovace. Nejzásadnější je změna konstrukce bočních válců. Jejich průměr zůstává stejný, ale zmizel lepený šev, který nahradil plochý překryvný slep, jak jej známe z jiných „gumotexích“ lodí. Další změnu prodělaly přední a zadní paluby. Nafukovací byly nahrazeny jednovrstvou gumotextilií. Jsou shora osazeny křížovou pruženkou, umožňující připevnění nákladu. Na palubách kromě pružných úchyťů přibily i koníčkovácí šňůry, celkem vynalézavě průvlečné skrz palubu. Jsou tak kdykoli po ruce, ale zároveň neplandají kolem lodí. Před i zád jsou osazeny masivním úchytem pro nošení.

Zásadní úpravou je prodloužení lodí. Oproti předchozímu modelu je současná Palava o 20 cm delší. Díky tomu se zvýšil zejména

Vodácké vybavení má na SvetOutdooru.cz samostatnou záložku.

její výtlač. Inovované jsou i sedačky. Opět vycházejí z konstrukce, osvědčené u ostatních modelů. Jejich polohu je možné měnit v rozmezí deseti centimetrů k předu i k zádí. Namísto provazování šňůrou jsou přidělané šrouby a sedací strana poskytuje komfortní protiskluzovou a vyměkčenou pěnovou vrstvu. Jako příslušenství se dodává vodotěsný transportní vak, houbička v síťce, stahovací transportní popruh, lepicí sada v pěkné pevné krabici a kolenní kurty.

Protože znám původní Palavu velmi dobře, zaznamenal jsem jednu velkou změnu v jízdních vlastnostech, a to v rychlosti. Nová Palava je rychlejší. Jinak na první posezení jezdí loď dobře, na záběry reaguje jako vždy trochu liknavě, ale spolehlivě, v náklonech drží znamenitě a v torzní pevnosti se prodloužení neprojevovalo. Na konec pár technických detailů: délka 400 cm, šířka 90 cm a hmotnost 17,5 kg, materiál Nitrilon. (JŠ)



Gumotex Palava 400

Dvoumístná nafukovací kánoe

Infocena: 15 449 Kč

Dodává: Gumotex

Více najdete na www.nafukovakilode.cz

Co se nám líbí

Lepší konstrukce bočních komor
Výrazně snížená hmotnost

Vařič VAR 2 - stále nejoblíbenější na českém trhu stále na vrcholu

www.var.cz
var@var.cz

VAR

Var 2
vše nikdy nevypaše
pro jedné hříbě
smíšené

Profesionální horolezec
VAROŠ
DOPORUČUJE

Unikátní systém EASY CLEAR JET
tryska je umístěna v hořáku
a bez použití náradí
je přístupné vyčištění

Hořák
Ventil
Tryska

Dokonalá ochrana
ochrana
plamene
před
větrm

Dokonalá stabilita

VAR
PROŽIVOT V PR

VAR
PROŽIVOT V PR

VAR
SAMOTĚSNÍ
KARTUŠE
TYP
G 500

Batoh Osprey Mutant 28 II

Batoh Osprey Mutant je určen pro krátká zimní dobrodružství a zimní lezení, ale já ho s oblibou používal i pro denní použití. Konstrukce však jasně napovídá určení pro horské radovánky: lisovaný zádočný panel, který nezachytává sníh a tvoří výztuhu zad tohoto batohu; jedna hlavní komora s malou vnitřní kapsičkou na cennosti a kapsou na hydrovak; odnímatelné víko s jednou kapsou a vcelku odolné materiály Armourguard a Armourelite.

Hlavní kapsa je uzavíratelná na stahovací rukáv, který se dá jednoručně zavírat a s trochou snahy a cviku i otevírat – k tomuto účelu slouží červené poutko. Batoh je vybaven popruhy s přezkami, které buď fixují víko, anebo napomáhají fixaci například

Co se nám líbí

Batoh kopíruje siluetu
Je bez přebytných detailů

lana či celého batohu. Tyto popruhy rovněž umožňují i jistou kompresi batůžku, pokud není zcela naložen, protože procházejí přes dvě oka, takže při přitážení popruhů dojde ke kompresi vnitřního objemu batohu.

Boční kompresní popruhy jsou vždy po dvou na každé straně. Spodní je uchycen k zádům dvakrát, a tvoří jakési V. Tento popruh pak napomáhá udržet záda batohu správně tvarovaná, a to i přes absenci pevné výztuhy. Úchyty na cepíny jsou opatřeny madélky a dají se tedy bez problémů obsluhovat v rukavicích. Batoh má jednoduchý bederní pás, hrudní popruh s pišťalkou a poutko pro přenášení či zavěšení. Ramenní popruhy jsou příjemně tvarované a houževnaté. Hadíčku hydrovaku je možné umístit jak na pravý, tak na levý popruh.

Vzhledem k určení se samozřejmě nedá očekávat, že odvětrání batohu bude nějaká diskotéka, ale v jarních měsících jsem ho využíval pro každodenní nošení, kdy jsem v něm nosil notebook a řadu dalších věcí, takže pokud není



Osprey Mutant 28 II

Batoh na lezení i denní nošení

Infocena: 2 190 Kč

Dodává: Rock Point

Více najdete na www.rockpoint.cz

moc vedro – dá se. I na denní výlety s výbavou pro dva a psa se batoh osvědčil, rovněž i při běhání dobře seděl a neposkakoval. Batoh Mutant má objem 28 l, v nabídce je v zelené a černé barvě a ve třech velikostech zad, recenzovaná velikost M váží 920 g. (ZH)

Dětské nosítko LittleLife Explorer S2

V tuzemském světě outdooru je jméno britské firmy LittleLife možná méně známé. Zabývá se vývojem a výrobou vybavení pro děti a z její široké nabídky jsme pro recenzi získali dětské nosítko Explorer S2. Jedná se o plně vybavené dětské nosítko se zajímavě řešenými detaily.

Dětská nosítka obecně jsou určena pro děti ve věku od doby, kdy bezpečně sedí, až asi do tří let (horní hranice je omezena spíše hmotností a také tím, co rodiče unesou). Nosítko Explorer pokrývá celou škálu věku dítěte, vhodného pro nošení. Z bohatého vybavení nás při krátkém zkoušení pro recenzi zaujal například plně nastavitelný nosný systém nebo dobře vyřešená a variabilní rychloupínání bezpečnostních popruhů pro dítě. K základnímu vybavení nosítka je možné dokoupit příslušenství, které je více či méně potřebné pro plné využití nosítka, a to stříšku proti slunci, pláštěnku, popruhy pro oporu nohou a límeček pro oporu hlavy, když dítě v sedačce usíná.

Při zkoušení nosítka jsme nemohli přehlédnout zajímavé a inovativní řešení problému, který

občas nastává při nasedání a vysedání dítěte ze sedačky, pokud je přítomen jen jeden z rodičů. Když držíte dítě oběma rukama, stává se, že lehké nosítko zdviháte i s dítětem a nemůžete caparta vysunout ze sedačky. Návrháři LittleLife vymysleli chlopeň, do které vložíte botu, sedačku přišlápnete k zemi a malého cestovatele pohodlně usadíte, nebo ho naopak snadno ze sedačky vyndáte, i když se mu ven vůbec nechce a brání se. Touto vymožeností se kompenzuje skutečnost, že nosítko samostatně nestojí (což je ale u větších dětí většinou i tak poměrně riskantní záležitost). Další příjemné zlepšení nabízejí madla, která usnadňují plynulé, a hlavně pomalejší nandávání a sundávání nosítka z ramen.

Nosítko vyhovuje bezpečnostním standardům EN, jeho celková hmotnost je 2,5 kg, objem poměrně prostorných kapes na drobnosti je 17 l a výrobce uvádí nosnost 20 kg. Pozoruhodné je uvedení rozsahu výšky postavy, pro kterou se nosný systém může přizpůsobit od 157 do 187 cm. Nosítko Explorer je oživením vcelku skromné nabídky kvalitních dětských nosítek na našem trhu. (JČ)



Co se nám líbí

Inovativní řešení stabilizační chlopně
Rozsah nastavení nosných a bezpečnostních prvků

LittleLife Explorer S2

Dětské nosítko

Infocena: 3 490 Kč

Dodává: Total Outdoor

Více najdete na www.littlelife.co.uk

Boty **Asolo Zion GV**

Výrobci (nejen trekových) bot stále zdokonalují své výrobky, aby jejich uživatelé získali nějakou novou hodnotu, kterou jejich staré boty ještě nemají. Model Zion GV je opravdu lehká treková bota (553 g, jedna bota velikost 47), která by měla díky novému provedení konstrukce respektovat tvar a stavbu chodidla a pevně je obemknout. Samozřejmě nemáme všichni nohu stejnou, a je proto nutné si botu pečlivě vyzkoušet. Zpočátku jsem ani já nevěděl, jestli mně toto nové provedení úplně vyhovuje. Pevný kontakt s celou nohou jsem znal z lezeček, ale ne z bot na trekking. Chtělo to také použít správné ponožky a na boty si trochu zvyknout, aby vyhovovaly po všech stránkách mnohdy i s dobrým pocitem kontaktu s terénem.

Bota má celokoležený svršek z hydrofobní usně 1,6 – 1,8 mm silné, s textilním futrem a mezi ně je vložena goretexová membrána Performance Comfort, která zaručuje 100% nepromokavost a na danou kategorii dobrý odvod vlhkosti. Šněrování je klasické

s tkaničkou, kde poslední dvě uchycení jsou za háčky. Při plném zašněrování bych ale přivítal tkaničky ještě o trochu delší. Podešev je Vibram Natural Shape s prohnutím a zaoblením umožňujícím snadnější chůzi, krok se přirozeně odvaluje tak, jak je noha zvyklá. Boty jsou také rozšířeny v oblasti prstů, nárt se šněrováním je pak trochu snížen. Špička boty je vyztužena a kryta gumovou obsázkou, takže noha i bota jsou tak opravdu dobře chráněny při možném zakopnutí. Od nártu k patě je už bota ohebnější. Mezipodešev je z materiálu EVA se vstříkovanou PU kostrou, nazvaná Asoflex, umožňující měkký a pružný došlap bez větších nárazů i na hrubé a kamenité cestě. Koncept Natural Shape, tedy celkové nové provedení bot, přinesl firmě Asolo nominaci k získání letošního prestižního ocenění amerického magazínu Backpacker – Editor's Choice 2013 s modelem Reston z této řady. Vnitřní vložka je anatomicky tvarovaná a vyjímatelná i vyměnitelná.

Pokud boty Zion GV dobře padnou, budou dobrou volbou pro téměř všechny druhy



Asolo Zion GV

Lehké trekové boty

Infocena: 4 290 Kč

Dodává: Sport Prima

Více najdete na www.asolo.cz

Co se nám líbí

Nízká hmotnost
Pohodlná bota

treků a spolehlivě poslouží na zajištěných cestách. Podle prvních zkušeností není důvod nevěřit reklamnímu sloganu, že chůze bude pohodlná, bezpečná a dovolí vychutnat si pohyb v přírodě a v horách. (PK)



Ponožky **Nanosilver**

Pro vyzkoušení se nám dostaly na nohy tři typy ponožek Nanosilver. Už název napovídá, že v jejich úpletu je obsaženo stříbro, které by mělo zabránovat vzniku bakterií a eliminovat zápach. Pod značkou Nanosilver najdete ponožky pro různé druhy použití, které mají pochopitelně odlišné složení a stříh.

Trekkingové ponožky jsem měl k vyzkoušení já a používal jsem je při turistice. Mají silnější paty a špičky, slabší materiál pod klenbou a na holeni, v horní části jsou pak zakončeny pohodlným lemem. Jejich složení je: 22 % polyester se stříbrem, 60 % bavlna, 16 % polyamid a 2 % elastan. Sportovní ponožky měla k dispozici přítelkyně, jedná se o tenčí turistické ponožky se zesílením celého chodidla. Materiálově působí příjemně. Jsou tvořené ze 30 % polyesterem se stříbrem, z 55 % biobavlnou a z 15 % elastanem. Bikové ponožky používala přítelkyně pro každodenní nošení, na kolo i turistiku. Jedná se o lehké a snížené ponožky, s odlehčeným nártem pro odvětrávání. Složení „biků“ je 12 % polyester se stříbrem, 53 % Coolmax, 20 % polyamid, 11 % polyester a 4 % elastan.

Trekkingové, sportovní a bikové ponožky Nanosilver

Ponožky pro každý den i volný čas

Infocena: 249 Kč, 185 Kč, 195 Kč

Dodává: NanoTrade

Více najdete na www.nanosilver.cz

Recenze a dlouhodobé testy turistických ponožek a bot najdete na www.SvetOutdooru.cz v záložce Po svých

Uvedené typy ponožek, které jsme používali, hodnotíme jako příjemné na nošení, u typů s obsahem bavlny (sportovní, trekkingové) je potřeba počítat logicky s nižší mírou odvodu potu než u bikových ponožek. Jako vhodné použití vidíme při turistice či k běžnému nošení v chladnějších dnech. Odolnost proti zápachu prověří délka nošení bez možnosti praní, a hlavně nohy každého uživatele. Vzhledem ke krátkodobému vyzkoušení pro recenzi jsme účinek stříbra nemohli objektivně hodnotit. Výrobce uvádí, že nanočástice stříbra jsou pevně uchyceny ve vláknech a neuvolňují se ani opakovaným praním, důsledkem toho by mělo být nejen zmírnění zápachu, ale i omezení vzniku plísní a podobně, což ocení jistě každý uživatel, ale cestovatel zejména. Také odolnost a sklon ke žmolkování prověří až delší používání. (ZH)

Co se nám líbí

Příjemný materiál



Doba je rychlá a dynamická, ale jsou hodnoty, které přetrvávají. V oblasti horských bot je to klasická robustní celokožená bota, která má pro svou odolnost a dlouhou životnost stále své příznivce. Jednou z bot této kategorie je i Lowa Tibet GTX. Jedná se o inovovaný model stejného jména, který své technologické vychytávky nestaví tolik na odív.

Majitele širších chodidel potěší mírné rozšíření kopyta a všechny pak větší vybrání v zadní části měkkého límce pro větší rozsah pohybu v předozadním směru u jinak pevných a stabilních bot. Sněrování také doznalo změn, bylo doplněno o blokovací háček u čtvrtého páru před kotníkem, který umožňuje jiné stažení ve spodní a horní části. Základem pořád zůstává osvědčený celokožený svršek z kvalitního hydrofobně upraveného nubuku, doplněný vnitřní goretexovou membránou pro zajištění nepromokavosti. Potěší také minimální množství švů (celá přední část je bezešvá), ty jsou pouze v oblasti jazyka, kolem kotníku a v zadní části. Odolnosti také napomáhá decentní gumová obšátka, navazující na podrážku kolem celé boty. Použití poctivých kvalitních materiálů se projeví i na hmotnosti, kde pár velikosti 42 ½ váží 1944 g, ale tady se vyplatí oželeť pár gramů odlehčení na úkor větší odolnosti a dlouhé životnosti.

Ještě jedna věc stojí za upozornění. Pokud je vaším denním chlebem práce v terénu, pak vězte, že model Tibet GTX splňuje všechny požadavky na pracovní obuv, což je doloženo atestem na izolaci proti chladu, nepromokavosti a uklouznutí za mokra. Pokud pracujete na sebe, je to jen na vás, ale jinak můžete zkusit přesvědčit vašeho zaměstnavatele, jestli by vám nechtěl udělat radost opravdu kvalitními pracovními botami, protože nohy v suchu a teple jsou přeci základem pracovní pohody. (JH)

Lowa Tibet GTX

Celokožené pohory

Infocena: 6 250 Kč

Dodává: Prosport Praha

Více najdete na www.prosport.cz

Co se nám líbí

Klasická kožená bota

Pečlivé zpracování detailů

Klasika nestárne

MŮJ STAN, MŮJ HRAD.

V červenci se slevou 20%
na www.hanibal.cz.



NOVÁ SÉRIE ČELOVEK

LED LENSER

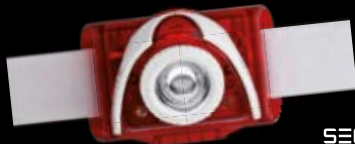
SEO



90
LUMENŮ

10 HODIN

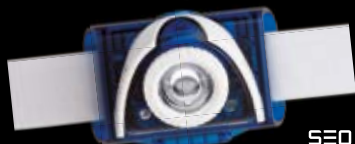
SEO 3



180
LUMENŮ

7 HODIN

SEO 5



220
LUMENŮ

5 HODIN

SEO 7R



Skeletool CX

7 > 2
NÁSTROJŮ
V JEDNOM
BITY



19
NÁSTROJŮ
V JEDNOM

Super Tool 300



Nakupujte pouze originální produkty!
Seznam certifikovaných prodejců na:
www.ledlenser.cz | www.leatherman.cz
Kontakt pro maloobchodní prodejce:
distribuce@moris.cz

Přilba Climbing Technology Venus

Lanové parky, lezecké kurzy a feraty. To je nejen výčet oblíbených druhů zábavy, ale zároveň jde o disciplíny, ve kterých se přilba Venus cítí doma. Jde o helmu klasické konstrukce, kde vnější skořepina je z ABS plastu a vnitřní tlumicí část tvoří pěnový polystyren. Zároveň je některými detaily uzpůsobena pro využití tam, kde se často střídají uživatelé, tedy např. i pro půjčovny lezeckého vybavení.



Jde hlavně o vnitřní vyměkčení z pěnového nenasávkového materiálu, které jde snadno omývat a udržovat čisté při střídání uživatelů. Důležité je i snadné nastavení obvodu hlavy a upínacích pásek pod bradou. Nastavení obvodu s dostatečným rozsahem 50 – 61 cm se provádí zadním ovládacím kolečkem. To je sice pogumované pro snazší ovládání, ovšem při utahování na nejmenší velikost nebo při povolování není chod mechanismu zcela hladký. Vyzkoušel jsem přilbu v lanovém centru, kde je potřeba helmu rychle nasazovat desítkám lidí denně, a právě větší lehkost nastavení už nasazené helmy bych ocenil.

Naopak chválím snadné nastavení upínacích popruhů pod bradou. To je řešené plastovou sponou s trojzubcem. Klíčový je především tvar přezky s vybráním na palec, který v kombinaci s hladkým popruhem tvoří povedený celek a umožňuje snadné povolování nebo dotahování.

Brýle Julbo Explorer Cameleon

Víno a sýr patří k Francii stejně jako slunné pláže a Alpy. Možná právě to je důvod, proč francouzský výrobce Julbo už 125 let vyrábí sluneční brýle. Ve spolupráci s odborníky z národní lyžařské a horolezecké asociace ENSA Chamonix vznikl před několika lety model horských brýlí s označením Explorer, vybavených zorníky Cameleon. Jde o stálci v nabídce, která prochází jen mírným faceliftem.

Na brýle určené na turistiku nebo lezení ve vysokých horách jsou kladeny nemalé nároky. Musí obstát nejen po stránce dokonalé ochrany zraku, ale i mechanické odolnosti. U tohoto modelu je splněno obojí. Samozatmavovací polarizační skla mají sluneční filtr kategorie zatmavení 2 až 4. Díky tomuto rozsahu se dají brýle využívat na celou řadu aktivit. Pokud je lehce pod mrakem nebo ve stínu, skla jsou zatmavena dohněda pro pohodlnou orientaci v terénu.

Co se nám líbí
Kvalita provedení
Množství povedených detailů

Při vyšší intenzitě slunečního záření se skla během několika desítek sekund postupně zabarví až do černa, a ochrání tak i před ostrým sluncem. Toho jsem nejčastěji využíval při použití na moři nebo na ledovci, kde se paprsky nepříjemně odrážejí od povrchu. Jelikož jde těžko určit, kdy je sklo už plně zatmavené, nepodařilo se mi tento čas při různých podmínkách přesně změřit (výrobce udává do 20 s). Brýle mají povrchovou protimlžicí úpravu, ostatní uvedené vlastnosti jsou integrované.

Celý rám brýlí už od pohledu působí masivně. Aby dokonale seděly na obličeji, obsahují snímatelné boční chrániče proti pronikání paprsků shora, zespoda a z boku. Povedeným prvkem jsou nožičky, které jsou opět uchycené na masivních pantech. Zvnějšku jsou pogumované a zevnitř je kovová tvarovatelná výztuha. Mohou být zcela rovné v kombinaci se snímatelným hlavovým páskem, nebo ohnuté. Na výběr jsou kromě dvou barev i dvě velikosti brýlí. Až na trochu odlišný typ skel vlastním tento model už několik let, a proto bych se

V lanových parcích a horoškolách obvykle není potřeba používat čelovku, proto nemá tato přilba klipy pro její uchycení. Otvory pro klipy jsou zaslepeny plastovými výlisky ve tvaru malé veverky, což považuju za vtipné a neotřelé řešení hodné pochvaly. Právě díky absenci klipů se možná podařilo cenu stlačit pod magickou hranici 1000 Kč, čímž se přilba dostává mezi nejlevnější typy na trhu.

Pokud by si někdo chtěl připlatit stokrát, může sáhnout po přilbě Galaxy. Ta je totožná s modelem Venus, ovšem má zmiňované klipy na čelovku a měkkí nasákové polstrování pro odvod vlhkosti od hlavy. Hmotnost obou typů se pohybuje kolem 350 g, což je vzhledem k robustnímu provedení a ve srovnání s konkurencí zcela přijatelná hodnota. Její celistvý skelet je „narušen“ deseti větracími otvory, které jsou dostatečně velké, takže přilba obstála i v horkých dnech. (KV)

Co se nám líbí

Nenasákové polstrování

Poměr cena/výkon

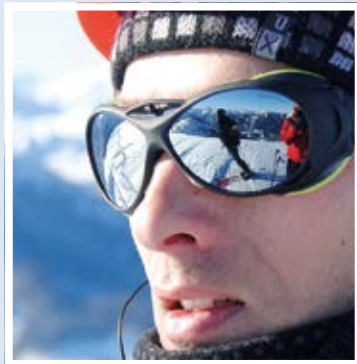
Climbing Technology Venus

Přilba pro lezení a lanové překážky

Infocena: 999 Kč

Dodává: Dodává: R-Sport (ČR), STG Elcon (SR)

Více najdete na www.climbingtechnology.cz



za ně mohl zaručit. Cenou i určením jde o brýle, které sice nejsou pro každého, ovšem kvalitou, výbavou a provedením jde o povedený kousek pro horolezce a alpinisty. (KV)

Julbo Explorer Cameleon

Ledovcové brýle pro lezení a VHT

Infocena: 3 990 Kč

Dodává: Rock Point

Více najdete na www.rockpoint.cz



Metolius magnesium pro lezce

Maglajz je téma mezi lezci probírané v nesčetných a nekonečných debatách na internetu či u pivečka v oblíbené hospůdce po příjemně prolezeném dni. Člověk si pak říká, jestli není zapotřebí mít na ten maglajz zbrojní průkaz. Kupodivu zatím nic takového nehrozí a lezec si dnes může i vybrat, od jaké zbrojařské firmy si ten svůj prášek pořídí. Mně se dostal do ruky balíček bílého štěstí, se kterým oblézájí šutry borci v Kanadě. Při první příležitosti jsem ho vyzkoušel na dětech.

Nálada výborná, počasí to trochu přehánělo, ale touha oplácet všechno nabílo byla silnější. První ochutnávku vzal do svých rukou Daník (9 let) na přenosné umělé stěně na akci Oregon dětem. Nepatrně převíslá stěna s plastovými čapky byla uzpůsobená především pro děti. Danda to s tou ochutnávku vzal doslova. Nejenže celé čtyři hodiny lezl nahoru dolů a stále topil ruce v magnéziu, ale po jakési dedukci, že doma pije minerálku s podobným, velmi zdravým stopovým prvkem, se dal i do jeho požívání. Jeho hodnocení bylo, že je to dobrý. Já bych to nejedl, ale pro pořádek musím říct, že díky maglajzu ho ten den bavilo lezení mnohem víc. Doma pak volal z vany, že se mu nějak divně zcvrkávají ruce a že to bolí. Asi to opravdu vysušuje.

Já jsem si vzal boulder matku a vyrazil druhý den potrápít tělo na přepis skály u Kohoutova

mlýna poblíž Červených Peček. Mohu potvrdit, že to opravdu funguje. Dokonce jsem si v jednu chvíli myslel, že je to nejlepší matroš, který jsem kdy měl. Ale to berte s rezervou, byl krásný den a moc mě to bavilo. V týdnu jsem odsypal Honzovi, ať si taky sáhne. No, a sáhnul. Zajeli jsme na skálu u Malešova, kde jarní slunce rozpálilo plotny dočervena. Protože hlavní stěna byla obsypána lezci z Práglu, vytáhl Honzik cestu na Panáka, který je trochu stranou. Po spuštění na zem pravil: „No hele, dobrý...“

Myslím, že většinu lezců je skoro jedno, od jakého výrobce berou, a zbytek má už své oblíbené. Začátečník si koupí to nejlevnější a ostřílený po osobních zkušenostech zakotví u toho, co mu vyhovuje. Někdo si koupí kostku a pak drobí, jiný nechce prášit, a tak sáhne po kouli nebo po tekutém. Metolius může být alternativa, která funguje. (VS)

Metolius magnesium

Lezecký maglajz

Infocena: 119 Kč (127 g), 199 Kč (255 g), 299 Kč (425 g)

Dodává: R-Sport pro ČR i SR

Více najdete na www.metolius.cz

**Recenze i dlouhodobé testy
vybavení na hory a pro lezení
zveřejňujeme na SvetOutdooru.cz**




ZÓNA VÝHOD JE NA DOSAH!

S členstvím v programu **Rock Point ZÓNA** získáte lepší cenu nejen na lezeckou výbavu, ale také další výhody:

- ▶ Sleva na nákup až 15%
- ▶ Každý měsíc nabídky pouze pro členy
- ▶ Pravidelné informace o akcích a novinkách
- ▶ Zajímavé slevy u našich partnerů
- ▶ Kartu uplatníte také v e-shopu a prodejnách Hannah i Keen

Snadno se zaregistrujete v některé z 22 prodejen
nebo na e-shopu **www.rockpoint.cz**

Hannah
OUTDOOR EQUIPMENT

KEEN

Smartwool

THE NORTH FACE

zamberlan

Julbo

OSPREY
2014

TERNUA
non gogoa, hani zangao



ROCK POINT
OUTDOOR EXPERT

Jak vznikají recenze a testy Světa outdooru

- Více než 700 testů od roku 1997.
- 14 000 hodin testování.
- Početný a zkušený tým testerů.
- Nezávislé testy a recenze: pozitivní hodnocení není možné nijak koupit.

Magazín Svět outdooru přináší stručné recenze outdoorového vybavení s cílem rychle informovat o horkých novinkách a o zajímavém vybavení na pultech českých prodejen.

Krátké recenze vybavení

Recenze obsahují první poznatky o výrobku, je to krátké a spíše popisné představení produktu. Dodržujeme zásadu, že výrobek musíme mít možnost „osahat“ a vyzkoušet. Recenze hodnotí výrobek z pohledu uživatele a s ohledem na jeho doporučené použití, naopak nehodnotí cenu. Recenze jsou subjektivním názorem autora, ale na jejím vytváření se kromě autora spolupodílí vždy ještě nejméně jeden lektor z řad testovacího týmu. Pokud výrobky po recenzi dále testujeme, vyjde dlouhodobější test na webu SvetOutdooru.cz.

Nezávislost testování

Recenze a testy Světa outdooru jsou nezávislé v tom smyslu, že testující si stojí za tím, co napíše. Je si vědom toho, že dává veřejně všanc své jméno a že na chybnou informaci záhy upozorní čtenáři např. v komentářích pod článkem na webu. Žádným způsobem není možné koupit kladný výsledek testu či recenze.

Testovací tým

Pro Svět outdooru pracuje stabilní redakční tým testerů a také řada externích spolupracovníků. Mají mnohaleté praktické zkušenosti s outdoorem a stále se v něm aktivně pohybují. Tým je unikátní tím, že většinu testerů prošly rukama desítky a stovky výrobků. Máme přehled o aktuálních trendech a o zajímavých novinkách. Na recenzích pro toto vydání magazínu Svět outdooru se autorsky podíleli následující členové testovacího týmu:

Jan Hotmar (JH) lektor testovacího týmu

Pert Macháček (PM) testuje techniku v outdoorovém vybavení

Zdeněk Hübst (ZH) testuje tábornické vybavení a věci pro pěší turistiku

Pavel Krupka (PK) se věnuje vaření, mapám, technice či backcountry

Karel „Karlos“ Vidlák (KV) testuje a píše o lezeckém vybavení

Jan Štoviček (JŠ) má široký záběr od vodáckého až k lezeckému vybavení

Ondra Müller (OM) testuje vodácké i dětské vybavení

Marie Durajová (MD) test dámské bundy

Vladimír „Stříhoun“ Stříhávka (VS) testuje lezecké vybavení

Jiří Červinka (JČ) testuje vybavení pro pěší turistiku a táboření



Megavýstava stanů

láká na 55 značek outdoorového vybavení!

Potřebujete dokoupit outdoorové vybavení? Zajděte na prodejní Výstavu stanů a vybavení do přírody, která probíhá od 31. 5. do 11. 8. na výstavišti v pražských Letňanech. Není nad to si věci vyzkoušet a poradit se s odborníky, kteří na ploše 10 000 m² prezentují celkem 55 outdoorových značek. Jedná se o vůbec největší středoevropskou akci svého druhu a tomu odpovídá i doprovodný program plný zábavy! Ti, co to mají do Prahy daleko, najdou identický sortiment na www.4camping.cz. Vše je skladem a ihned k odeslání.

Najdete tu vše od stanů, spacáků, kempinkového nábytku, karimatek, outdoorového oblečení a obuvi, včetně toho dětského a cyklistického, batohy, cestovní tašky a další doplňky. Loni sem za zbožím pro turistiku a volný čas vyrazilo přes 100 000 lidí a letos pořadatelé veletrhu očekávají minimálně stejnou účast. „Z našich průzkumů vyplývá, že Češi tráví stále více času v přírodě, a proto se zvyšuje i jejich zájem o kvalitní outdoorové zboží. Když je ale v dnešní době mohou koupit výhodněji, neváhají,“ říká Jaroslav Skalka z pořadatelské společnosti Výstava stanů.

Vyzkoušejte spacák, postavte stan...

Letos už 16. ročník Výstavy stanů nabízí unikátní a velmi oblíbené způsoby nákupu zboží, například populární spacákové ležení, kde si zákazníci spacák před zakoupením vyzkouší nebo si sami mohou postavit či sbalit stan, kterých tu mimochodem bude postaveno více než 300!

„Letos jsme se, stejně jako loni, ještě více zaměřili i na doplňkový sortiment, jako jsou batohy, oblečení a boty. V minulém roce se to odrazilo v navýšení prodeje o zhruba 20 %,“ upřesňuje Skalka.

Pořadatelé lákají na výhodné nabídky a výstavní slevy, ale především na největší nabídku outdoorového a sportovního vybavení na českém trhu. Vedle tradičních značek, jako jsou Husky, Hannah, Keen, Coleman, Outwell, Pinguin, Lowa nebo Ferrino, letos výstava přivítá hned několik velmi atraktivních novinek, mj. The North Face, Loap, Garmont, Osprey nebo Tatonku.

Celkem se představí 55 značek. Velkým lákadlem pro návštěvníky bude soutěž o skvělé ceny. Odcestovat můžete na krásný zájezd do Nepálu pro dvě osoby, 23denní trekking údolím Šerpů až k Everestu, s kamarády si užít nezapomenutelný týden na luxusní jachtě, odjet na skútru nebo horském kole či si odnést špičkové outdoorové hodinky a digitální zrcadlovku.

Staňte se provazolezcem nebo se naučte grilovat

Vyzkoušet si můžete také spoustu užitečných i zábavných aktivit, jakými jsou lezecká stěna, kde budou začátečníkům k dispozici zkušení instruktoři, stále populárnější slackline (novodobé provazoleectví), kurzy první pomoci při úrazech, které běžně vznikají v přírodě, festival outdoorových filmů Expediční kamera, kuchařská show na různých typech grilů nebo kurz fotografování pod vedením vítěze Czech Press Photo.

Více na www.vystavastanu.cz

Kde najdete Svět outdooru

Kde získat magazín Svět outdooru

Magazín Svět outdooru naleznete zdarma ve speciálních stojácích v outdoorových obchodech, magazín je k dispozici i na lezeckých stěnach. Přinášíme přehled distribučních míst, aktuální seznam naleznete také na SvetOutdooru.cz.

Jak si magazín nechat posílat jen za poštovné

Chcete-li mít jistotu, že magazín v obchodech nepropásnete, můžete si

ho nechat zasílat kamkoli chcete pouze prakticky za cenu poštovného, za 79 Kč za rok (4 čísla časopisu). Stačí vyplnit jednoduchý formulář na SvetOutdooru.cz. Časopis zasíláme jen v rámci České republiky.

Máte obchod a chcete distribuovat Svět outdooru?

Rádi vás připojíme k následujícímu seznamu, kontaktujte redakci Světa outdooru na adrese redakce@svetoutdooru.cz.

Obchody – Čechy

ŠÍŘER
Intersport
TOP SPORT
UPSPORT
MILITARY RANGE
ROAD outdoor centrum
WODÁKOVY WJECI
SPORT VOŘÍSEK
HUDY SPORT
RAMPA SPORT
Sport SW
KB sport HK
ROCK POINT
ARMYSHOP.CZ
Kola Dvořák
(VODÁK SPORT Chomutov)
HUDY SPORT
HUDY SPORT
TREKSPORT
HUDY SPORT
HUDY SPORT
HUDYsport Kladno
SPORT VOSYKA - INTERSPORT
SAMBARS SPORT
HANNAH
REJOICE SHOP KLATOVY
HUSKY OUTDOOR SHOP
OUTDOOR & DIVING CENTRUM
VIKING outdoor
CYKLO - OUTDOOR
ADRENALIN CENTRUM
HUDY SPORT
HUSKY OUTDOOR SHOP
HMSclub
ROCK POINT
HANNAH
ROCK POINT
WINDSPORT
CYKLO & HOBBY
NORTH TRAPPERS
MILITARY RANGE
CAMPING MARKET
HUSKY OUTDOOR SHOP
ČESKÝ RÁJ OUTDOOR SPORTS
HUDY SPORT
HUDY SPORT
PINGUIN
BMK
FANZY SPORT
CK POZNÁNÍ
HUDY SPORT
HUSKY OUTDOOR SHOP
HANNAH
Hotel Luční bouda
Hotel Labská bouda
Hudysport Plzeň

Beroun, 266 01, V Plzeňské Bráně 1, www.sirer.cz
Česká Lipa, 470 01, OD Andy, Erbenova 2906, www.intersport.cz
Česká Lipa, 470 01, Hrnčířská 737
Česká Lipa, 470 01, Moskevská 8
České Budějovice, 370 01, J.S. Baara 2658/60, www.militaryrange.com
Havlíčkův Brod, 580 01, Smetanovo nám. 3290, www.roadoutdoor.com
Havlíčkův Brod, 580 01, Kpt. Jaroše 1852, www.wodakovywjeci.cz
Hořovice 268 01, Valdecká 355
Hradec Králové, 500 02, Šafaříkova 581/b, www.hudy.cz
Hradec Králové, 500 02, Tl.Karla IV 789, www.rampasport.cz
Hradec Králové, 500 02, Resselova 600, www.ssewerout.cz
Hradec Králové, 500 03, Pospíšilova 281, www.kbsport.cz
Hradec Králové, 500 09, OC Futurum, Brněnská 1825/23A, www.rockpoint.cz
Hronov, 549 31, Slavkov-Studýnka 160, www.armyshop.cz
Chomutov, 430 01, K. Světlé 1934, www.vodak-sport.cz
Jablonec nad Nisou, 466 01, Podhorská 22, www.hudy.cz
Jihlava, 586 01, Kosmáková 21, www.hudy.cz
Jindřichův Hradec, 377 01, Růžová 32,
Karlový Vary, 360 00, Západní 11, www.hudy.cz
Karlový Vary, 360 00, Na Vyhlídce 67, www.hudy.cz
Kladno, 272 01, Váňova 590, www.hudy.cz
Kladno, 272 01, NC Shopping JIH, ul. Americká 32/52, www.sportshop-kladno.cz
Kladno – Křečehlavy, 272 01, Dělnická 244, www.sambarsport.cz
Klatovy, 339 01, ul. Kpt. Jaroše 51, www.hannah.cz
Klatovy, 339 01, Vančurova 52/I, www.rejoice-kt.cz
Klatovy, 339 01, Pražská 26/1, www.husky.cz
Kolín, 280 02, Obecní Dvůr 8, www.outdiv.cz
Krátký, 561 69, Velké náměstí 366, www.viking.cz
Kraslice, 358 01, Havlíčkova 5, www.kolo.cz
Liberec, 460 01, Na Bidě 657/8a, www.adrenalin-centrum.cz
Liberec, 460 01, 5.května 11, www.hudy.cz
Liberec, 460 01, Pražská 138/16, www.husky.cz
Liberec, 460 01, Baarova 527, www.hmsclub.cz
Liberec, 460 01, OC FORUM, Soukenné nám. 2a/669, www.rockpoint.cz
Liberec – Doubi 460 03, OC NISA, České mládeže 456, www.hannah.cz
Liberec – Doubi 463 03, OC NISA, České mládeže 456, www.rockpoint.cz
Liberec 1, 460 01, Zámečnická 4 (pěší zóna Moskevská), www.windsport.cz
Litoměřice, 412 01, Lidická 8, www.cyklohoobby.cz
Litoměřice, 412 01, Jarošova 2, www.norskamoda.cz
Litvínov, 436 01, Tržní 330, www.militaryrange.com
Lomnice nad Popelkou, 512 51, Palackého 615, www.campingmarket.cz
Louny, 440 01, Beneše z Loun 142, www.huskylouny.cz
Mladá Boleslav, 293 01, Nerudova 616/30, www.ceskyraj.com
Mladá Boleslav, 293 01, Železná 119, www.hudy.cz
Most, 434 01, Budovateli 2957/2, www.hudy.cz
Náchod, 547 01, Bežovská 187, www.pinguinc.cz
Nová Paka 509 01, F. Procházky 393 (proti MSK), www.bmk.cz
Nová Paka 509 01, Masarykovo n. 327
Pardubice, 530 02, Palackého třída 2744, www.poznani.cz
Pardubice, 530 02, 17.listopadu 400, www.hudy.cz
Pardubice, 530 02, Palackého 1929, www.husky.cz
Pardubice, 532 30, OC Palác, Masarykovo náměstí 2799, www.hannah.cz
Pec pod Sněžkou, 542 21, Pec pod Sněžkou 203, www.lucnibouda.cz
Pec pod Sněžkou, 542 21, Pec pod Sněžkou 203, www.labskabouda.cz
Plzeň, 301 00, Goethova 2, www.hudy.cz

HUSKY OUTDOOR SHOP

ROCK POINT
TREKKING SPORT
SURF & KITE Shop
TRIMM SPORT
CK LOUDATOUR
LIMAN SPORT
HANNAH
ROCK POINT E-SHOP
H2O SPORT - SIKYTA
ALPSPOK
CK POZNÁNÍ
HUDY SPORT
HUDY SPORT
JB SPORT
KIWI - svět map a průvodců
REJOICE SHOP PRAHA
ROCK POINT
ROCK POINT
TREKKING SPORT
Klub českých turistů
HANIBAL
PATAGONIA Praha
HANIBAL
HUDYsport Slezská
HUMI OUTDOOR
Klub českých turistů Praha
Česká Hostelová Asociace
TESTUDO
HUSKY OUTDOOR SHOP
CK S.E.N.
FERRINO - GLUMSTORE
ROCK POINT
KEEN
HUSKY OUTDOOR SHOP
ROCK POINT
TARZAN outdoor klub mládeže
HIKO SPORT - Vodácké centrum
ROCK POINT
PROSPORT PRAHA
HUDY SPORT
MEINDL - firemní prodejna
VAVRYS - prodejna PRAHA
HUSKY OUTDOOR SHOP
Vodácké a turistické centrum
Honza
ROCK POINT Outlet
Ski a Bike Centrum Radotín
AQUA BM SPORT - Vodácký Ráj
ROCK POINT
HUDY SPORT
HUSKY OUTDOOR SHOP
ROCK POINT Outlet
FERRINO CZ
HARFA - Vodácké centrum

Plzeň, 301 00, Bezručova 3, www.limansport.cz
Plzeň, 301 00, Americká 54, www.rockpoint.cz
Plzeň, 301 00, Nám. republiky 21, <http://shop.trekking-sport.eu>
Plzeň, 312 09, Tešínská 14, www.konig.cz
Plzeň, 322 00, Chebská 79/23, www.trimm.cz
Plzeň, 326 00, Mikulášské nám. 10, www.loudatour.cz
Plzeň, 326 00, Slovanská tř. 31, www.limansport.cz
Plzeň – Cernice, 326 00, OC Olympia, Písecká 1, www.hannah.cz
Plzeň – Křimice, 322 00, West Business Center, budova A, Chebská 545/13, www.rockpoint.cz
Plzeň 1, 110 00, Bilá Hora, 301 00, Zrušská cesta 1743/104, www.pujcovnalode.cz
Praha 1, 110 00, Na Florenci 35, www.alpsport.cz
Praha 1, 110 00, Krakovská 18, www.poznani.cz
Praha 1, 110 00, Na Perštýně 14, www.hudy.cz
Praha 1, 110 00, Havlíčkova 11, www.hudy.cz
Praha 1, 110 00, Dlážděná 3, www.jbsport.cz
Praha 1, 110 00, Jungmannova 23, www.mapykiwi.cz
Praha 1, 110 00, Jindřišská 30, www.rejoice-e-shop.cz
Praha 1, 110 00, Na Poříčí 10, www.rockpoint.cz
Praha 1, 110 00, Martinská 2 (Na Perštýně), www.rockpoint.cz
Praha 1, 110 00, Martinská 2, www.trekkingssport.cz
Praha 1, 110 05, Revoluční 1056/8a, PO box 37, www.kct.cz
Praha 1, 110 00, Senovážné náměstí 20, www.hanibal.cz
Praha 1 – Staré Město, 110 00, Revoluční 655/1, www.patagonia.com
Praha 2, 120 00, Korunní 16, www.hanibal.cz
Praha 2, 120 00, Slezská 8, www.hudy.cz
Praha 2, 120 00, Myslíkova 32, www.humi.cz
Praha 2, 120 00, Fügnerova nám. 3, www.kct.cz
Praha 2, 120 00, Sokolská 11
Praha 2, 128 00, Jaromírova 26, www.testudo-sport.cz
Praha 2 – Nové Město, 120 00, Žitná 1, www.husky.cz
Praha 3, 130 00, Korunní 1171/79, www.ksen.cz
Praha 3, 130 00, Jičínská 8, www.glumstore.cz
Praha 3, 130 00, Palác Flóra, Vinohradská 151, www.rockpoint.cz
Praha 3, 130 00, Palác Flóra, Vinohradská 151, www.rockpoint.cz
Praha 3, 130 00, Vinohradská 118 (Boleslavská 13), www.husky.cz
Praha 4, 142 00, Novodvorská Plaz, Novodvorská 134, www.rockpoint.cz
Praha 4, 142 00, Výtěni 365
Praha 4 – Pankrác, 140 00, 5.května 1137/57, www.hiko.cz
Praha 4 – Pankrác, 140 00, Arkády Pankrác, Na Pankráci 86, www.rockpoint.cz
Praha 4 – Újezd, 149 00, Ke Mlýnu 1, www.prosporit.cz
Praha 5, 150 00, Lidická 43, www.hudy.cz
Praha 5, 150 00, Lidická 1, www.meindlboty.cz
Praha 5, 150 00, Lidická 32, www.vavrys-prodejny.cz
Praha 5, 150 00, Štefánikova 41, www.husky.cz
Praha 5, 158 00, Sluneční náměstí 2583/11, www.honza-centrum.cz
Praha 5 – Radotín, 150 00, Vrážská 1507, www.rockpoint.cz
Praha 5 – Radotín, 153 00, Topasová 1/882, www.skiservis.cz
Praha 5 – Smíchov, 150 00, Císařská Louka 27, www.vodackyray.cz
Praha 5 – Smíchov, 150 00, OC Nový Smíchov, Plzeňská 8, www.rockpoint.cz
Praha 6, 160 00, Dejvická 48, www.hudy.cz
Praha 6, 160 00, Dejvická 46, www.husky.cz
Praha 6, 161 00, NC Šestka, Fajtova 1090/1, www.rockpoint.cz
Praha 7, 170 00, Dukelských hrdinů 33, www.ferrino.cz
Praha 7, 170 00, U Topřen 2, www.kajaky.cz

JUN Trenink shop.cz	Praha 7, 170 00, Haškova 629/7, www.junshop.cz
ING. IVAN PRESS – tur. mapy	Praha 8, 180 00, Sokolovská 146/150A, www.trenink-shop.cz
BOATPARK	Praha 8, 182 00, Klecanská 19, www.mapy.byl.cz
NAMCHE – Outdoor, Travel & Climbing Center	Praha 8, 186 00, Sokolovská 146, www.boatpark.cz
SCANDINAVIA	Praha 8 – Libeň, 180 00, Heydukova 1579/6, www.namche.cz
HUSKY OUTDOOR SHOP	Praha 9, 190 93, Galerie Harfa, Českomoravská 2420/15a, www.scandinavia.cz
HANNAH	Praha 9, 190 93, Nákupní galerie HARFA, Českomoravská 2420/15a, www.husky.cz
ROCK POINT	Praha 9 – Letňany, 190 00, OC Letňany, Veselá 663, www.hannah.cz
ALPINE PRO, a.s.	Praha 9 – Letňany, 190 00, OC Letňany, Veselá 663, www.rockpoint.cz
CK ADVENTURA	Praha 10, 101 00, Přípotčnická 10b, www.alpinepro.com
HANNAH Outlet	Praha 10, 101 00, Voroněžská 20, www.adventura.cz
Horská služba ČR	Praha 10 – Štěrboholy, 108 00, Fashion Arena Štěrboholy, Zamenhofova 440, www.rockpoint.cz
CK AJV Příbram	Praha 10, 106 00, Za potokem 46/4, www.hscr.cz
AJV SPORT OUTDOOR	Příbram V, 261 01, OC Nová Zdobov, Žežická 599, www.ajvpribram.cz
Trafika	Příbram VII, 261 01, Osvobození 306, www.ajvpribram.cz
HUDY SPORT	Roudnice nad Labem, 413 01, Nerudova 36, www.obchod-ks.cz
SPORT ZDENĚK SCHWARZKOPF	Strakonice 1, 386 01, U Markety 117, www.hudy.cz
HUDY SPORT	Sušice, 342 01, Náměstí Svobody 50, www.sportsz.cz
HANNAH + KEEN	Tábor, 390 01, Pražská 233, www.hudy.cz
HUSKY OUTDOOR SHOP	Teplice, 415 01, Sříbká 464, www.rockpoint.cz
HUDY SPORT	Teplice, 415 01, Krupská 10/15, www.husky.cz
CK MATES – Prodejna outdoor	Trutnov, 541 01, Bulharská 63, www.hudy.cz
HUDY SPORT	Trutnov, 541 01, Svatohájské nám. 47, www.mates-trutnov.cz
MILITARY RANGE	Ústí nad Labem, 400 01, Masarykova 3125, www.hudy.cz
Play FACTORY	Ústí nad Labem, 400 01, Masarykova 3125/18, www.militaryrange.com
MOIRA Vrchlabí	Ústí nad Labem, 400 11, Mírová 2861 (OD Horizont), www.playfactory.cz
K3 – SPORT	Vrchlabí, 543 01, Svatopluka Čecha 174
	Žďár nad Sázavou, 591 01, Horní 6, www.k3sport.cz

Obchody – Morava a Slezsko

ALPSPORT	Brno, 602 00, Josefská 3, www.alpsport.cz
CK POZNÁNÍ	Brno, 602 00, Nám. Svobody 10, www.poznani.cz
HANNAH	Brno, 602 00, Panská 2/4, www.hannah.cz
KUDRNA	Brno, 602 00, Nádražní 1, hl. nádr. CD – podchod, POBox 714, www.kudrna.cz
ROCK POINT	Brno, 602 00, Masarykova 16, www.rockpoint.cz
ROCK POINT	Brno, 602 00, Galerie Vaňkova, Ve Vaňkovce 1, www.rockpoint.cz
VIKINGTOUR	Brno, 602 00, Kounicova 20, www.ck.cz/info/vikingtour
VODÁK SPORT Brno	Brno, 602 00, Bratislavská 31, www.vodak-sport.cz
HUSKY OUTDOOR SHOP	Brno, 602 00, Lidická 17, www.husky.cz
V-TOUR/ Alpský klub Brno	Brno, 602 00, Údolní 57, www.v-tour.cz
ROCK POINT	Brno – Modřice, 664 42, OC Olympia, U Dálnice 777, www.rockpoint.cz
HUDY SPORT	Brno 2, 602 00, Veveří 13, www.hudy.cz
HUDY SPORT	Brno 2, 602 00, Orlí 20, www.hudy.cz
GUMOTEX – podniková prodejna	Břeclav, 690 75, Mládežnická 3A, č.p. 3062, www.gumotex.cz
GLOBESPORT Havířov Centrum	Havířov, 736 01, Hlavní třída 64/196, www.globesport.cz
HUDY SPORT	Havířov, 736 01, Dlouhá třída 5, www.hudy.cz
PROGRESCENTRUM Obchodní dům	Hranice, 753 01, Tr. 1. Máje 1259/1260, www.ekoprogres.cz
ROCK POINT Outlet	Chvalovice, 669 02, Freeport Hatě 196, www.rockpoint.cz
HANNAH Outlet	Chvalovice, 669 02, Freeport Hatě 196, www.rockpoint.cz
MYSPOUT.CZ	Kašava, 763 19, Držková 181, www.makalu.cz
BIVAK SPORT	Krnov, 794 01, Albrechtická 29, www.berkner.cz
SEDMIKRÁSKA	Kroměříž, 767 01, 1. máje 210/8
CA ADRENALIN CENTRUM	Olomouc, 772 00, Ostružnická 25, www.adrenalincentrum.cz
HORTEZ SPORT	Olomouc, 772 00, Ostružnická 10, www.hortez.cz
MADER SPORT	Olomouc, 772 00, Denisova 20, www.madersport.cz
HUDYsport Olomouc	Olomouc, 779 00, Ostružnická 19, www.hudy.cz
ROCK POINT	Olomouc, 779 00, Riegrova 3, www.rockpoint.cz
HUSKY OUTDOOR SHOP	Olomouc, 779 00, Ostružnická 31, www.husky.cz
SUN SPORT	Olomouc, 783 01, Kyselovská 57, www.sunsport.cz
VODÁK SPORT Olomouc	Olomouc, 784 03, Přáslavice 171, www.vodak-sport.cz
GEKKO SPORT	Opava, 746 01, Ostrožná 19, www.gekkosport.cz
HOROR SPORT	Opava, 746 01, Dolní nám. 25, www.hororsport.cz
TILAK – firemní prodejna	Ostrava, 700 30, Českých Legií 152/8, www.tilak.cz
HUSKY OUTDOOR SHOP	Ostrava, 702 00, Tyršova 28, www.husky.cz
ALPSPORT	Ostrava, 701 00, Tyršova 25, www.eliass.net
ROCK POINT	Ostrava – Moravská Ostrava, 702 00, OC Forum New Karolina, Jantarová 3344/4, www.rockpoint.cz
ROCK POINT	Ostrava, 1 702 00, OC Futurum, Novinářská 6A/3178, www.rockpoint.cz
KEEN	Ostrava 1, 702 00, OC Futurum, Novinářská 6A/3178, www.rockpoint.cz
ROCK POINT	Ostrava Jih, 700 30, Avion Shopping Park, Rudná 3114/114, www.rockpoint.cz
HANNAH	Ostrava Jih, 700 30, Avion Shopping Park, Rudná 3114/114, www.hannah.cz
FACE SPORT	Přerov, 750 02, Mostní 53/13, www.facesport.cz

ALPI SPORT CENTRUM
GLOBESPORT ŠUMPERK
TILAK firemní prodejna
HOLAS SPORT a TURISTIKA
LUKI OUTDOOR SPORT
ROCK POINT
VODÁK SPORT Šumperk
PRO SPORTS ZAVADIL
HUDY SPORT
HUSKY OUTDOOR SHOP
TOP SPORT
LESKO

Lezecké stěny

Flash Boulder Bar
RAJČE – lezecké centrum
Lezecké centrum Klajda
Areál sportu Bystřice nad Pernštejnem
Balvan Boulder Air Point
DAP SPORT
DD Sova Cheb
Makak climbing
Lezecká aréna Jablonce n.N.
Horolezecká stěna Jeseník
Lezecká aréna Jirkov
Lezecká stěna Samsbarsport

Stěna Kopřivnice

L.S.D. – Lezecká Stěna Kuřim
Sokolovna TJ Sokol
HS Technická univerzita
Harcov Liberec
Horolezecké centrum Šutrč
Klub Dubina-Lezecká stěna
AK TJ. Sokol Mšeno
Lezecká stěna
Sokol Nymburk
BLOK CENTRUM
Horolezecká stěna Eliass
Horská chata XL
Gekon boulder bar
Boulder Rock and Wall
HK Ostaš – HO Ostaš
Stěna Týnská Ultraant
BOULDER V SÍTI
Lokal Blok
Lezecké centrum Tendon
Smíchov
Úmleže Lezecká stěna Praha
Ružyně
Mammut
Boulder
Sportovní centrum Palmovka
Horolezecká stěna GUTOVKA
Base Camp Přerov
CAMPING BALDOVEC
Lezecká stěna Rožnov
Fit Studio JITKA
Horolezecká stěna Sobotka
H-centrum
DDM Stříbro
Sportovní hala – PF/KTV
HUDY lezecká stěna v Ústí nad Labem
Ymca
Lezecká stěna Vsetín
HS Napajedla
Lezecká stěna TJ Gumárny
Zubří

Příbor, 742 58, Jičínská 15 (náměstí), www.alpisport.cz
Šumperk, 787 01, Hlavní třída 8, www.globesport.cz
Šumperk, 787 01, Krátká 1, www.tilak-prodejna.cz
Valašské Meziříčí, 757 01, Náměstí 6, www.hollasport.cz
Valašské Meziříčí, 757 01, Polášková 32, www.luki-outdoor.cz
Velký Týnec, 777 00, OC Olympia, Olomoucká 90, www.rockpoint.cz
Vikýřovice, 788 13, Pod Lesem, www.vodak-sport.cz
Vyskov, 682 01, Masarykovo nám. 46, www.prosports.cz
Zlín, 760 01, Vodní 453, www.hudy.cz
Zlín, 760 01, Kvítková 475, www.husky.cz
Znojmo, 669 02, Horní Česká 48, www.topsport.cz
Židlochovice, 664 01, Nádražní 92, www.kostelecky.cz

Brno, 639 00, Jaroslava Foglara 13, www.flashbb.cz
Brno, 602 00, Kounicova, www.rajce.cz
Brno, 614 00, Kulkova 30, www.klajda.cz
Bystřice nad Pernštejnem, 593 01, Dr. Veselého 754, www.arealsportu.cz
Horažďovice, 341 01, Komenského 951, www.airpoint.cz/boulder
Hradec Králové, 5 900 09, Brněnská 302, www.stenahk.cz
Cheb, 530 02, Goethova 26, www.ddmcheb.cz
Jablonce, 466 01, Liberecká 480/104, www.makak.cz
Jablonce nad Nisou, 466 01, Liberecká 480/104, www.lezeckaarena.cz
Jeseník, 790 01, Komenského 257/6, www.hojesenik.cz
Jirkov, 431 11, Ervěnická 1147, www.lezecka-arena.cz
Kladno – Křečehlavy, 272 01, Dělnická 244, www.sambarsport.cz
Kopřivnice, 742 21, Zimní stadion, Masarykovo náměstí 540, www.spsk.koprivnice.org
Kuřim, 664 34, Legionářská 456, www.lezeni.cz
Ledeč nad Sázavou, 584 01, Marie Majerové 1076, www.sokolledec.cz
Liberec, 15 460 15, Na Bohdalcí 715, www.stena-harcov.cz
Liberec 3, 460 07, Hrazená 470/18
Litoměřice, 412 01, Horní Dubina 276/10, www.voda-kamarad.cz
Mšeno, 277 35, Na Skalčích 22, www.mestomseno.cz
Nový Jičín, 1741 01, Hřbitovní 436/55, www.hokailas.com
Nymburk, 288 02, Sedláčková 781/2
Ostrava – Vítkovice, 703 00, Sad J. Jabůrkové 967, www.blokcetrum.cz
Ostrava – Přívoz, 702 00, Hrušovská ul. 20/2953, www.scarpa.cz/stena/
Ostrov, 363 01, Hlavní třída 961/6, www.inkcnet.net
Pardubice, 530 02, Sladkovského 505, gekon-boulderbar.cz
Píseň, 301 00, 5.května 24, www.rockwall.cz
Police nad Metují, 549 54, Ke Koupališti 321, www.hkostas.cz
Praha 1, 110 00, Týnská 17, www.tynskastena.cz
Praha 3, 130 00, Bořivojova 104, www.bouldersviti.cz
Praha 5, 150 00, Nám. 14.října 10, www.lokalblok.cz
Praha 5 – Smíchov, 150 00, Křižová 6, www.stenasmicov.cz
Praha 6 – Ružyně, 161 00, Drnovská 19
Praha 7 – Holešovice, 170 00, Bubenská 1536/43, www.stenaholesovice.cz
Praha 7 – Holešovice, 170 00, U výstavě 11/230, www.boulder.cz
Praha 8, 180 00, Heydukova 6, www.scpalmovka.cz
Praha 10 – Strašnice, 100 00, Gutova 39, www.gutovka.cz
Přerov, 750 02, Kainarova 3260/13a, www.bcpřerov.cz
Rozstání – Baldovec, 798 62, Baldovec 319, www.baldovec.cz
Rožnov pod Radhoštěm, 756 61, ZŠ 5.května 1700, stena-roznov.valachnet.cz
Slaný, 274 01, Tržbišského 1342, www.fitstudiojitka.cz
Sobotka, 507 43, Sobotka 408, www.horolezeckastenasobotka.cz
Staré Hradiště, 533 52, Staré Hradiště 197, www.hcentrum.net/cs
Stříbro, 349 01, Masarykovo nám. 17, www.ddm-stribro.cz
Ústí nad Labem, 400 96, České mládeže 8, pfhla.ujep.cz
Ústí nad Labem, 400 01, Pražská 21, www.hudysteny.cz/usti
Ústí nad Labem – Krásné Březno, 400 07, Drážďanská 106, www.usti.ymca.cz
Vsetín, 755 01, ZŠ Vsetín, Luh 1544, luh.blog.cz
Zlín – Malenovice, 763 02, Husova 793, www.smapapajedla.cz
Zubří, 756 54, Převrátní 1009, lyzari.sweb.cz

CHCETE DISTRIBUOVAT NEBO DOSTÁVAT SVĚT OUTDOORU?

Napište Dáše Jursově, jursova@svetoutdooru.cz

Pojištění horských sportů

Alpenverein

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

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

Alpenverein je možné na počkání sjednat v kanceláři V-tour a jejích pobočkách po celé ČR, stejně snadná je registrace přes internet. Veškeré informace o členství v Alpenvereinu v českém jazyce najdete na www.oeav.cz.



Staňte se členem Alpenvereinu a získejte předplatné Světa outdooru za 59 Kč. (Platí jen u registrace na www.oeav.cz)



VIKING 300

6°C 0°C -14°C
COM LIM EXT



640/300 g	3 l	0 °C
hmotnost/náplň	objem po sbalení	limitní T
90 g	64,5%, RET 2,6	1250 mm
absorbce vlhkosti	paropropustnost	vodoodpudivost

VIKING 300 je letní péřový spacák s menším množstvím náplně a velice nízkou hmotností a tomu odpovídajícím objemem. Viking 300 si najde své místo v batozích, lodních pytlech i na nosičích kol a nebude své uživatele obtěžovat nadměrným objemem, vahou a nočním horkem.

VIKING 600

-3°C -9°C -28°C
COM LIM EXT



1075/600 g	7 l	-9 °C
hmotnost/náplň	objem po sbalení	limitní T
180 g	64,5%, RET 2,6	1250 mm
absorbce vlhkosti	paropropustnost	vodoodpudivost

VIKING 600 je léty prověřený univerzální standard do běžných třísezonních podmínek našeho podnebného pásma. V řadách široké outdoorové veřejnosti oblíbený pro rozumný poměr mezi náklady na jeho pořízení a službou, kterou svým uživatelům poskytuje.

VIKING 900

-7°C -14°C -34°C
COM LIM EXT



1395/900 g	11 l	-14 °C
hmotnost/náplň	objem po sbalení	limitní T
270 g	64,5%, RET 2,6	1250 mm
absorbce vlhkosti	paropropustnost	vodoodpudivost

VIKING 900 je třísezonní spacák se zaměřením na jaro a podzim. S necelým kilem a půl celkové hmotností je slušnou „ekonomickou třídou“ s poměrně vysokým loftem a dlouhou životností. Je to řešení pro chladnější noci nebo zimomřivější spáče.



 **WARMPEACE**
outdoor equipment since 1986

www.warmpeace.cz

KDE NAJDETE SVĚT OUTDOORU?

- více než 200 outdoorových obchodů
- 44 lezeckých stěn
- 40 vysokých škol a kolejí
- 500 ks odebírá Horská služba pro své spolupracovníky; 150 ks Klub českých turistů
- 1000 ks jde profesionálům v oblasti outdooru přímo poštou
- na outdoorových veletrzích
- členové Alpenvereinu (sekte Edelweis / V-Tour) mají ukázkové číslo magazínu zdarma a možnost zvýhodněného předplatného za 59 Kč ročně

CHCETE DISTRIBUOVAT NEBO DOSTÁVAT SVĚT OUTDOORU?

Napište Dáše Jursově,
jursova@svetoutdooru.cz

Svět outdooru 3/2013
Magazín o vybavení, cestách,
expedicích a osobnostech

Vychází 4× ročně,
toto číslo vyšlo v červnu 2013
Vydává Outdoor media, s.r.o.
Fričova 3, Praha 2, 120 00
IČ 26194554

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

Šéfredaktor: Jiří Červinka
Redakční tým: Petra Greifová, Kateřina Smolová, David Gladiš, Petr Macháček, Jan Hotmar, Vojta Lejsek, Zdeněk Hübšt, Honza Haráč, Jan Štoviček, Karel Karlos Vidlák, Michaela Kofrová, Lenka Klečková
Spolupracovníci: Honza Novotný, Ondřej Müller, Pavel Krupka, Ladislav Sieger, Ladislav Vlk, Dáša Jursová, Vladimír Břeh Fořt, Ivan Jánský, Marie Durajová, Vladimír „Střihoun“ Střihavka

Inzerce: Ondra Müller, muller@svetoutdooru.cz
David Gladiš, david.gladis@hedvabnastezka.cz
Vladimír Břeh Fořt, fort@svetoutdooru.cz
Dáša Jursová, redakce@svetoutdooru.cz

Jazyková úprava: Honza Velíšek
Grafická úprava: Veronika Bracková
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. Zkratka PR označuje 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 2013, 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.pohora.cz/svet-outdooru.


pinguin
OUTDOOR EQUIPMENT





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

Photo: Klaus Kranebitter

Location: Valais / Switzerland



WHAT GIVES YOU LIFE?

Marmot
FOR LIFE



 **driclime®**

Marmot
Highland
Pant