

MILAN POHL ILUSTROVAL ŠTĚPÁN DRAŠTÁK

TURISTICKÝ zápisník

KAK SI UŽÍT VÝLET DO PŘÍRODY!
**TIPY
A
RADY**



FRAGMENT

Turistický zápisník

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na

www.fragment.cz

www.albatrosmedia.cz



Milan Pohl

Turistický zápisník – e-kniha

Copyright © Albatros Media a. s., 2017

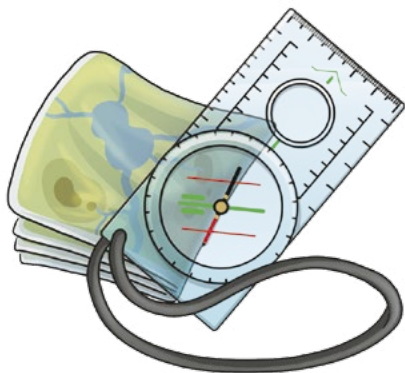
Všechna práva vyhrazena.

Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována
bez písemného souhlasu majitelů práv.

ALBATROS  **MEDIA a.s.**

MILAN POHL ILLUSTROVAL ŠTĚPÁN DRAŠŤÁK

TURISTICKÝ zápisník



FRAGMENT

Obsah

1. Vyrážíme na výlet.	5
Jak naplánovat trasu	5
Jak si sbalit batoh.	8
Několik rad, jak se pohybovat v krajině	14
Koho můžeš potkat v lese	15
2. Orientace v přírodě	27
Turistické značení.	27
Mapy.	31
Mapový kvíz	42
Buzola.	44
Určení azimutu	45
GPS.	47
3. Příroda	52
Chráněná území	52
Nebezpečí v přírodě.	57
Táboření	62
4. Zdraví	68
První pomoc	68
Užitečné rady	72
5. Zábava	74
Hry na výlety.	74
Geocaching aneb Moderní hledání pokladů	78
Turistické sběratelství.	84

1.

VYRÁŽÍME NA VÝLET

Chceš zažít dobrodružství? Lákají tě hrady a zříceniny jako vystřižené z historických filmů nebo napínavých fantasy? Líbí se ti skalnatá údolí, ve kterých by se mohli prohánět kovbojové, či jeskyně a doly, kde by trpaslíci mohli kutat zlato? Nebo chceš objevovat stopy dávné minulosti, pomníky zašlých událostí, doklady života našich předků? Anebo snad dáváš přednost krásám přírody?

Tohle všechno můžeš v rozmanité české krajině najít, často jen pár kilometrů od svého domova. Stačí vzít mapu a pustit se do plánování...

JAK NAPLÁNOVAT TRASU

Nejdříve si ujasni, **kam** se chceš vypravit a **kolik času** na to budeš mít. Svůj **cíl si najdi na turistické mapě** a prohlédni si cesty, které k němu vedou, nejlépe ty barevně značené. Zjisti, jestli je poblíž vlakové nádraží nebo autobusová zastávka, kam můžeš přijet a odkud se snadno dostaneš domů. Taky se nezapomeň podívat, jestli jsou v oblasti nějaká další zajímavá místa.

6 TURISTICKÝ ZÁPISNÍK

Pak si podle mapy spočítej, **jak dlouhá bude trasa**. Pokud máš na výlet jedno odpoledne, délka trasy by neměla přesáhnout 15 kilometrů – při pohybu v kopcovitém terénu neujdeš víc než 3 kilometry za hodinu (km/h), na rovině ujdeš zhruba 4 km/h. Nejspíš budeš dělat zastávky na svačiny, kvůli kterým se průměrná rychlost ještě o něco sníží.

Trasa celodenního výletu může měřit 20 kilometrů i víc, ovšem vždy ji přizpůsob svým fyzickým možnostem! Pokud zatím nechodíš na delší túry, je lepší začít kratšími, třeba jen několikakilometrovými výlety.

Než vyrazíš, zkontroluj **předpověď počasí** (velmi podrobnou najdeš například na webu yr.no) a podle ní

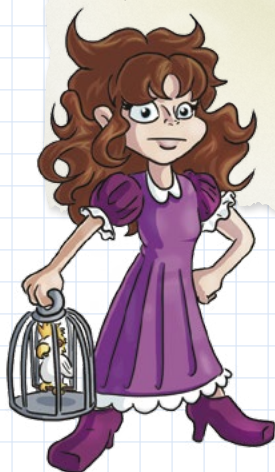


se oblékni. Nezapomeň si na cestu zabalit jídlo, pití, pláštěnku a další důležité věci – viz dále.

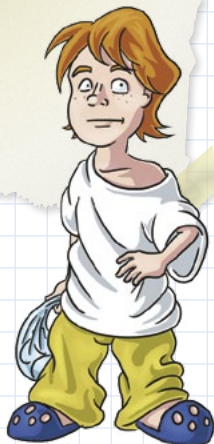
PLÁNOVÁNÍ NA NETU



Velmi pohodlné plánování výletů nabízí mapový portál **Mapy.cz**. Nejprve vlevo nahoře klikni na rámeček „Změnit mapu“ a vyber „Turistická“. Pomocí vyhledávání nebo přibližování (+/-) si najdi oblast, kterou potřebuješ. Potom vpravo nahoře klikni na záložku „Plánování“ a vyber symbol chodce. Kliknutím do mapy zadej počáteční a cílové místo výletu. Portál ti zobrazí celkovou délku trasy, odhadovanou dobu chůze i převýšení.



**Takhle
tedy ne!**



JAK SI SBALIT BATOH

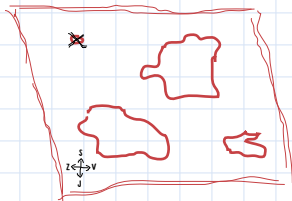
Na každou výpravu či výlet si vezmi batoh s nezbytnými zásobami a vybavením.

Na **odpolední výlet** ti stačí malý batůžek, kam se vejde lahev s vodou, svačina, peněženka, mobil a mapa.

Na delší, **několikadenní výpravu** budeš potřebovat pořádnou krosnu, která pojme nejen náhradní oblečení, ale taky spacák, karimatku, hygienické potřeby, ešus a potřeby na vaření.

Při **nocování v přírodě** nebo kempu budeš potřebovat stan nebo alespoň celtu, která tě ochrání před deštěm a rosou.

Při balení velkého batohu obecně platí pravidlo, že **těžké věci** by měly přijít dolů a k zadům. Ešus a věci na vaření, těžké potraviny nebo spacák tedy ukládej do batohu jako první. Naopak snadno **po ruce** by měla být **lahev s vodou, lékárnička, nůž a samozřejmě mapa**.



LÉKÁRNIČKU NEPODCEŇUJ!

Kromě náplastí, obvazů a dezinfekčního spreje může přijít vhod alufólie proti prochladnutí, kterou seženeš v každé lékárně. Je skladná a není drahá.

NA JEDNODENNÍ VÝLET:

- ✓ jídlo
- ✓ pití (1 litr na půlden)
- ✓ mapa, případně také buzola nebo GPS
- ✓ speciální oblečení podle předpovědi počasí (pláštěnka, čepice proti slunci, krém na opalování apod.)
- ✓ baterka, nejlépe čelovka (pokud se budeš pohybovat potmě)
- ✓ peníze, doklady, mobil

NA NĚKOLIKADENNÍ VÝLET:

- ✓ všechno, co platí pro jednodenní výlet
- ✓ spacák (v létě stačí běžný, v zimě je potřeba mnohem silnější a teplejší)
- ✓ karimatka
- ✓ stan nebo celta (podle potřeby) →