

55 tipů, kam na výlet

Outdoor

Outdoorový průvodce

PRAHA

a okolí



horydoly

cyklistika

inline

lezení

běhání

turistika

vodní turistika

koupání

bruslení

 GRADA

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Používání elektronické verze knihy je umožněno jen osobě, která ji legálně nabyla a jen pro její osobní a vnitřní potřeby v rozsahu stanoveném autorským zákonem. Elektronická kniha je datový soubor, který lze užívat pouze v takové formě, v jaké jej lze stáhnout s portálu. Jakékoliv neoprávněné užití elektronické knihy nebo její části, spočívající např. v kopírování, úpravách, prodeji, pronajímání, půjčování, sdělování veřejnosti nebo jakémkoliv druhu obchodování nebo neobchodního šíření je zakázáno! Zejména je zakázána jakákoliv konverze datového souboru nebo extrakce části nebo celého textu, umisťování textu na servery, ze kterých je možno tento soubor dále stahovat, přitom není rozhodující, kdo takovéto sdílení umožnil. Je zakázáno sdělování údajů o uživatelském účtu jiným osobám, zasahování do technických prostředků, které chrání elektronickou knihu, případně omezují rozsah jejího užití. Uživatel také není oprávněn jakkoliv testovat, zkoušet či obcházet technické zabezpečení elektronické knihy.



55 *tipů, kam na výlet*

outdoor

Outdoorový průvodce

PRAHA a okolí



Jakub Turek a kolektiv

Outdoorový průvodce

PRAHA a okolí

Kolektiv autorů Horydoly.cz:

Filip Kolman, Jakub Kašpar, Martin Komárek

Vydala Grada Publishing, a.s.

U Průhonu 22, 170 00 Praha 7

obchod@grada.cz, www.grada.cz

tel.: +420 220 386 401

fax: +420 220 386 400

jako svou 2832. publikaci

Odpovědná redaktorka Magdaléna Jimelová

Grafická úpava a sazba Eva Hradiláková

Fotografie Hana Suchá (17, 24, 31–33, 48, 84, 103–107),

Jan Hásek (108–110), Martin Komárek (42, 85–88), Petr Králík (105),

Michal Dvořák (54), Jakub Turek (12–16, 18–23, 25–26, 36–41, 49–74,

82, 89–94, 112–116), Fotobanka.cz (102), Aqua Centrum Lagoon (99),

Žluté lázně (98), Xterra Czech (83), Žaket (75) a archiv Grada Publishing

Návrh obálky Eva Hradiláková

Počet stran 120

První vydání, Praha 2007

Vytiskly tiskárny PBTisk Příbram

Prokopská 8, Příbram IV

Všechna práva, především právo na rozmnožování a šíření díla, stejně jako právo na překlad, jsou vyhrazena. Žádná část tohoto díla nesmí být v jakékoliv formě reprodukována bez písemného povolení vydavatelství, též nesmí být použitím elektronických systémů zpracovávána, zálohována, rozmnožována nebo šířena.

© Grada Publishing, a.s., 2007

ISBN 978-80-247-2005-0 (tištěná verze)

ISBN 978-80-247-6255-5 (elektronická verze ve formátu PDF)

© Grada Publishing, a.s. 2011

OBSAH

KAŽDÝ DEN, KAŽDOU HODINU, KAŽDOU MINUTU

MĚSTO K OBJEVOVÁNÍ	9
--------------------------	---

MAPA PRAHY A OKOLÍ S VYZNAČENÝMI VÝLETY	10
---	----

CYKLISTIKA

1. Manifestační cyklojízdy	12
2. Den bez aut	16
3. Prokopské údolí na kole	17
4. Cyklostezka přes Rohanský ostrov	22
5. Greenway Botič	24
6. Modřanská cyklostezka podél Vltavy	27
7. Z Výtoně až do Kralup	31
8. Parkové cyklookruhy Kolčavka – Freyova	32
9. Podél říčky Kocáby	34
10. Šerý dávnověk Královic	36
11. Okoř – pohoda i adrenalin	38

METROPOLITNÍ INLINE

12. Letná	42
13. Stromovka	44
14. Výtoň – Braník – Modřany	46
15. Ladronka	47
16. Černý most	47
17. Vítkov	48

SKALNÍ LEZENÍ

18. Dobrodružné horolezectví v Řeži	49
19. Mařenka jako na horách	52
20. Až ztichnou Bílé skály	55
21. Divoká Šárka – tramvají do skal	58
Dívčí skok	58
Žabák	58
Dlouhé hřebeny	59
Kuriozity vzadu v údolí	60

22. Klasické lezení v Černolicích	62
23. Hladké plotny v Hlubočepch	66
24. Horolezci na Holém vrchu	68
OBTÍŽNOST SKALNÍHO LEZENÍ	69

LEZENÍ NA UMĚLÝCH STĚNÁCH

25. Lezecká stěna na Václavském náměstí	70
26. Gutoffka je ve výborné kondici	73

BĚHÁNÍ A TURISTIKA

27. Dětský orientační běh v pražských parcích	75
28. Legendární běh Velká kunratická	76
JEN TAK SE PROBĚHNOUT	78
29. Hvězda	78
30. Stromovka	79
31. Petřín	80
32. Riegerovy sady	80
33. Krčský les	81
34. Letná	82
35. Hostivař	83

VODNÍ TURISTIKA

36. Přes tři jezy	84
37. Čertovské voleje	85
38. Vodácký kanál Troja	86
39. Populární Rio Botičo	89
40. Rokytka – klidná sestra Botiče	93
STUPNICE OBTÍŽNOSTI ŘEK	96

KOUPÁNÍ A PLAVÁNÍ

41. Koupání jako z filmu pro pamětníky	97
42. Moderní koupání u staré řeky	98
43. Pražačka	99
44. Aquacentrum Lagoon	99

NA BĚŽKY V PRAZE

45. Hostivařská přehrada	100
46. Divoká Šárka	100
47. Ladronka	102
48. Hvězda	102
49. Prokopské údolí	102

BRUSLENÍ

50. Pod vyšehradskou skálou	103
51. Libeň	103
52. Hostivař	104
53. Hamerský rybník	107

A DALŠÍ AKTIVITY NAVÍC

54. Strach a sebeovládání na vysokých lanech	109
55. Bobová dráha na Proseku	111

PŘEHLED VHODNÝCH LOKALIT A PŮJČOVEN

KOUPÁNÍ	113
Venku	113
Uvnitř	114
Na Adama	114
BRUSLENÍ	115
Dočasná kluziště	115
Zimní stadiony	115
UMĚLÉ LEZECKÉ STĚNY	115
SKATEPARKY	116
Velké skateparky s dohledem	116
Menší skateparky	116
PŮJČOVNY OUTDOOROVÉHO VYBAVENÍ	117
PŮJČOVNY LODÍ	117
PŮJČOVNY INLINE BRUSLÍ	117

KAŽDÝ DEN, KAŽDOU HODINU, KAŽDOU MINUTU MĚSTO K OBJEVOVÁNÍ

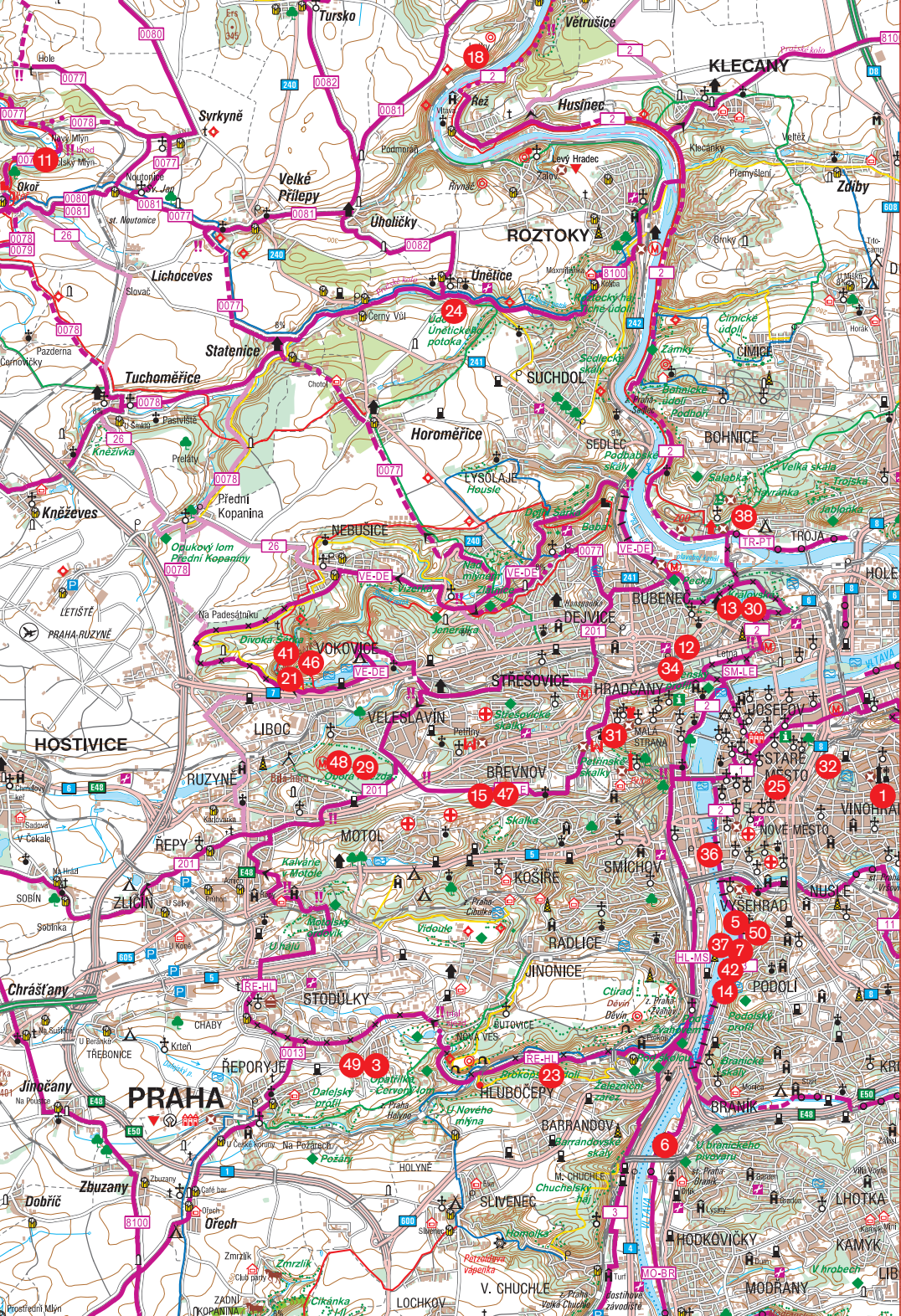


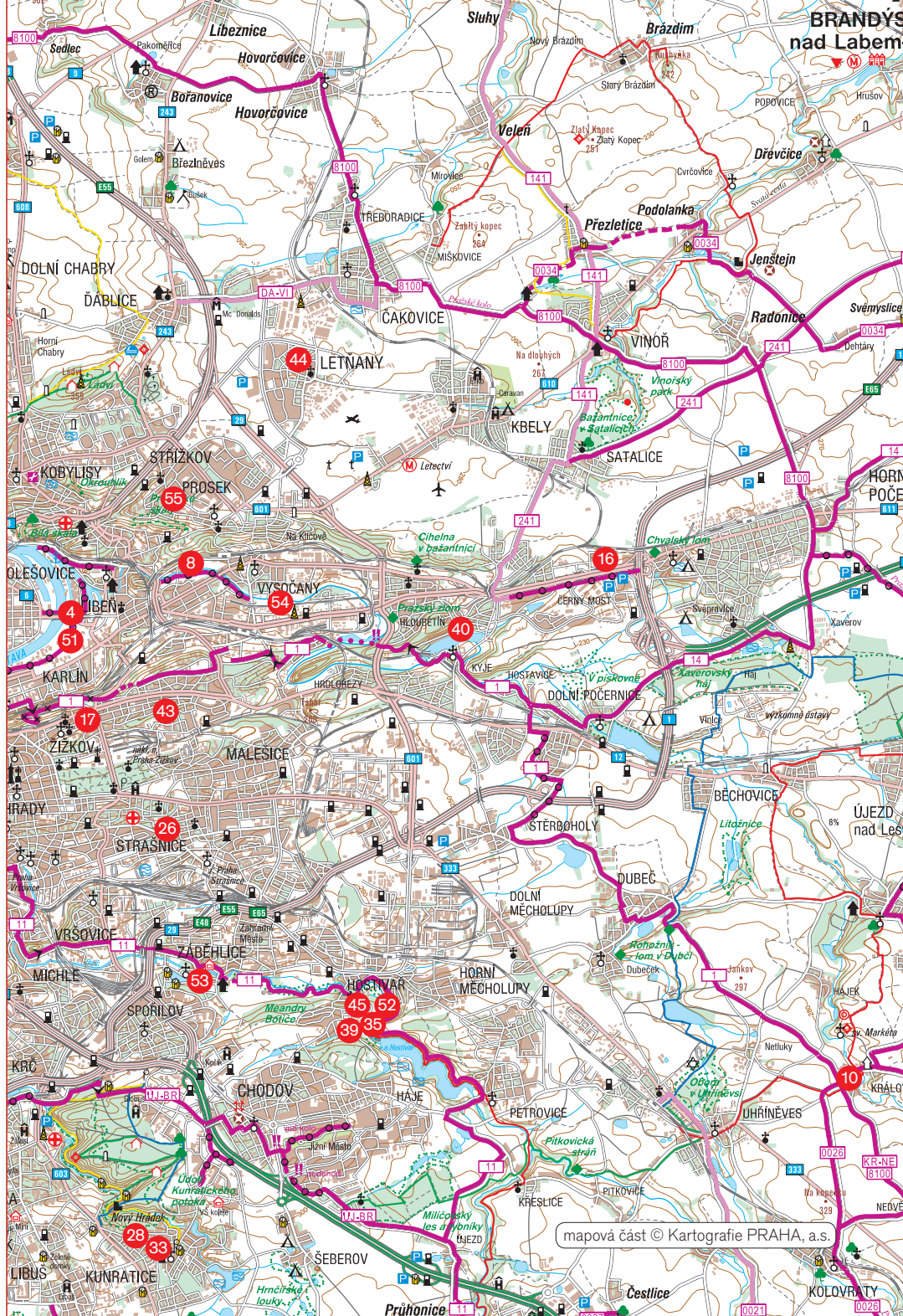
Stověžatá matka měst Praha. Metropole, která neustále překvapuje. Častý host, letmý návštěvník i místní starousedlík objeví každý den něco nového, co ho potěší. Středověký palác má v jejích duších stejnou cenu jako klidný park nebo divoká příroda. Vltava je osou Prahy. K ní směřuje všechno dění, v ní se zhlíží nej důležitější dominanty města. Zároveň je místem vrcholového sportu, rekreačních aktivit i romantického odpočinku. Nevěříte? Půjčte si na Střeleckém ostrově lodičku a nechte se proudem unášet řekou. Okolo budou jezdit výletní parníky, před vámi budou defilovat historické mosty a z hladiny můžete obdivovat

středověké čtvrti na obou březích. Také si můžete na Císařské louce půjčit mořský kajak, sjet si na horském kole Modřanskou rokli, svést se na kolečkových bruslích pod Vyšehradem nebo vylézt s lanem na některý ze skalních útesů v Řeži.

Uprostřed pulsujícího města tak můžete posedět na trávniku v parku, ale také si užít nefalšované dobrodružství. Užijte si město! Inspirací vám může být i tento netradiční průvodce po nejzajímavějších outdoorových lokalitách české metropole.

Jakub Turek





CYKLISTIKA

1 *Manifestační cyklojízdy*

Přestože Praha není cyklistům zrovna příznivě nakloněna, neznamená to, že by se zde nedaly najít pěkné trasy na kolo. Problém může pochopitelně nastat v momentě, kdy nejste zrovna poblíž nějaké cyklostezky, protože na běžné silnici se s cyklisty moc nepočítá a řidiči na ně ohledy zrovna neberou. Na druhou stranu se v Praze dá díky jejímu umístění v členitém terénu, množství železničních tratí, potoků a parků, najít nějaká stezka či méně frekventovaná cesta, kde lze bez kontaktů s automobily na kole jezdit.



V dopravních prostředcích kolařům zrovna nepřejí. Jedině do metra si může cyklista vzít své kolo, autobusy a tramvaje (byť i úplně prázdné) ho nevezmou. Pokud tedy budete mít například úraz nebo kolo poškozené po karambolu, nezbude vám nic jiného, než pokračovat pěšky s kolem v ruce.

Na neuspokojivý stav prostředí pro cyklisty v ulicích hlavního města již několik let upozorňují občanskí aktivisté formou cyklojízdy. Jedná se o pravidelné projíždky Prahou, jejichž trasu i tem-

