NEJVĚTŠÍ ZNAČKOVÁ ŠTĚRBA PRODEJNA JÍZDNÍCH KOL AUTHOR®
VYŽÁDEJTE SI BAREVNÝ KATALOG - ŠTĚRBA, Sezimova 10, 140 00 Praha 4, tel.: (02) 692 49 21, 692 38 80, e-mail: rsterba@volny.cz, info splátky: 0800 159 235, 0602 383 232

1 2001 Ročník V.

DOBRODRUH

ZDARMA

MĚSÍČNÍK PRO AKTIVITY V PŘÍRODĚ

Josef Rakoncaj je naším dosud nejúspěšnějším himálajským horolezcem. Má na svém kontě osm osmitisícovek a jeden významný světový primát. Jako jediný člověk na světě vylezl dvakrát na zřejmě nejtěžší a nejobávanější osmitisícovku – K2. Celkem byl v Himálajích osmnáctkrát, přičemž sám si nejvíce považuje prvovýstupy na nejvyšší horu Indie Nandá Deví severním pilířem, severní stěnou na Kalanku a jižní stěnou na Lhotse Shar. Účastnil se i řady dalších expedic po celém světě a své zážitky zaznamenal ve třech známých knihách.

JOSEF RAKONCAJ RADÍ

BOTY NA TREKY A DO HOR

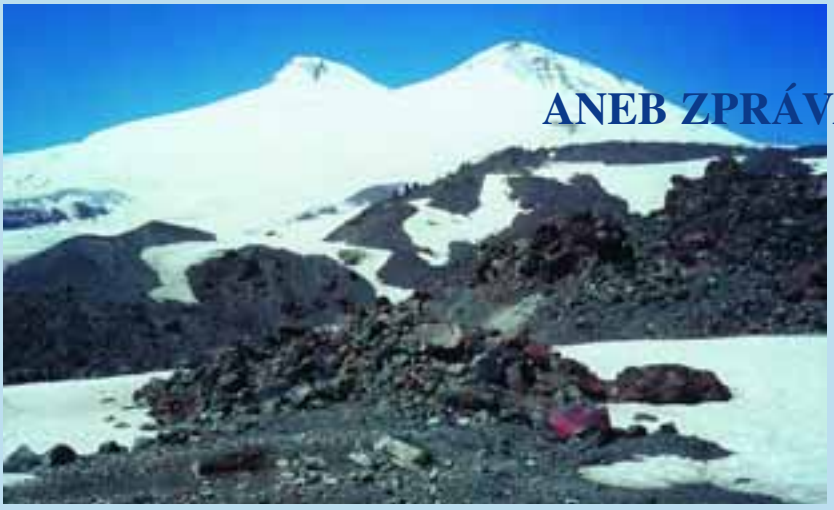
Josef se stal členem nově vzniklé redakční rady časopisu Dobrodruh a bude našim čtenářům pravidelně sdělovat zkušenosti s outdoorovým vybavením, které získal na svých akcích doma i ve světě. Dnes začneme s botami a vším, co s nimi souvisí.

Dá se říci, že pokud se rozhodnete vyrazit na trek nebo přímo mezi oblaka po skále, nejprve se zamyslíte nad tím, jaké boty použijete. Bosi, jako himálajští vysokohorští nosiči, asi chodit nebudete. U bot to tak trochu vše začíná, neboť je budete mít na své výpravě na nohou od rána do večera. Budete je třeba proklínat, mačkat si zhnisané puchýře, nebo naopak si budete pochvalovat, jak jsou skvělé a večer se budete smát láteřícím kamarádům, které bude jímat hrůza nad tím, jak se jim druhý den půjde.

Takže, jaké používáš na svých výpravách boty?

Vozím většinou troje. Obyčejné maratónky, ve kterých většinou dojdu při přesunech pod horu až do základního tábora. Chodím v nich i přes suché ledovce a dá se v nich vyjít hodně vysoko. Trekové boty používám často až od základního tábora. V nejvyšších polohách, na ledu a sněhu, nasazuji skeletové boty. Maratonky ale nedoporučuji těm, kteří nemají s pohybem v těžším terénu příliš zkušeností. Já se to za ta léta naučil a vím, kam a jak mám šlápnout. Trekové boty jsou pro většinu lidí bezpečnější a pohodlnější. Praštit se šutrem do kotníku není nic příjemného a může zkazit celou výpravu. A můžeš se také pohybovat v krajích, kde jsou hadi, kteří dostanou chuť na tvůj kotník.

➡ *Pokračování na str. 8*



ELBRUS

ANEB ZPRÁVA O JEDNOM Z VÝSTUPŮ

Stále více našinců míří v posledních letech k nejvyšší hoře Kavkazu Elbrus, aby si na jejich svazích utvořili výškový rekord, okusili, co s nimi dělá výšková nemoc, nebo prostě zažili dobrodružství, které poskytuje „drsný východ“. Výstup na Elbrus je blíže k vysokohorské turistice než k horolezectví a je finančně mnohem méně náročný než výlet do Himálají nebo amerických velehor. Poskytuje tak možnosti pro aktivní dovolenou poměrně širokému okruhu sportovně a dobrodružně orientovaných lidí. Podívejme se, jak třeba taková malá expedice za hranice „všedních dnů“ vypadá a na co se při jejím plánování připravit.

Nápad vydat se do hor Ruska, země neomezených možností, a zdolat Elbrus, se zrodil celkem náhle v našich myslích při cestách na alpských ledovcích. Asi už jsme si připadali dost silní v kramflecích, tedy v mačkách, a taky jsme chtěli zjistit, jak si naše plíce poradí s výškou nad 5000 metrů nad mořem.

V tu chvíli jsme samozřejmě netušili, že naše cesta za krásou přírodního ledového velikána Kavkazu bude poněkud dobrodružnější, než jsme si dokázali představit.

Naše expedice tedy směřovala do země, která je typická „východní“ mentalitou svých obyvatel. Korupce a úplatkářství jsou zde běžným jevem a těmto praktikám jsme se museli přizpůsobit během cesty. Také psychická příprava na to, že v oblasti Elbrusu neexistuje spolehlivý systém první pomoci a záchrany, byla dost těžká, hlavně pro naše nejbližší přátele, kteří zůstali doma.

Náš den „D“ měl nastat 22. července 2000, do té doby bylo nutné vyřídit veškeré vízové povinnosti, protože jsme se rozhodli cestovat autobusem. Klasická cesta do oblasti centrálního Kavkazu by vedla přes Slovensko, Ukrajinu do Ruska. Bylo potřebné tedy vízum ukrajinské a ruské. Problém byl v tom, že na Ukrajinu začala platit víza pro naše občany od 29. června a nám bylo ukrajinskou ambasádou sděleno, že jsou zaplaveni žádostmi o udělení víz a tu naši nestihnou do termínu odjezdu vyřídit. Zbývala tedy možnost cestovat do Ruska přes Běloruskou republiku. Přes CK se povedlo vybavit potřebná víza a vstupní permity, dále povolení ke vstupu do pohraničních oblastí.

Nutné bylo rovněž devizové vybavení, a to v hodnotě 100 dolarů, ovšem v jednodolarových bankovkách, pokud možno co nejnovějšího data.

22. července v noci jsme překročili polské hranice a blížili jsme se k běloruským. Prohlídka na polské hranici proběhla bez problémů. Nyní nás čekala obávaná běloruská část hraničního přechodu. Když jsme přišli na řadu, oznámil nám běloruský celník, že nemáme potřebná razítka, ale stačí, když se pro ně vrátíme zpátky cca 500 km. Prostě šprýmař. Pokud ale nechceme, bude stačit, když mu dáme 50 dolarů a bude věřit, že je všechno OK. Takže uvěřil a my měli další kontrolu za sebou. Průjezd Běloruskem byl plynulejší, než jsme čekali, a kvalita silnic nás v dobrém překvapovala neustále.

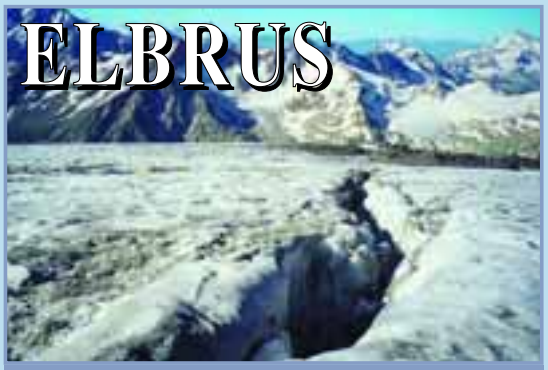
Druhý den nás čekali ruští celníci. Ti náš autobus rovnou odstavili a my měli opět problém získat potřebné razítko, protože se údajně měnila noční směna za ranní a máme přijít tak za dvě hodiny. Dalšímu celníkovi se zase zdálo, že máme v autobuse zbytečně moc věcí, a tak nám navrhl, že si můžeme všechny věci vyložit ke kontrole. Šly na stolek cigarety a ještě byl v zásobě karton českého piva. Hned byla „pečjatka“ v pohotovosti.

Konečně po všech útrapách tedy vjíždíme na půdu slavné Rusi. Všude je všechno ohromné, obrovské prostory, obrovské stroje i auta, i silnice je široká. Všechno vypadá nedodělaně. Jakoby ve výstavbě, ale už strašně dlouho. Každých 50 km stojí policejní stanice GAI a DPS se závorami. Zde je třeba vždy zastavit a počkat na libovůli milice, zda můžeme jet dál, nebo zda nám bude nalezena nějaká závada na vozidle či v dokladech a budeme muset platit. Pro tento případ máme velké zásoby kartonových balení našeho piva.

Během naší cesty Ruskem se k nám postupně začaly dostávat zprávy o živelné pohromě, která se stala v Tyrnyauzu v oblasti Kavkazu. Táním ledovce došlo k rozvodnění řeky a obrovským sesuvům půdy. Tj. údolí Baksanu – Tyrnyauz, které bylo nutné projet, abychom se dostali k našemu základnímu táboru pod Elbrusem, právě prožívalo velké neštěstí. Oblast byla neprodyšně

➡ *Pokračování na str. 2*

ELBRUS



Ledovcová trhlina u Pastuchovských skal.

ANEB ZPRÁVA O JEDNOM Z VÝSTUPŮ

➥ *Dokončení ze str. 1*

uzavřena policií a armádou, vrtulníky evakuovaly postižené obyvatele.

Na další GAIce už nic nepomůže a uniformovaný příslušník nám zamítá vjezd do oblasti. V rychlosti se rozhodujeme objet zával z druhé strany údolí a zkusit štěstí tam.

Cestou se zastavujeme v Nálčiku, zjišťujeme situaci a dokupujeme nějaké zásoby. Čeká nás poslední překážka, GAIka na naší cestě za Elbrusem. Náš řidič se naštěstí vrací společně s ruským uniformovaným vojákem a máme tedy doprovod. Přijíždíme do Tyrnyauz a na vlastní oči vidíme ten zásah vyšší moci. Autobus dál pokračovat nemůže. Balíme tedy vše nutné a smlouváme o ceně ruského Gruzavíku, kterým nás domorodci vyvezou na protější horu a pod příkrým srázem dále do hor. Usmlouvali jsme 1000 rublů za auto. Vzhledem k situaci je cena asi 10x vyšší než normálně.

Kolem 20. hodiny přijíždíme do kempu. Kemp vypadá na první pohled velice příjemně, leží v pěkném prostředí lesa s výhledem na okolní horské velikány. K dispozici máme sprchy s teplou vodou, fotbalové a volejbalové hřiště, ohniště na táborák a dokonce saunu. No super. Ovšem, jak to bývá, není vše ideální. Teplá voda teče dvě hodiny denně (ani to denně není pevné pravidlo), na hřišti se pasou krávy a pokud chceme saunu, musíme ji dopředu zamluvit, někde sehnat dřevo a nejlépe již od rána ji pěkně vytopit.

Další den ráno odcházíme na aklimatizační výstup na Čeget (3400 m n.m.). Většina, aby šetřila síly, vyjíždí lanovkou na hřeben a odtud vychází na vrchol pro aklimatizaci ve větší nadmořské výšce. My hrdinně necháváme lanovku za zády a vydáváme se na pěkný výšlap. Počasí je nádherné, pravé letní vedro. Během čtyř hodin jsme úspěšně na vrcholu. V dáli vidíme náš milý Elbrus.

29. 8. 2000. Dnes začíná čtyřdenní výprava, jejímž cílem by mělo být zdolání nejvyššího vrcholu Kavkazu, nádherného dvojvrcholu Elbrus. Elbrus je vyhaslou sopkou, která má dva výrazné vrcholy, z nichž je vyšší západní vrchol o nadmořské výšce 5642 m n.m. Původní krátery jsou vyplněny ledem. Místní nazývají Elbrus Mingi-Tau – Tisícová hora. Autobus nás veze z našeho kempu do osady Azau až na konec asfaltky, vjíždíme na parkoviště pod stanici kabinkové lanovky. Lanovka dnes jezdí jen do 1. mezistanice, takže nám pomůže o 400 výškových metrů. Z 1. mezistanice už se musíme vydat po svých a s plnou zátěží. Úzká cesta se ztrácí v lávovém suťovisku. Brzy se dostáváme na úroveň okolních ledovců a otvírají se nám úchvatná panoramata. Ve výšce 3500 m n.m., ve stanici MIR, vaříme výživnou polévku a sbíráme síly. Posilněni jdeme dál až do výšky 3800 metrů. Cestou pozorujeme obrovské leskle černé kamenné bloky, které se tyčí kolem nás. Vystupujeme k základně, která je tvořena obrovskými rourami poskytujícími přístřešek. Jdeme po ledovci ještě dalších sto výškových metrů a na lávovém valu stavíme stany. Velká část naší skupiny ale zůstává v útočišti rourové základny. My svazujeme stany k sobě a zajišťujeme kameny. Začínáme pociťovat první příznaky výškové nemoci a bolí nás hlava.

Ráno nás probouzejí brzké sluneční paprsky, vaříme čaj a chystáme se na Prijut 11. Místo rolby používáme raději vlastních nohou. Nasazujeme batoh, rukavice a čepici a vydáváme se směrem vzhůru. S blížícím se polednem se po ledovci řinou proudy vody a my musíme dávat pozor, abychom nepřehlédli nějakou ledovcovou trhlinu. Kousek nad Prijutem 11 (4200 m n.m.) se vynořují z ledovce osamělá skaliska. Je to dobré a vlastně jediné místo pro vybudování tábora. Odpoledne podnikáme menší aklimatizační výstup na Pastuchovské skály. V bivaku nabíráme vodu, dokud ještě není zmrzlá a plníme lahve i na zítra, protože ráno bude vše zamrzlé. Vaříme. Janča baští s chutí, já mám problém sníst pár lžic polévky. Třeští mi hlava, je mně na zvracení a mám zimnici, zalézám teda do útočiště svého pěvného spacího pytle.

Noc byla hrozná, skoro vůbec jsme nespali. Ráno v jednu hodinu vstáváme. Jana vyskakuje velmi čiperně, mě trápí silné bolesti hlavy a velká nevolnost, rozhoduji se tedy ještě vyčkat a vyrazit později. Janča se mezitím už souká do maček a nabíjí svou čelovku svěžími baterkami.

Celá skupina vyráží asi ve dvě hodiny, ležím ještě hodinku, spát stejně nemůžu a pak se taky oblíkám a vydávám se k Pastuchárům. Dělám časté zastávky a s dýcháním to taky není nic moc. Po pár stovkách metrů začínám silně krvácet z nosu, což je znamení k rychlému snížení nadmořské výšky. Sestupuji tedy zpět k bivaku nad Prijut, balím věci a společně s Martinem, který je na tom stejně, sestupujeme níž.

Napadají nás myšlenky, jak se asi cítí ti, kteří se někde v mracích, které halí Elbrus, pokoušejí o jeho zdolání. Jsou asi 2 hodiny v noci a tudíž vyráží za úplné tmy. Asi ve 4 hodiny přicházejí k Pastuchovským skalám, odkud je cesta značená tyčemi. Ty ovšem nachází až po 15 minutách cesty. Ve výšce 5000 m nad mořem začíná svítat, jsou vidět tmavé mraky, které leží na růžově nasvícené obloze. Postupně, jak slunce vychází, začíná osvětlovat vrcholek západního Elbrusu. Už je znát, že jsou dost vysoko, začíná být větší chladno, mrznou prsty u rukou. Také již začíná ubývat sil. Cesta od Pastuchovských skal (4800 m) do sedla (5300 m) se zdá být nekonečná. Není to moc prudké a rychlé stoupání, spíše pozvolná chůze po mírném úbočí, ale zato téměř bez konce. Když konečně doráží do sedla, Elbrus je celý zahalen v mracích a není téměř nic vidět. Vydávají se na vyšší, západní vrchol Elbrusu. Stoupání k vrcholu je prudké, ale ne tak dlouhé. Sil už opravdu moc nezbývá, a tak si vždy počítají 40 kroků a dělají dýchací pauzy. Toto prudké převýšení zdolávají a vrchol Elbrusu je pro ně už na dosah. Posledních několik desítek metrů je nejhorších. Teď i tam, kde není relativně velké stoupání, nejsou schopni ujít více než oněch 40 kroků, které si pořád počítají. S velkým vypětím nakonec v 9.10 hodin vystupují na západní vrchol Elbrusu.

Na moc velké rozjímání není čas, začíná být zima, fouká ledový vítr, takže je nutné vydat se zpět. Jana je tak vyčerpaná, že ani neudrží hlavu, a ta jí neustále padá únavou. Pud sebezáchovy ji nutí jít dál, neboť by zde usnula a mohla zmrznout. Tak pomaloučku sestupuje dál, jde spíše setrvačností, jako by byla hadrový panák. Na Pastuchovských skalách odpočívá a asi ve 14 hodin přichází k bivaku na Prijutu 11. Únavou uléhá do stanu a pokouší se o spánek, který nepřichází. V 17 hodin vstává a vaří první pořádné jídlo dnešního dne. Až do deváté hodiny večerní postupně přicházejí z vrcholu Elbrusu ostatní. Všichni jsou vyčerpaní a i ti sebevětší sportovci nebo horolezci přiznávají, že jim dal Elbrus pořádně zabrat. Někteří si sáhli na dno svých fyzických sil natolik, že sestup k Prijutu 11 už sami nezvládli, a tak museli pomoci kamarádi. „Předpokládané 30% ztráty“ se nekonají, a tak se v bivaku schází všichni.

Údolí Adyl-Su z vrcholu Adyrči.

Mezitím my s Martinem pokračujeme v sestupu. Cestou z Prijutu skoro nemluvíme a naše výrazy ve tvářích jsou dost kamenné. Konečně přicházíme zpět do výšky 3500 metrů k obytným rourám, do výšky, která je pro spiklence s „vejškovkou“ už bezpečná. Dáváme pauzu a vaříme. Ke stanici Mir je to už jen kousek a odtud pokračujeme dolů k 1. mezistanici lanovky. Máme štěstí a opět si pomáháme o 400 výškových metrů, tentokrát směrem dolů. Konečně stojíme na pevné zemi v osadě Azau, naše konverzace už probíhá normálně, příznaky výškové nemoci zmizely.

Když se vrátili všichni naši „ledovcoví borci“ z Elbrusu, děláme třídenní trek na Zelenou Gastinicu, kterou obklopují čtyřtisícové vrcholy Gumači, Viatau, Adyrči a další. Většina z nich je zdolána. Nechybí ani výšlap dolinou Šelda, ke stejnojmennému ledovci. Čelo ledovce je vysoké skoro 35 metrů, jde z něj trošku strach. Z brány ledovce se silou řine ledovcová řeka.

Naše putování po kavkazských velikánech pomalu končí. Zažili jsme dobrodružství, které má pramálo společného s vysokohorskou turistikou v Alpách, kterou jsme dosud znali. Naše asociace při vyslovení země Rusko, budou teď zcela jiné. Pořád už budeme vidět nádherné i drsné hory, prostě absolutně úžasnou přírodu. V myslích zůstanou srdeční a pohostinní lidé, kteří neustále překvapují. Tohle všechno, okořeněné absurdními potížemi, které jsme měli na hranicích a během cesty. Protentokrát pro nás Rusko znamená hory, kde si člověk víc než kdekoliv jinde uvědomí svoji identitu.

I přesto, že nepatřím k človíčkům, kteří zanechali otisk své boty na nejvyšším vrcholu Kavkazu – Elbrusu, tak společně s kamarády, kteří jej zdolali, máme pocit, jako kdybychom stanuli na střeše světa – Mount Everestu.

LUCIE PLICOVÁ

Foto: Plicová Lucie, Krejčíková Jana

V Austrálii se běží nejtěžší závod všech dob

Jarda Kocourek je vegerarián. Domnívá se, že i tento aspekt napomáhá jeho schopnostem rychlé regenarace sil, která bývá u ultravytrvalců rozhodující.

Český ultramaratonec, jedenapadesátiletý Jaroslav Kocourek z Brna, není čtenářům Dobrodruha neznámý. O jeho dvojnásobném triumfu na osmačtyřicetihodinovkách v brněnském pavilonu „Z“ jsme psali podrobné reportáže. Úřadující mistr světa v běhu na 48 hodin pod střechou a evropský rekordman stále ještě vzpomíná na rok 1971, kdy v Německu zaběhl při maratonu tehdejší jedenáctý nejlepší čas na světě (2 hod. 15 min.). Jaroslav Kocourek byl jako jediný čech pozván na dobrodružství, takřka šílené. Australští organizátoři uspořádali pro nejlepší pozvané světové ultramaratonce nejtěžší etapový závod, jaký se kdy na této planetě běžel. Svému projektu dali název TRANSAUSTRALIA FOOT RACE. Závod dlouhý 4806 kilometrů se běží 65 dní bez jediného odpočinkového dne napříč kontinentem z Perthu do Canberry. Do vražedného běhu nebyla pozvána z pochopitelných důvodů ani jediná žena. Jaroslava jsme v tréninkovém chvatu před odjezdem přece jen stihli vyzpovídat.

Jardo, kolikačlenné je startovní pole a jaká to budou např. jména?

Startovní pole bude mít sedmadvacet jmen. Hvězdných jmen – jen namátkou – australský Řek či řecký Australan Yannis Kouros, bez nadsázky nejlepší ultramaratonec století, držitel neskutečného množství rekordů na neskutečné vzdálenosti. Dále trojnásobný mistr světa na 100 km Rus Santalov. Další Rus a další mistr světa na 100 km Kruglikov, Jugoslávec Dušan Mravlje, který třikrát vyhrál Trans Americu z New Yorku do Los Angeles. Silný Maďar Sipos, který zvítězil na 3100 mil v New Yorku a má na svém kontě světový rekord. Další Maďar Bogár, který dvakrát zvítězil v běhu Vídeň–Budapešť. Pozván byl i Američan Tom Possert, Ale nevím, zda účast v závodě přijal.

(Pozn. autora: Toma Posserta jsme nemohli s dotazem na jeho účast vynechat: „Je mi líto, ale nepřijedu,“ svěřil se Tom. „Bojím se australského vedra. Více mi svědčí závody v chladnějším prostředí, či v mrazech Aljašky. Jardovi Kocourkovi, se kterým jsem se nejednou utkal, budu s očima na internetu upřímně držet pěsti. Myslím, že má velké šance.“)

Jak vypadá tvoje příprava na tak náročný ultramaraton?

Stručná odpověď: ráno 20 km, odpoledne 30 km. Denně tedy naběhám 50 km.

Kdy je přesně start a jak bude vypadat trasa závodu?

Startuje se 5. ledna 2001 v přístavu Perth na západním pobřeží Austrálie. Většina trasy povede rovinou, např. poblíž Velké Viktoriiny pouště tzv. Nullarborskou rovinou. Pak se dostaneme do Adelaide. To už se budeme blížit k Melbourne. A odtud přes Sněžné hory. Pořadatelé si vymysleli totální šílenost: přeběh přes nejvyšší vrchol Austrálie – Mt. Kosciusko 2238 m n.m. A potom do cíle – cílovým městem je Canberra, kde musíme být 11. března 2001.

Jak dlouhé budou jednotlivé etapy?

Nejkratší má 50 km, nejdelší 110 km. Denní průměr je plus minus 70 km. Zajímavé je, že běžce nečeká ani jedna jednodenní pauza. Z těch 65 dní se prý běží rovných 40 v absolutní pustině, kde budou problémy s vodou i na pití, o umývání nemluvě. Přitom teploty tam přesahují 50 stupňů Celsia ve stínu.

Existují nějaké zvláštní požadavky pořadatelů?

Každý z účastníků musí mít své vlastní doprovodné vozidlo s vlastním řidičem. Mne bude doprovázet bývalý atlet, dnes pětašedesátiletý Jaroslav Peter. Mluví perfektně anglicky, a to bude bezesporu výhoda.

Jaké budou pricemoney?

Závod je dotován 40 000 australskými dolary.

Jaroslav Kocourek v přípravě na Transaustralia Foot Race uběhl 50 kilometrů denně.

A jak to bude s potravinami?

Část zajistí organizátoři, ovšem z větší části si potraviny i potravinové doplňky musíme zajistit sami. Beru si 10 kg iontových nápojů a výživné doplňky.

Jak se chceš chránit před vražedným sluncem?

Bílou čepicí a plachetkou, chránící týl hlavy. A samozřejmě litry opalovacích krémů. Nechci být hned první dny spálený.

Jakou zvolíš obuv?

Maratonky. Povezu s sebou pět párů bot, snad to bude stačit.

Proč ses vlastně pro tuto šílenost rozhodl?

Když jsem začal s ultramaratony, nechtěl jsem se soustředit na osmačtyřicetihodinovky, ani na šestidenní. Vloni jsem tu nejtěžší – v australském Colacu – vyhrál, a dost se při ní nudil. Mým snem byl běh přes Ameriku, ale ten pak pořadatelé zrušili. Toto je nejtěžší závod, který se za mou běžeckou kariéru pořádá. Myslím, že na něj mám. Dokážu se rychleji zregenerovat než většina soupeřů. Doufám, že mi australský závod bude vyhovovat.

Považuješ tento závod za vrchol své ultramaratonské kariéry?

Rozhodně. Ostatně, nikdy se nic těžšího na této planetě neběželo.

Co na to tvoje žena?

(Jarda se usmívá.) Je už se vším smířena. Ví, že když si něco vezmu do hlavy, má prostě smůlu.

Jaký je tvůj cíl?

Především to chci doběhnout. A pokud možno co nejvíce vpředu.

Pozn. Autora: Zeptal jsem se na šance Jardy Kocourka další ultramaratonské legendy Tomáše Ruska: „Jarda má velké šance, je to mistr v běhu terénem. Myslím, že na dráze by kraloval Yannis Kouros. Ale v podobném závodě by mu to mohl Kocourek natřít.“

Čeho se bojíš, z čeho máš největší obavy?

Je to jako sázka do loterie… Stačí výron nebo nějaká vážnější indispozice a naděje jsou v tahu… Nejvíce se však bojím horka. Vím, že jsem v horku prostě slabší, a také dobře vím, že Kouros snáší horko velmi dobře. Aklimatizace a horko budou největším problémem a já dopředu nemohu vědět, jak se s tím vyrovnán.

Koho považuješ ze největšího soupeře?

Kouros je hvězda a je doma. Nebude si chtít nechat vzít triumf. Rusové a Maďaři už v Austrálii trénují a jsou proklatě silní.

A pocity před startem?

Určitě se na ten podnik velmi těším, ale zároveň mám před takovým závodem respekt.

Kdy odlétáš?

Těsně před Silvestrem – 30. prosince letím do Singapuru, kde zůstanu dva dny a budu trénovat. 2. ledna odlétám do Perthu.

Díky za rozhovor a držíme ti pěsti!

Postskriptum: Fandové ultramaratonu mohou sledovat nejtěžší etapový ultramaraton historie na: www.transaustralia_foot_race.com

JAROSLAV MONTE KVASNICA

Foto: autor

Kocourek i Kouros zraněni, vede Rus

Jaroslav Kocourek i Yannis Kouros bohužel nakonec do závodu nenastoupili. Oba se před závodem zranili. Na start se postavilo 24 borců, z toho devět z Austrálie. Závod je opravdu drsný. Po 16 dnech v něm zůstalo pouze 16 borců. V čase uzávěrky vedl Rus Kruglikov se čtyřicetiminutovým náskokem před Australanem Drerxenem. Třetí Maďar Molnár ztrácel na vedoucího závodníka přes pět hodin, šestnáctý borec přes 60 hodin. Budeme vás informovat, jak to dopadlo.

Nejsem horolezec, jsem dobrodruh.
Walter Bonnatti, přední světový horolezec 50. a 60. let 20. století.

DOBRODRUH
MĚSÍČNÍK PRO AKTIVITY V PŘÍRODĚ

Vychází vždy první týden v měsíci, s výjimkou července a srpna. Je k dostání zdarma v outdoorových, cyklistických a sportovních obchodech, v dobrodružně zaměřených cestovních kancelářích a mapových centrech a knihkupectvích v ČR i na Slovensku. Jejich adresář je uveden v každém čísle. Distribuce zdarma rovněž na vybraných sportovních veletrzích a festivalech.

ŠÉFREDAKTOR
Miloš Kubánek

REDAKČNÍ RADA
Josef Rakoncaj ◆ Miroslav Jakeš
Soňa Vomáčková ◆ Stanislav Henych
Zuzana Hofmannová ◆ Josef Šimůnek
Jiří Havel ◆ Petr Ďoubalík
Oldřich Štos ◆ Petr „Špek“ Slanina
Marek Ročejdl ◆ Tomáš Rusek
Robert Kazík

ADRESA REDAKCE
Dobrodruh, Žirovnická 2389, 106 00 Praha 10, tel.: 0603 55 49 43, fax/zázn.: 02/72 65 61 73, e-mail: cyklo@volny.cz

PŘÍJEM INZERCE
Tel.: 0603 55 49 43, 0602 31 44 24 fax/tel./zázn.: 02/72 65 61 73, e-mail: cyklo@volny.cz, nebo na adrese redakce.

PŘEDPLATNÉ
Přestože je časopis rozdáván zdarma, redakce poskytuje servis pro předplatitele. Ti platí pouze poštovné a distribuční náklady, které činí cca 7,– Kč na číslo. Předplatné lze zaslat složenkou typu C na adresu redakce. Přijímáme pouze předplatné na čísla, která dosud nevyšla. Starší čísla nejsou na skladě! Předplatné od č. 2 do č. 9/2001 činí 56,– Kč.

PŘEDPLATNÉ NA SLOVENSKU
Zajišťuje firma Abopress, Radlinského 27, P.O. BOX 183, 830 00 Bratislava, tel.: 07/52 44 49 79–80, fax/záznamník: 07/52 44 49 81, e-mail: abopress@napri.sk.

VYDAVATEL
PhDr Miloš Kubánek, registrováno MK ČR pod č. 7598. Podávání novinových zásilek povoleno OZ Přeprava Praha, č.j. 726/97 ze dne 19. 2. 1997.
ISSN - 1211 - 751x

Z HISTORIE DOBRODRUHA

Časopis Dobrodruh vychází již pátým rokem. První čtyři roky byl dvouměsíčníkem. Za dobu své existence přinesl desítky článků o dobrodružných aktivitách v přírodě a cestování. Rozhovory mu poskytly četné osobnosti českého, slovenského i světového outdooru, z těch posledních jmenujme třeba Reinholda Messnera, Petera Habelera, Krzystofa Wielickeho, Vikiho Grošejla, Toma Posserta nebo Andrzeje Zawadu.

Reinhold Messner, přední himálajský horolezec a outdoorový průkopník, muž, který jako první na světě vylezl na všech 14 osmitisícovek, projevil přání popřát čtenářům Dobrodruha.

Totéž učinila i další velká persona světového horolezectví, Peter Habeler. Lezec, který mj. spolu s Messnerem jako první na světě vylezl na Mount Everest bez použití kyslíku.

Soutěž pro malé dobrodruhy

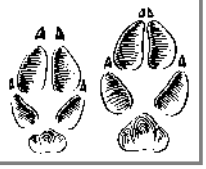
Ve všech devíti číslech Dobrodruha, která vyjdou v letošním roce, najdou malí dobrodruzi ve věku do 14 let jednu soutěžní otázku naší nové Soutěže pro malé dobrodruhy. Milí malí dobrodruhové, pokud se chcete soutěže zúčastnit, schovávejte si nebo si zapisujte otázky a po vyjití posledního letošního čísla v prosinci nám, nejdéle do 10. ledna 2002, zašlete dopisem nebo koresponďákem vašich devět odpovědí na otázky, které v každém čísle vyšly. Vyhraje samozřejmě ten, kdo odpoví na všechny otázky správně, nebo bude mít nejvíce správných odpovědí z došlých dopisů. Pokud vás bude více, budou výherci vylosováni. Výherce čeká deset zajímavých cen z vybavení do přírody, které v letošním roce poskytuje obchod Peksport, Vršovická 462/62, Praha 10. Hlavní cenou je stan v hodnotě 10 000 korun, který vidíte na připojeném obrázku. Výherci i správné odpovědi budou otištěni v č. 2/2002, jež vyjde počátkem února.

Soutěž sponzoruje PEKSPORT Vršovická 466/62, Praha 10, tel.: 02/71 72 34 25

Schovávejte si DOBRODRUHY! Přemýšlejte nad odpověďmi a v prosinci nám je napište.

OTÁZKA Č. 1

Dnešní, první otázka soutěže zní: Stopy kterého, ve volné přírodě u nás žijícího živočicha, jsou na tomto obrázku?



DRBNA

VYŠLY ITALSKÉ ALPY

Ostravské nakladatelství Mirago vydalo další z ediční řady průvodců po horách od Ivo Pelce. Tentokrát jde o sešit Italské Alpy – východ, který popisuje 44 vysokohorských tur od Julských Alp až po Lago di Garda. Doporučená cena je 259 Kč. Na jaro připravuje nakladatelství již pátý svazek této ediční řady – Italské Alpy – západ.

Tre Cime di Lavaredo

CHCETE ZMĚŘIT VÝŠKOVOU NEMOC?

Pokud se chystáte na výpravu do hor a tedy možná i do velkých výšek, určitě vás může zaujmout mašinka, která vám umožní pohybovat se ve výškách s větší jistotou, že nebudete postiženi výškovou nemocí, která může být i osudná.

Nechceme zde rozebírat podrobně příčiny výškové nemoci, neboť se jedná o záležitost z lékařského hlediska poměrně složitou a pro tento článek příliš rozsáhlou. Přesto jen krátce. Každý máme v určité nadmořské výšce svoji pomyslnou čáru, jejíž překročení nám může přivodit zdravotní problémy. Někdo ve 4000 metrech a někdo třeba až v osmi tisících. To je dáno mimo jiné našimi tělesnými dispozicemi, množstvím červených krvinek v krvi a také schopnostmi adaptace na pohyb v prostředí se sníženým obsahem kyslíku. Pokud tuto čáru bez potřebné aklimatizace překročíte, může vás postihnout výšková nemoc, která se projevuje bolestí hlavy, nechutenstvím, zvracením, malátností a zimnicí, ne-li něčím ještě horším. Alespoň tehdy, pokud urychleně nesestoupíte o pár stovek metrů níže, nebo vás nestrčí do přetlakového vaku, který dokáže srazit nadmořskou výšku až o dva tisíce metrů. Ostatně, určitě jste o tomto problému již četli, ne-li si ho vyzkoušeli na vlastní kůži. Být postižen výškovou nemocí není jen záležitostí nejvyšších hor, například Himálají, ale třeba i Alp.

Začínající příznaky výškové nemoci lze někdy rozpoznat u některých jedinců už od 3000 metrů. Je to skutečně u každého jiné.

Pokud si chcete být jisti a při výstupu věcně sledovat stav svého organismu, máme pro vás tip v podobě pulsního oxymetru, který vás bude varovat před překročením výškové hranice, kterou váš organismus bude odmítat.

Pulsní oxymetr SportStat je plastová věcička o velikosti zhruba krabičky zápalek, jejíž mechanismus funguje jako kolíček na prádlo. Zasunete do ní prst, který se prosvítí. Chvíli čekáte a na displeji se objeví dvě hodnoty. Jednak tepová frekvence (proto pulsní oxymetr), ale především hodnota vaší krevní saturace. Ta je pro vás zásadně důležitá, neboť ukazuje nasycenost tepenné krve kyslíkem na základě infračerveného změření množství červeného krevního barviva (hemoglobinu) v procentech. Normální hodnota se pohybuje kolem 95 až 98 %. Pokud tato hodnota dramaticky a rychle klesne, je nejvyšší čas sestoupit níže a lépe se aklimatizovat. Případně sestoupit a do větší výšky se bez další aklimatizace již nevydávat, neboť váš organismus se jí brání. To vše zjistíte průběžným měřením a sledováním hodnot. Jak jste možná správně usoudili, SportStat je vhodný především pro zjišťování správné aklimatizace, která bývá základním předpokladem pro úspěšný výstup.

Otázkou ovšem je, kde je vaše nejnižší hranice saturace, na kterou se můžete dostat. To lze zjistit, aniž byste riskovali výškovou nemoc, pouze vašimi osobními zkušenostmi. Bylo by neseriózní napsat, že se nesmíte například dostat až na 85 %. Záleží individuálně opravdu na každém, co snese a při kolika procentech je vůbec schopen se ještě pohybovat. S každým procentem dolů se vám začne zrychlovat dech, neboť tělo dobře ví, že při zrychlení krevního oběhu se bude krev rychleji okysličovat.

Obecně se dá říci, že zhruba od hodnoty 80 % dolů bývá stav organismu již kritický. Je také jasné, že ve velké výšce se i přes skvělou aklimatizaci na obvyklých 95 % v žádném případě nedostanete.

Měření saturace oxymetrem je metoda, která se používá v lékařství, například na operačních sálech a na anesteziologicko-resuscitačních odděleních.

SportStat však není zcela zadarmo. Jeden kousek si pořídíte bratru za patnáct tisíc korun. Je to dost, ale věřte tomu, že se s jeho pomocí můžete vyvarovat nepříjemným chvilkám. Zvláště vy, kteří s pohybem ve velkých výškách a s aklimatizací máte nulové zkušenosti a možná těžko budete rozpoznávat příčiny, proč vám právě není nejlépe.

SportStat je napájen třemi bateriemi AAA, které vydrží cca 1000 změření. Váží 58 gramů (i se šňůrkou), což je důležitý údaj pro ty, kteří si v horách s ohledem na úsporu hmotnosti ulamují i přebytečnou část zubního kartáčku. Zavěšený na krku tedy nebude příliš vadit.

Lze si jej objednat u turnovské firmy SIR JOSEPH, tel. 0436/325963.

(kany)

HOROKLUB CHOMUTOV
pořádá ve výstavní síni chomutovského SKKS
VÝSTAVU FOTOGRAFIÍ S HOROLEZECKOU TÉMATIKOU
pod názvem **Horolezecká zastavení**, spojenou s výstavou **Dějiny horolezectví na Chomutovsku**. Součástí výstavy bude i **expozice horolezeckého vybavení dob minulých**.
Vernisáž výstavy se uskuteční dne
5. 3. 2001 v 17.00 hodin.
Na závěr vernisáže proběhne v malém sále promítání diapozitivů a beseda s účastníky „Expedice Peru 98“.
Otevírací doba výstavní síně je: Po až Pá 9–17 hodin, So 9–12 hodin. Ukončení výstavy je 28. 3. 2001.
Kontakty: Jiří Šťastný, e-mail: horoklub s-profess.cz, tel.: 0396/62 40 68, www.volny.cz/horoklub/vystava

Nabídka expedic a cest Miroslava Jakeše v roce 2001

- **Grónsko na lyžích**
  Termín: 22. 2.–13. 3., Cena: 38 50,– Kč
- **Špicberky na lyžích**
  Termín: 22. 3.–2. 4., Cena 26 500,– Kč
- **Pěšky po Špicberkách**
  Termíny: 3. 8.–13. 8., 21. 9.–1. 10., Cena: 26 500,– Kč

Připravují se výpravy:

- Ve stopách Vikingů v západním Grónsku (červenec)
- Východní pobřeží Grónska, Island (srpen)

Bližší informace:
Ing. Miroslav Jakeš
Tádžická 1422
101 00 Praha 10
Telefon:
02/72 74 41 58
02/612 63 70
0604 57 30 46

GULLIVER & RAJBAS KLUB

HORY • KOLA • VODA
LYŽE • EXPEDICE

Kavkaz – přechod	29. 6.–22. 7.	*12.900 Kč*
Kavkaz – Elbrus	29. 6.–22. 7. 27. 7.–9. 8.	*12.900 Kč* *12.900 Kč*
Altaj – VHT	25. 6.–18. 7.	*31.700 Kč*
Altaj – rafty	30. 7.–22. 8.	*34.500 Kč*
Ťan-Šan	29. 6.–22. 7.	*38.600 Kč*
Bajkal	7/2001	*31.000 Kč*
Indický Himálaj	29. 6.–29. 7.	*39.000 Kč*
Zéland – turistika	7. 1.–20. 2 '02	*64.000 Kč*
Zéland – kola	15. 11. '01–20. 2. '02	*69.000 Kč*

Dále i Krym, Podkarpatská Rus, Rumunské Karpaty, Slovensko, Jeseníky, Šumava, Rakousko, Dolomity, Mt. Blanc, atd.

Katalog všech typů akcí vám rádi zašleme!

CK Gulliver & Rajbas Klub
Nová 22, 679 61 Letovice
tel./fax: 0501-47 66 47, e-mail: info@ckgulliver.cz
www.ckgulliver.cz + www.rajbas.cz

KLUB CESTOVATELŮ A ROMANTIKŮ
KUDRNA BRNO
CESTOVKA VOSKEŠÍREK MAPY MUZEKA
KATALOG zdarma ČESKY zdarma CZ zdarma ZDARMA

Něco z pestré palety našich netradičních zájezdů:

KAVKAZ - toulání ve velehorských údolích spojené s pokusem o zdolání vrcholu Elbrusu (5.642m). Ideální i pro samostatné skupiny horolezců a trekařů.
29.6.-24.7.01 11.890,-Kč

RUMUNSKO - v deseti týdenních přechodech projdeme nejkrásnější pohoří rumunských Karpat. Letos nově můžete zkusit i jednodenní výlety s přejezdy naším autobusem. Cesty proti času zažijete při poznávání života našich krajanů v Banátu.
celé léto od 3.290,-Kč

VELEBIT - jestliže znáte pobřeží Jadranu jen z auta, tak zde v nejkrásnějších chorvatských horách, objevíte nový svět krasových planin, skalních bludišť a bukových pralesů.
27.9.-7.10.01 4.760,-Kč

S námi můžete také vyrazit do Dolomitů, Pyrenejí, Julských Alp, na Korsiku, do Rakouska, na Ukrajinu, do polských Karpat. Na bicyklu pořádáme téměř třicet cest do všech koutů Evropy.
Cestujeme pěšmo, kolmo, lodmo, letmo, často s polopenzí ale vždy s úsměvem.

Vaše cesty prostorem i časem WWW.KUDRPISY.CZ

Nádražní1, P.O.Box 714, - 663 14 Brno
podchod pod tel. nádražím CD
tel: 05 - 4221 6784 • FAX.: 05 - 4221 6783, mobil: 0606 526269
el.pošta: kudrna@kurpisy.cz

Evropané běhali celý den

V holandském Udenu se koncem roku konalo mistrovství Evropy v běhu na 24 hodin. Závod se uskutečnil na asfaltovém okruhu o délce 2500 m a posledních 45 minut se dobíhalo na 400m dlouhém tartanovém stadiónu. Každý závodník měl na botě umístěný elektronický čip, který snímal každý průběh kola a průběžný počet uběhnutých kol byl znázorňován na elektronické tabuli.

Mistrovský závod absolvovalo 62 mužů a 25 žen z 11 států. Mezi muži zvítězil Lubomír Hrmo ze Slovenska v novém slovenském rekordu 259,273 km, když se do čela závodu dostal až čtyři hodiny před cílem. Druhý doběhl Andrei Kazantsev z Ruska výkonem 257,760 km a třetí Alain Prual z Francie výkonem 255,510 km. Z našich závodníků byl nejlepší Jaroslav Kocourek (letošní mistr světa v běhu na 48 hodin), který obsadil výkonem 225,518 km celkově 11. místo a společně s Vlastimilem Dvořáčkem (letošním vicemistrem světa v běhu na 48 hodin, který měl závod rozběhnutý na výkon kolem 215 km, ale v posledních třech hodinách na něj dolehla veliká krize, kvůli které zůstal čtyři kilometry za osobním rekordem a výkonem 208,218 km obsadil 21. místo) a Petrem Solničkou (187,020 km – 32. místo) vybojovali cenné 5. místo v družstvech pro Českou republiku. Na 36. místě dále doběhl Ivo Šikula (181,795 km), 37. výkonem 177,705 km Miloš Škorpil, který statečně bojoval s chřipkovou virózou a 41. náš nejmladší ultravytrvalec Jan Šourek, který i přes zranění nártu uběhl 156,672 km. V týmové soutěži zvítězila Francie (751,8 km) před Ruskem (731,3 km) a Anglií (667,4 km).

Mezi ženami zvítězila letošní mistryně světa v běhu na 48 hodin Irina Reutovičová z Ruska výkonem 225,418 km před Joelle Semurovou z Francie (219,260 km) a Rimmou Paltsevou z Ruska (216,299 km). Mezi ženami zvítězily suverénní Rusky (646,8 km) před Německem (607,6 km) a Francií (607,4 km). Naše ženy obsadily celkově 5. místo, když Petra Čtvrtečková obsadila i přes počáteční žaludeční potíže 19. místo (138,555 km), Jiřina Prokopová byla 20. (118,614 km) a Bětka Koukalová 22. (103,100 km).

Tento závod byl zároveň posledním závodem započítávaným do premiérového ročníku Českého ultramaratónského poháru. Pohár se skládal z třinácti ultramaratónských závodů a body získalo 54 ultravytrvalců.

Celkové pořadí Českého ultramaratónského poháru 2000: 1. J. Ondruš, 2. V. Dvořáček, 3. J. Kocourek, 4. P. Bernardová, 5. J. Zich, 6. V. Krejsa, 7.–10. I. Drahorád, J. Jelínek, Z. Kumsta a P. Solnička.

JAN ŠOUREK

Drobná inzerce

KONTAKTY

Hledám parťáky VHT, kteří plánují na léto Dolomity či rakouské Alpy s CK Jenda. Tel.: 0658/626511 večer

Hledám pár kamarádů pro skialpovou výpravu do Rumunska – Paring. V létě to už znám. Vít Čenovský, 0603 835411, Strakonice I/1246

Hledám společníka (společníky) na cestu na Sardinii či Sicílii, nebo skupinu lidí, ke kterým bych se mohl přidat. Tel.: 0605/815084

Dáváme dohromady partu pohodových „outdoorových“ lidí na společné akce – rafty, hory, cesty atd. Nekomerční přístup podmínkou. Praha. Kontakt: Ondra x Tereza; onte@centrum.cz

PRODÁM

LEADER FOX, model 2000, vel. 20, bar. fialová, vybavení Alivio, STX, 1 rok jeté, 100% stav. PC 13 600, nyní 6500 Kč nebo výměna za odpruž. vidlici Marzocchi XC 700, XC 600 nebo Kangaro 70 a Rock Shox Judy Race, SL, XC. Tel.: 0658–679206 Michal Kokeš, Nová Ves 308, 739 11 Frýdlant n. O.

CANONDALE JEKYLL, koupeno 09–2000, vel. L, barva červená, Headshok DL 80 mm, Fox Float R, brzdy + páky XTR, kola Ritchey WCS, Sram 9. OSL, Coda TX 3, 11,90 kg. Tel.: 0602–374179

CELOODPRUŽ. GARY FISHER–Joshua F1, mod. 99, vildice Rock Shox Sid SL (vzduch–olej), zadní tlumič z řidítel ovladat. Rock Shox de Luxe SL (pružina–olej), řazení Grip Shift Sram Attack – 27 převodů, ráfky Mavic Sup, brzdy „V“–XT, přesmyk., náby–XT, přehaz. XTR, nášlapy sedlovka – Ritchey, představec Bontrager. Velmi dobrý stav. Dohoda cca 45 000 kč. tel.: 0603–483433 Pardubicko

ODPRUŽ. KOLO, rám Columbus 19“, tlumič DMN, vidle 3G po repasi, brzdy ráfkové Magura. Cena 15 000 Kč. – zn. sleva možná! Tel.: 049/5534196

CANNONDALE F 2000 Caad 4 vel. M, žluto-oranžový, XT, brzd. páka ESP 9.0 carbon, IRC, Coda, Mavic Crosslink, Avid Arch Rival SO, Gore, Headshock SL – olej vzduch, váha okolo 10,5, cena 42 000 Kč nebo ram. sadu. Tel.: 0602–326015

AUTHOR VISION mod. 2000 naj. 50 km, rám vel. 21 černý, vidlice Rock Shox Judy SL. Vybavení: XTR, XT, LX, Ritchey Kore, Rolls, nášlapy. PC 44 000, nyní 30 000 Kč, rychlé jednání – sleva. Tel.: 0602–590711

TREK 8900, vel. 16, vidle Judy SL, brzdy hydraulické Hayes, XTR, XT, kola Rolf Dolomite, Icon, cena 37 000 Kč. Tel.: 0658–35896

CANNONDALE SUPER V Freeride vel. L, vidl. Head Shok Moto FR, tlumič Fox, náboje DT Hügi – ráfky Ritchey OCR Disc, brzdy Magura Louisa (disc), řazení XT, XTR – nové, doplňky Roox, Fizik, Race Face (stavěno na zakázku, jeté 1 rok, nutno vidět). PC 165 000, nyní 99 000 Kč. Dohoda. Tel.: 0605–790611 Michal

Vážení obchodníci,

kteří distribuujete zdarma Dobrodruha. Ještě jednou vás tímto prosíme, abyste Dobrodruha vystavili na viditelném, přístupném místě a alespoň u několika prvních čísel zvýraznili skutečnost, že je k dispozici zdarma, například cedulkou nebo nápisem.

S díky redakce

Skialpinisté zahajují pohár

Závodem jednotlivců na Lysé hoře v Beskydech zahajují ve dnech 3. a 4. února skialpinisté další ročník svého českého poháru. Garantem této akce je opět Asociace skialpinismu při Českém horolezeckém svazu.

Pohár bude mít letos čtyři bodované akce doma a započítána do něj bude bodově i případná účast ve nové zahraniční rallye v italském Engadinu ve dnech 6. 4.–9. 4. 2001.

Skialpinistické závody mají buď podobu závodu na čas systémem start–cíl, nebo jde o „rallye“, v nichž jsou do trati začleněny jednotlivé bodované disciplíny – většinou obří slalom ve volném terénu a časovka do kopce. Vítězí pak ten, který v závodě nasbíral nejvíce bodů. Délka tratí je při závodech kolem 25 kilometrů.

V uplynulém roce se pohárových akcí zúčastnilo 250 lidí, z nichž kolem 150 nasbíralo pohárové body. Nejnavštěvovanějšími jsou závody v Krkonoších a Beskydech. Pohár v roce 2000 získal v mužích Pavel Cingr, za ním se umístil Štěpán Dinka a Jaroslav Bánský. Závody se samozřejmě jezdí na klasických skialpinistických lyžích.

Bližší informace najdete na webových stranách Českého horolezeckého svazu. **– mk –**

Závody poháru v roce 2001

3. 2.–4. 2.	Beskydy, Lysá hora, start–cíl, jednotlivci
17. 2.–18. 2.	Krkonoše, Karpatz, Špindlerův Mlýn, rallye, dvojice
3. 3.–4. 3.	Orlické hory, Kralický sněžník, start–cíl, družstva
25. 3.	Krkonoše, Strážný, rallye, dvojice
6. 4.–9. 4.	Itálie, Engadine – oblast Lesvenna, rallye, jednotlivci i družstva

Pište nám!

Rádi zdarma uveřejníme informace, propozice či výsledky o jakýchkoliv závodech spojených se sporty v přírodě. Rovněž tak společenských a dalších podobných akcích.

Očekáváme také vaše připomínky a náměty na zlepšení časopisu, případně vlastní zprávy a reportáže.

Proto neváhejte a bez ostychu nám napište.

ŘÁDKOVÁ INZERCE

DOBRODRUH **Kupón k podání jednoho soukromého inzerátu**

Vyplňte, vložte do obálky s útržkem složenky (zaplaťte na poště částku podle počtu opakování) a zašlete na naši adresu:
DOBRODRUH, Žirovnická 2389, 106 00 Praha 10

☐ PRODEJ ☐ KOUPĚ ☐ KONTAKTY 1 2 3

Počet zveřejnění: ☐ 1x za 60,- Kč ☐ 2x za 110,- Kč ☐ 3x za 150,- Kč

TEXT: **Vyplňte hůlkovým písmem nebo na stroji:**

Telefon nebo adresa **(bude uvedeno u inzerátu)**:

Prosíme vyplňte i tento díl. Bez jeho vyplnění nebude inzerát vytištěn.

Jméno: *Telefon:*

Adresa: *Podpis:*

LEGENDA K TÉMATICKÉMU ČLENĚNÍ INZERCE:
1 – ZEMĚ 2 – VODA 3 – VZDUCH

Příště

Příští, druhé číslo Dobrodruha v roce 2001, vyjde první týden v březnu. Bude opět k dostání zdarma v místech, která jsou uvedena v adresáři na následující straně. Najdete v něm mj.:

- **dokončení článku Josefa Rakoncaje o botách,**
- **portrét Slovince Davo Karničara, který sjel na podzim Everest na lyžích,**
- **další díl soutěže pro malé dobrodruhy,**
- **podíváme se, jak Češi trénují na přechod Beringovy úžiny.**

DRBNA

BUDE HUMAR PŘEDSEDOU? SPADL ZE STŘECHY

Známý slovinský horolezec Tomáš Humar by se měl stát čestným předsedou poroty mezinárodního festivalu horolezeckých filmů, jehož 18. ročník se již tradičně uskuteční koncem srpna v Teplicích nad Metují. Pokud bude ovšem zdráv. Koncem minulého roku totiž při opravě střechy spadl, zlomil si obě nohy a utrpěl vnitřní zranění. Následná operace trvala šest hodin. Při vzpomínce na podobně polámané nohy Reinholda Messnera se vnucuje otázka – že by pobyt doma byl pro horolezce nebezpečnější než ve stěně?

JAVOR BYL OSVĚTLEN

Známá sjezdovka Javor v Peci pod Sněžkou byla osázena osvětlením, čímž se stala nejdelší tratí pro noční lyžování u nás.
Na Klínovci v Krušných horách se zase plánuje výstavba obřího lyžařského areálu, který by měl sahat až do sousedního Německa. Němci také budou pomáhat shánět peníze.

V LIBŠTÁTĚ PO JEDNATŘICÁTÉ

V pásek a sobotu 9. a 10. února se v Libštátě na Semilsku uskuteční již 31. setkání námořních jachtařů. Promítat se budou filmy a o svých plavbách promluví řada známých mořských vlků. Bližší informace můžete získat třeba na tel.: 0428/385 580.

ESKYMÁCI V ZIMĚ

V bazénu Vysoké školy zemědělské v pražském Suchdole se bude až do dubna opět eskymovat, nebo se to alespoň učit. Ceny za dvouhodinové kursy se pohybují do 100 Kč. Bližší informace najdete na www.kanoe.cz.

SWĚTOBĚŽNÍK
CK SWĚTOBĚŽNÍK VYHLAŠUJE NÁBOR PRŮVODCŮ PRO ZÁJEZDY:
❍ HORSKÉ (I VHT)
❍ CYKLOTURISTICKÉ (+MTB)
❍ POZNÁVAČKY
Bližší informace: ck@swetobeznik.cz, www.swetobeznik.cz, tel. (05) 4221 5005
Kapucínské nám. 14, P. O. Box 770, 663 70 Brno,
Na Florenci 29, 110 00 Praha 1

KOMERČNĚ NA SHISHU

Mezi 10. dubnem a 15. květnem by měla působit na tibetské osmitisícovce Shisha Pangma (8046 m) česká komerční expedice vedená horolezcem Josefem Rybičkou. Plánuje se výstup západním hřebenem se třemi výškovými tábory. Pokud se chcete zúčastnit, připravte si cca 5000 USD.

POTÁPĚČSKÁ HOSPODA

Jednou za čtrnáct dní v pondělí se v hospodě „Pod úrovní“ na pražském Karlínském náměstí scházejí potápěči na promítání videa či diáků. Program je avizován na konferenci Scuba.cz. Informace najdete rovněž na www.stranypotapecske.cz.

CO ZBÝVÁ ZABĚHNOUT

Připomínáme, které větší masové lyžařské běhy nás v této sezóně ještě čekají. Po Jizerské padesátce a Orlickém maratonu to jsou 10. 2. Běh Vysočinou z Nového Města na Moravě, 17.–18. 2. Šumavský maraton ze Zadova a 3. 3. Karlův běh z krušnohorského Božího Daru.

MUSHEŘI SE PSY DOBÝVAJÍ I VELEHORY

Mount McKinley je jedním z nejmohutnějších vrcholů světa. Co na tom, že ho himálajští obři zastiňují nadmořskou výškou. Obrovitá hora – nejvyšší v Severní Americe – se vypíná od severu téměř 6000 metrů nad údolími přítoků Yukonu, jenž leží ve výši 450 metrů nad mořem. Má dva vrcholy, Severní – vysoký 5934 metrů a Jižní – 6194 metrů nad mořem. Ruští zeměpisci nazývali aljašského obra Bolšaja gora, Tanainové – Denali, což v překladu značí Velká hora, obyvatelé Susitna-Doleyka, obyvatelstvo při Cookově zálivu Traleyka (Domov slunce) a horníci z Fairbanksu Densmores Peak.

Psí spřežení pod impozantním masívem Mount McKinley.

SE PSY NA VRCHOL

Roku 1979 se pod Denali objevili se svým spřežením proslulí aljašští musheři Joe Redington starší (známý jako otec Iditarodu) a několikanásobná vítězka Iditarodu Susan Butcherová. Koncem dubna zahájili výstup se spřežením sedmi psů ze základního tábora na ledovci Kahiltna ve výšce 2272 metrů nad mořem. Za doprovodu Raye Geneta a Briana Okonka stoupali nejjednodušší výstupovou trasou, nazývanou West Buttress. Během výstupu byla výprava dvakrát donucena bivakovat ve vichřici, kdy vítr dosahoval 160 kilometrů v hodině. Musheři museli zanechat tři ze psů ve výšce 4400 metrů. Po dosáhnutí úseku Windy Corner je čekala nejtěžší část. Genet navázal psy na horolezecká lana, aby je mohl jistit. Psi však neměli s výstupem žádné problémy. 30. května 1979 dosáhla výprava vrcholu. Počasí bylo ideální, teplota pouhých 5 stupňů pod nulou, naprosté bezvětří a jasná obloha. Joe Redington považuje výstup za nejobtížnější akci, jakou kdy se psy podnikl. Prohlásil, že se už nikdy nepokusí o výstup na Mount McKinley se psím spřežením a na adresu psů poznamenal: „Je absolutně nemožné, aby jim člověk stačil. Jsou moc silní, jen se na ně podívejte! Vypadají lépe než před začátkem výstupu."

Dalším musherem, který vystoupil na Denali, je trojnásobný vítěz Alpirodu Francouz Jacques Philip. I on se dal slyšet, že se podobné akce už nikdy nezúčastní: „Nejenom, že člověk má co dělat sám se sebou, ale navíc musí pomáhat psům a tlačit sáně. Byla to obrovská dřina."

TRAGEDIE NA PAMÍRU

O výškový rekord se psím spřežením se však postarali Rusové. O jejich pamírském pokusu vím již dlouho, ale teprve nyní se mi podařilo zjistit podrobnosti. 14. srpna roku 1993 Vladimír Riškin, Pavel Smolin a jejich šest tažných severských psů dosáhli vrcholu nejvyšší hory bývalého Sovětského svazu – Piku Komunisma v pohoří Pamír v Tádžikistánu. I přes nepříznivé počasí vystoupili na vrchol vysoký 7495 metrů nad mořem a vytvořili světový rekord ve výstupu se psy.

Podle vyjádření Riškina projevili psi nejlepší lidské vlastnosti: odhodlání, laskavost, statečnost i ctižádost a vydali svou veškerou fyzickou i psychickou energii.

Vedle odhodlání dosáhnout nejvyššího bodu, jakého kdy psi dosáhli, chtěl Riškin své psy trénovat k záchranným operacím ve vysokých nadmořských výškách.

Ze základního tábora (4200 m n.m.) se expedice vydala na cestu, aby zřídila dva bivaky (5300 m n.m. a 6300 m n.m.). Během aklimatizační fáze panovalo dobré počasí, výprava však musela bojovat s hlubokým sněhem a extrémně strmými svahy. Odtud expedice sestoupila do 6100 m n.m. a po regeneraci počala stoupat po ledovém svahu do 6900 m n.m. Z této pozice plánovali muži se spřežením útok na vrchol Pika Komunisma. Podle Riškina nezanechala vysoká nadmořská výška na zdraví psů žádné stopy. Místo únavy si vytrvale hráli ve hlubokém sněhu.

Ještě před pokusem o útok na vrchol zasáhla výpravu sněhová bouře. „Laviny padaly nalevo i napravo, ale naštěstí jsme zvolili pro tábor dobré místo a vše se odbylo bez následků," vzpomíná Riškin. Nepřízeň počasí ovšem výstup oddálila.

Když se počasí umoudřilo, vyrazili k pokusu. Během bouře napadlo mnoho čerstvého sněhu a psi nemohli v exponovaném terénu sáně sami utáhnout. Kvůli pomoci se proto Riškin připřáhl vpředu do spřežení a Smolin vzadu tlačil sáně.

Vrcholový pokus byl úspěšný. 14. srpna roku 1993 ve 21 hodin za svitu posledních slunečních paprsků dosáhla výprava ruských musherů se šesti tažnými psy vrcholu. Protože počasí bylo příznivé, expedice bivakovala na nejvyšším bodě Pamíru. Sestup započali muži se psy o druhé hodině ranní. „Sestup se sáněmi byl velmi obtížný a především nebezpečný. Proto jsme sestupovali jen se třemi zapřaženými psy a další tři jsme nechali volně běžet," vzpomíná Riškin. „Bohužel se v naší těsné blízkosti náhle utrhla lavina. Když se po čase divoce vířící sníh usadil, nemohli jsme volně běžící psy nalézt," přiznává Riškin. Mnohem později muži jednoho psa ze sněhového příkrovu vyhrabali. Byl mrtvý.

„I když jsme měli z našeho úspěchu radost, byli jsme zároveň smutní, že jsme ztratili členy týmu a výborné kamarády," zakončil Vladimír Riškin.

JAROSLAV MONTE KVASNICA

Foto: Miki a Julie Collinsovy, Aljaška

Namche

obchod s outdoorovým a horolezeckým vybavením

Nabízí prodej unikátních originálních řad podrobných horolezeckých průvodců z Rakouska, Švýcarska, Itálie a Francie z produkce místních horolezeckých a horských svazů a nakladatelství

Dále nabízíme skialpinistické průvodce a mapy horských masívů z celého světa

Mimořádně výhodné ceny!

Navštivte nás na adrese

NAMCHE

Újezd 31, 110 00 Praha 1

JOSEF RAKONCAJ RADÍ

BOTY NA TREKY A DO HOR

➡ *Dokončení ze str. 1*

V maratónkách asi každý do hor nepůjde. Pojďme se bavit o trekových botách. Co je podle tebe na nich nejdůležitější?

Podrážka, nepromokavost, váha a pohodlnost. Vlastně všechno. Pokud něco z tohoto výčtu nefunguje, je to špatné a ovlivní to tvůj úspěch. Třeba se budeš muset vrátit.

Začněme u výběru materiálu bot. Kůže, textilní svršek...?

Já bych začal z trochu jiného konce. Především musí být bota pohodlná.

Každá značka je jinak šitá a každý má jinou nohu. Někdo širší chodidlo, vyšší nárt a někdo naopak. Pokud někdo trekové boty používá hodně a neomezí se jen na jeden nákup za život, měl by si vybírat boty od jedné značky, která mu sedí, neboť každá značka se šije v určitém tvaru. I když se jedná o rozdílné typy ze široké nabídky. S tím mám velké zkušenosti. Ale nezastírám, že vlastním několik párů bot od různých firem. Často jsem si po expedici koupil jiné boty, neboť se mi zdály lepší než ty předchozí. Ty jsem si vzal na další akci a po ní jsem se vrátil k těm původním a říkal jsem si, že jsou přeci jenom nejlepší. Už z toho je vidět, jak jsou boty důležité pro celkový pocit.

Jaký materiál na trekové boty tedy doporučuješ?

Já jsem se ustálil v poslední době na botách s povrchem z textilního materiálu. Lze je použít pro veškeré horstvo. Takové boty se mi dnes zdají modernější a i při delším používání se neroztahují. Jsou velice lehké. Musíš si uvědomit, že váha je velmi rozhodující a textilní boty jsou nejlehčí. Nemůžu si dovolit na dlouhých výpravách, kdy mám boty na sobě třeba šestnáct hodin denně, nosit na nohách přebytečná deka. Existuje takový koeficient, který říká, že to, co máš na nohách navíc, jako by sis dal zhruba dvakrát na záda. A to je hodně. Zvláště tam, kde zvažuješ, jestli si dáš do batohu náhradní baterii do foťáku nebo celý kartáček na zuby.

U textilních bot jsou velmi důležité švy. Mělo by jich být co nejméně. Nejlepší jsou ty, které mají všechny švy přelepené gumou. Zvláště hodně špičku. Pokud tomu tak není, švy se začnou párat, protože tomu, aby sis je nepoškodil o kameny, nelze zabránit. Přesto, lepidlo na poškozené švy a třeba i trhliny v botě, mít sebou. Také by měly být hodně vyztužené například pravou nebo umělou kůží. Pro větší stabilitu. U takových bot je výhodné, že rychle uschnou, protože jít v mokrých botách je hodně špatné. Když mi někdy boty do druhého dne neuschly, tak jsem si převlékl během přesunu několikrát suché ponožky a boty se vysušily teplotou těla. Mokré ponožky jsem si hodil na batoh a až uschly, tak jsem je zase vyměnil. Na to u kožených bot můžeš zapomenout.

Boty by měly být promokavé nebo nepromokavé?

Jednoznačně nepromokavé. Ale nelze si myslet, že boty z bůhvíjakého materiálu nepromoknou. Ještě jsem takové nepotkal. Například Goretex je

sice výborná věc, ale časem se v ohybech membrána poškodí a začne protékat. Důležité je nové boty nějakým přípravkem naimpregnovat. A impregnovat pořád. Já to dělám na expedici takřka každý den. Délce pobytu v horách přizpůsobuji množství impregnace, kterou si beru sebou.

Důraz také kladu na kamaše. To jsou takové ty návleky na holeně, které se převléknou přes boty. Musíš si uvědomit, že voda se dostává do bot hodně vrchem. O sněhu ani nemluvím. Navíc se ti do bot nedostanou kamínky, které dost znepříjemňují život.

Na textilní trekové boty se dají dát i mačky? Ne, že bychom čtenáře hnali hned na ledovce.

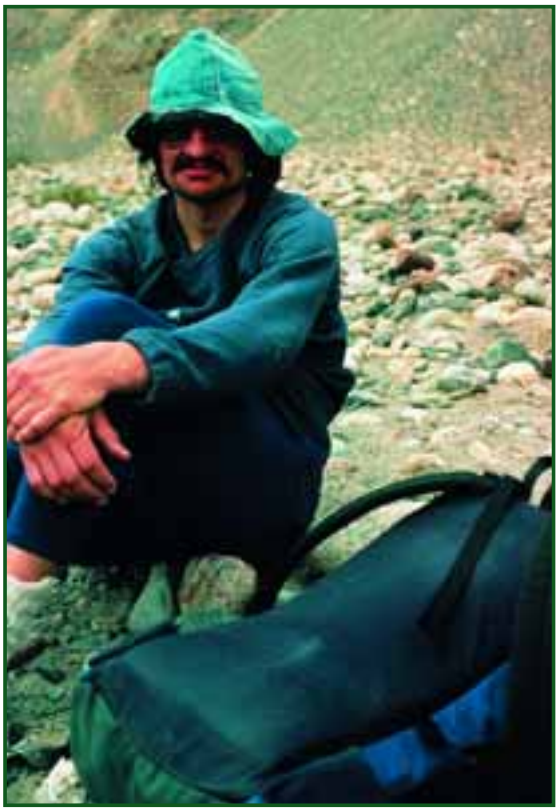
Jistě. Musí být však přiměřeně tvrdá podrážka. Dnes se vyrábí mnoho druhů maček, takže si lze určitě vybrat takové, které půjdou i na takovou botu použít.

Trochu jsi nakousl řeč o podrážce.

Já používám jedině boty s Vibramem. Skvělá podrážka, která neklouže. Ale se speciálně vybrušovaným. Navíc si samozřejmě vybírám takové boty, které mají vzorek podrážky vhodný i pro lezení ve skalách. Na špičce a boku podrážky mají větší rovnou plochu bez vzorku. A pod Vibramem musí být měkčí guma kvůli pohodlnější chůzi. Důležitá je torzní pevnost. Bota by se neměla podélně kroutit a také neprohnout, pokud si stoupneme okraji boků podrážky na hrany dvou kamenů, mezi kterými je mezera.

Jakou velikost bot?

To je individuální. Volím co nejtěsnější boty, protože v nich nejen chodím „po rovině“, ale také hodně lezu. Je známo, že na lezení musí být boty co nejmenší pro lepší cit a stavění se hranou podrážky třeba na milimetrové stupínky. Speciální lezecké boty se kupují i o dvě čísla menší. Ale to jsem trochu odbočil. Při výběru se musí brát zřetel na to, že nohy při chůzi natečou a že je dobré brát si tlusté ponožky, které také zamezují otlakům. A sestupovat v těsných botách po suti, kdy se palce otlačují o špičku boty, je dost šílené. Řekl bych, že je dobré koupit si trekové boty tak o půl čísla větší. Každý se musí rozhodnout, na co boty bude převážně používat a podle toho vybrat. Výhodné je pořídit si boty, které mají šněrování co nejblíže špičce. Já si vybírám většinou takové boty. Když lezu, boty stáhnu, když se přesunuji, povolím tkaničky a nohu uvolním. Stejně tak u horních oček. Při chůzi do kopce vynechám horní dvě.



Zmínil jsi se o tkaničkách.

Jedny tkaničky mi vydrží jednu expedici. Vlastně tkaničky... používám třímilimetrovou repšňůru. Ta snese opravdu hodně. Normálně une-

se až 180 kilo. Její nevýhodou je, že se rozvazuje, Chce to dvojitý uzel.

Dá se říci, že když už si v obchodě vyberu boty které mi budou sedět, budu i později spokojený?

To asi ne. Jestli sis koupil dobré boty, zjistíš až při túře. V obchodě to lze jen odhadnout. Někdy se boty rozcházejí i několik let, zvláště kožené. Někdy padnou od prvního okamžiku. Dnes se ale vyrábí tak kvalitní boty, že by s přílišným rozcházením neměly být problémy. Alespoň s textilními, o kterých jsem mluvil a které v současné době hodně používám.

(Kany)

V příštím čísle si s Josefem Rakoncajem budeme povídat o kožených a skeletových botách a o ponožkách.