

VYCHÁZKY S HONZOU 6



ZPRACOVALI:

JAN ŠIML

TÁŇA DUTKEVIČOVÁ

ÚNOR 2025

SENIOR FITNES Z.S., URALSKÁ 6, PRAHA 6

OBSAH

ÚVODNÍ SLOVO	4
DAVLE – JÍLOVÉ – 12. ledna	6
VONOKLASY – RADOTÍN – 17. ledna	7
ČELÁKOVICE – KÁRANÝ – ČELÁKOVICE – 30. ledna	8
NYMBURK – PODĚBRADY – 10. února	9
DOBŘÍŇ – ROUDNICE NAD LABEM – 20. února	10
DOPOLEDNÍ VYCHÁZKA BOTANICKOU ZAHRADOU – 27. února	11
UHŘÍNĚVES – BĚCHOVICE – 3. března	13
LIBICE – PODĚBRADY – 10. března	14
ZA JAREM NA MEDNÍK – 15. března	15
PEKLO U ČESKÉ LÍPY – 26. března	16
LYSÁ – PŘEROV NAD LABEM – 30. března	17
PRAŽSKOU ZELENÍ – TŘEŠŇOVKA – 2. dubna	18
KARLŠTEJN – SRBSKO – 14. dubna	20
NOVÉ OUHOLICE – KRALUPY – 27. dubna	21
ZÁMECKÝ AREÁL VELTRUSY – 30. dubna	23
LOUŇOVICE – ŘÍČANY – 9. května	25
TÁBOR – 12. května	26
SATALICKÁ BAŽANTNICE – VINOŘSKÝ PARK – 15. května	27
KONOPIŠTĚ – ZÁMECKÝ PARK – 29. května	28
NUSLE – VYŠEHRAV – 5. června	30
KUKS – 14. června	32
POŘÍČÍ NAD SÁZAVOU – BENEŠOV – 18. června	33
KYTÍN – MNÍŠEK – 25. června	34
MNICHOVICE – KLOKOČNÁ – 5. července	35
PEKLO U ČESKÉ LÍPY – 18. července	36
OTRADOVICE – STARÁ BOLESLAV – 25. července	38
LYSÁ NAD LABEM – OSTRÁ – 31. července	40
NYMBURK – SADSKÁ – 7. srpna	41
BRANDÝS NAD LABEM – ČELÁKOVICE – 8. srpna	43
HRAD TOČNÍK – ZŘÍCENINA ŽEBRÁK – 27. srpna	44

<i>POLABÍM – KOLÍN A STEZKA BORKY – 8. září</i>	<i>46</i>
<i>SVATÁ HORA U PŘÍBRAMI – 29. září.....</i>	<i>47</i>
<i>DOBŘÍŠ – MNÍŠEK – 4. října.....</i>	<i>48</i>
<i>BĚCHOVICE – HLOUBĚTÍN – 12. října</i>	<i>49</i>
<i>LESNÍ KOMPLEX SKALSKO-HALÍŘE – 15. října</i>	<i>50</i>
<i>AREÁL ONDŘEJOVSKÉ HVĚZDÁRNY – 29. října</i>	<i>51</i>
<i>ALOISOV – SMETANKA – 3. listopadu</i>	<i>53</i>
<i>LIBICE – KOLÍN – 5. listopadu.....</i>	<i>54</i>
<i>ODPOLEDNÍ PROCHÁZKA LESEM NA CIBULCE – 9. listopadu</i>	<i>55</i>
<i>ŘITKA – VŠENORY – 30. listopadu</i>	<i>56</i>
<i>TRADIČNÍ VÁNOČNÍ VYCHÁZKA – 15. prosince.....</i>	<i>57</i>
<i>PETŘÍN, PRAŽSKÝ HRAD – 30. prosince</i>	<i>60</i>

ÚVODNÍ SLOVO

Přátelé, milovníci společných výšlapů,

od roku 2019 jsou vám na stránkách Senior fitness z. s. k dispozici popisy všech realizovaných vycházek, doplněné fotogaleriemi. Většinu z nich (v letech 2019-2021 jen vybrané, od roku 2022 všechny) jsme soustředili do knih „Vycházky s Honzou“, jejichž obsahem jsou informace o trasách, pozoruhodnostech a zážitcích, které na jednotlivých výletech účastníci prožili. Nyní vám předkládáme již šestou knihu – souhrn za rok 2024.

V šesti knihách najdete popisy 180 tras, vždy doplněných několika fotografiemi zajímavých objektů, jež je možné na trase spatřit, dále záběry přírody ale i společenské atmosféry výletu. Za těch šest let jsme se prošli po mnoha trasách v Praze, Středočeském kraji i vzdálenějších místech naší země. Našlapali jsme hodně kilometrů, pokochali se krásou přírody v různých ročních obdobích, kulturními památkami i botanickými jedinečnostmi naší květeny. Nechtě vám jsou i nadále inspirací k častým výšlapům, třeba i „meditačním“, kdy se procházíte krajinou sami, což vám umožní navázat s přírodou intimní kontakt, či k vycházkám ve společnosti přátel, dětí, vnoučat, kde se vám nabízí možnost nalézt nová přátelství a prohloubit sociální vztahy. Už to je dostatečná motivace. A navíc chůze v přírodě má mimořádný přínos pro fyzické a psychické zdraví.

Vzhledem k tomu, že se některé trasy vycházek opakují a budou v dalším období opakovat a jsou již popsány v některé z šesti vycházkových knih, nebudeme je v budoucnu znovu zpracovávat. Nové anebo zásadně pozměněné trasy výletů najdete na obvyklém místě na webových stránkách SF:

<https://www.seniorfitness.cz/co-nabizime/pohybove-aktivity-pro-seniory/turistika/>



Za zveřejňování vycházek na webových stránkách SF a následné grafické zpracování do souhrnných knih patří velký dík Táně.

Moje poděkování patří hlavně účastníkům vycházek. Děkuji za vaše přátelství, které pro mne mnoho znamená, za všechny krásné chvíle na výšlapech a přeji vám do dalších let hodně pěkných turistických zážitků a pevné zdraví.

Honza Šiml

Poznámky k následujícím textům:

- Uváděné informace o náročnosti vycházek jsou pouze orientační. Náročnost (čehokoliv) je subjektivní pojem. V případě vycházek je dána nejen terénem, povětrnostní situací a délkou trasy, ale především kondicí jednotlivce. Proto před každou vycházkou (nejen s Honzou) zvažte svůj zdravotní stav a současnou kondici.
- Nepodceňujte se, ale ani své možnosti nepřeceňujte. U každé vycházky je tentokrát uvedeno přesné datum jejího konání. Vycházky (až na výjimky) lze uskutečnit ve všech ročních obdobích a vnímat měnící se přírodu – doporučujeme.
- U dopravních informací neuvádíme konkrétní čísla autobusů, tramvají nebo vlaků, neboť ta se mohou v čase měnit. Za podstatné považujeme výchozí stanoviště.
- Zkratka **TZ** v textech = **turistická značka**.
- Pokud není u použitých fotografií uveden zdroj, byly pořízeny Janem Šimlem, Táňou Dutkevičovou nebo účastníky vycházek.
- Texty psané kurzívou (doplňující informace) byly čerpány z internetu, zejména z wikipedie (otevřené encyklopedie) či z různých turistických průvodců.
- V elektronické verzi publikace (PDF) je možno čerpat další informace o navštívených místech proklikem přes modře zbarvená slova či slovní spojení.
- Chcete-li si prohlédnout více fotografií z vycházek, navštivte webové stránky Senior fitness, konkrétně podstránku [Turistika](#).

DAVLE – JÍLOVÉ – 12. ledna

DOPRAVA: autobusem ze Smíchovského nádraží do Davle

DÉLKA TRASY: cca 10,5 km

NÁROČNOST: středně náročná (členitá)

Na první letošní vycházku přišlo patnáct zájemců. V Davli jsme přešli most přes **Vltavu** a dali se vlevo po červené TZ až k chatové osadě **Libřice**, kde jsme navázali na modrou TZ, která vedla skalnatým údolím Zahořanského potoka. Hned začátek trasy nám nabídl roztodivnou krásu zamrzající bystřiny – mnohotvaré ledové kry u břehů i v korytě potoka, ledové vodopádky a bystrá voda hledající si mezi nimi cestu. Vše doprovázené nenapodobitelně příjemným



bubláním vody – písni řeky ve ztichlém údolí. Krásná zimní romantika. Veliká příležitost pro fotografy. Kulisu zimního údolí nám předestřel i spící les, rostoucí na okolních stráních, který zvedl pomyslnou oponu a odhalil nám pohled na skály čnící nad údolím.

Po čtyřech kilometrech „potoční cesty“ jsme přešli přes novou **Oborskou lávku**, cestu podél potoka opustili (stejně jako modrou TZ) a dál jsme pokračovali lesní, docela prudce stoupající, cestou (po červené TZ) až na turistické rozcestí **Pod oborou**. Pokračovali jsme vpravo (po zelené TZ) a do **Petrova**, kde jsme navázali na žlutou TZ, která nás provázela až na námětí do Jílového. Pořídili jsme cílovou fotografii a po malém občerstvení, které Jílové hojně nabízí, jsme se rozjeli ke svým domovům.

Většina trasy vedla přírodou, po lesních cestách a pěšinách. Počasí bylo přívětivé, cesty suché, umrzlé.

To všechno krásné, co jsme mohli cestou vnímat, bohužel narušila smutná událost – vážná zdravotní indispozice jednoho účastníka, při které byl nutný zásah záchranné služby.

VONOKLASY – RADOTÍN – 17. ledna

DOPRAVA: vlakem ze Smíchovského nádraží do Černošic a autobusem do Vonoklas

DÉLKA TRASY: cca 7,5 km

NÁROČNOST: středně náročná (zvlněná, náročnější sestup do Vonoklas) – hůlky s sebou, na trase není možnost občerstvení

Devatenáct účastníků si užilo krásnou procházku zimní přírodou. Z autobusu jsme vystoupili ve stanici **Vonoklasy, chaty** a vydali se po červené TZ. Turistická trasa se nazývá [Svatojanská cesta – Železná](#), která nás provázela celou cestu do **Radotína**.

Od **kapličky sv. Panny Marie**, která se nalézá u autobusové zastávky, jsme prošli okolo chat, navázali na pohodlnou polní cestu svažující se klesu. Minuli jsme hlubokou,



nehostinnou roklí a před námi se otevřelo údolí s obcí [Solopisky](#). Mírně stoupající, částečně asfaltovou, cestou jsme prošli obcí a za ní pokračovali lesní cestou až na rozcestí turistických cest **Kulivá hora** (nejvyšší bod naší cesty). Zbývající čtyři kilometry stále klesající cesty jsme procházeli pěkným, převáž-



ně dubovým, lesem.

V kolektivu spřízněných duší a dobré náladě jsme došli zdraví do Radotína, kde jsme využili místní „občerstvovny“, posílili se a vlakem (jezdí každých 30 minut) odjeli do **Prahy**.

ČELÁKOVICE – KÁRANÝ – ČELÁKOVICE – 30. ledna

DOPRAVA: vlakem z Masarykova nádraží do Čelákovic

DÉLKA TRASY: cca 11 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá, turistickou obuv a svačinu s sebou

Vycházku absolvovalo dvacet pět účastníků. Okružní trasa kopíruje z velké části tok řeky **Labe**. Prošli jsme a prohlédli si centrum města [Čelákovice](#) – náměstí, radnici, **Čelákovickou tvrz** a **kostel Panny Marie**. Poté jsme vyrazili po žluté TZ podél mohutného říčního náhonu (sloužil čelákovickému mlýnu). Cesta je lemována pěknou lipovou alejí a ústí na břehu Labe nedaleko od lávky. Zde naše trasa navázala na modrou TZ, která nás převedla na druhý břeh, provedla nás chatovou osadou Grádo, okolo jezu a zdymadla, okolo ústí slepého ramena Labe (též se jmenuje [Grádo](#)) až do obce [Káraný](#).



Na okraji obce jsme si všimli rozlehlého vodárenského objektu, odkud se do Prahy přečerpává pitná voda. Na nábřeží je řada informačních panelů o začátcích i současnosti zásobování Prahy pitnou vodou. Znovu jsme přešli Labe po vysoko zavěšené lávce a za ní jsme se vydali po cyklostezce, proti toku Labe, až do Čelákovic. Cyklostezka je oboustranně lemována vodou – z levé strany to je veletok Labe, z pravé to je velká plocha **jezera** nazývajících se **Mezi Mosty**.

Jezero Mezi Mosty se nachází mezi obcemi **Čelákovice** a **Lázně Toušeň**. Jedná se o pískovnu s výbornou čistou vodou. Pláž ke koupání je jen pod hrází, mezi pískovnou a Labem, je písčítá, místy oblázková. O pískovnu Mezi Mosty se dělí plavci, rybáři, nudisté a v malé míře i dělníci. O víkendech sem za hezkého počasí přijíždí kiosek. Celý jih s romantickými zátokami mají pronajatý rybáři. Stojí tady jejich stany a karavany, velká jihovýchodní zátoka je doménou nudistů. Na levém břehu se nesmí koupat. Auto lze nechat v Toušni na parkovišti před lázněmi nebo na břehu Labe, naproti soutoku s Jizerou. V Čelákovících lze zaparkovat kdekoliv. Ubytování v okolí jezera Mezi Mosty poskytuje spousta chat a chalup.



Krásné výhledy z lávek, klenoucích se vysoko nad hladinou Labe, nám výrazně omezila mlha, která nás provázela až do poledních hodin. Ale všechno má své kladné i záporné stránky. Mlha a mírný mráz se postaraly o stříbrně se třpytící námrazu na okolní vegetaci, kde vytvořily oku lahodící krásu. Naší pozornosti neunikly ani mohutné stromy rostoucí na obou březích Labe. Byla to pěkná procházka v příjemném prostředí polabské krajiny v kolektivu přátel.

NYMBURK – PODĚBRADY – 10. února

DOPRAVA: vlakem z hlavního nádraží do Nymburka

DÉLKA TRASY: cca 11 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá

Na vycházku přišli dvacet dva zájemci. Město [Nymburk](#) má historii sahající do hluboké minulosti. Osídlení je archeologicky doloženo již v době kamenné 3600 let před naším letopočtem. Hradiště zde měli **Keltové**, **Germáni** i **Slované**. Vlastní město založil **Přemysl Otakar II.** roku 1275. Vznikla zde mohutná středověká pevnost s hradbami a vodními příkopy, které se dochovaly dodnes. Nejcennějšími historickými památkami jsou zbytky středověkého cihlového opevnění a dva vodní příkopy – **Malé** a **Velké Valy**.



Dominantou města je **kostel sv. Jiljí** z doby zakládání města v letech 1280-1380 (ukázka cihlové architektury). Kromě prohlídky středověkých staveb jsme se zašli podívat na novou, stavebně zajímavou, lávku přes Labe.

Na labském břehu, v parku pod hradbami, jsme se nakrátko zastavili a posílili se na další cestu, která vedla okolo značně vzdmutého Labe, do osm kilometrů vzdálených [Poděbrad](#). Cesta mezi Nymburkem a Poděbrady je cyklostezka s asfaltovým povrchem. Po levé straně ji lemuje lužní les s mohutnými staletými topoly a duby. Po příchodu do Poděbrad jsme si pořídili „cílovou“ fotografii a poté se rozešli k individuální prohlídce města. Celý den nás provázelo slunečné počasí a dobrá nálada.

Z Poděbrad do Prahy je možno se vrátit autobusem nebo vlakem. Rychlíky jezdí každou hodinu.



DOBŘÍŇ – ROUDNICE NAD LABEM – 20. února

DOPRAVA: vlakem z Masarykova nádraží do Dobříňe

DÉLKA TRASY: cca 8 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá, svačinu s sebou (možnost občerstvení je až v Roudnici)

Za sněženkami se nás tentokrát vydalo pouze patnáct. Ze zastávky v [Dobříni](#) jsme prošli pěkně upravenou obcí (obnovenou po povodni v roce 2002), všimli si architektonicky zajímavé budovy mateřské školy a dalších objektů, stojících za pozornost. Záhy jsme došli k lesíku – chráněné přírodní památce **Dobříňský háj**.



Dobříňský háj je přírodní památka na levém břehu Labe u obce Dobříň v okrese Litoměřice. Chráněné území s rozlohou 21,202 ha bylo vyhlášeno 15.1.2011. Důvodem jeho zřízení je ochrana přírodě blízké lesní vegetace podsvazu *Ulmenion* (luhy nížinných řek) v záplavovém území Labe s výskytem **sněženky podsněžníku** a významným výskytem **ohrožených druhů hmyzu** vázaného na dřevní hmotu. Území také zahrnuje zbytek starého stromořadí s převahou **dubu letního**. Z dalších květin zde roste např. **sasanka pryskyřníkovitá**, **dymnivka dutá**, **pižmovka mošusová** či **křivatec žlutý**.



Háj jsme si prošli celý, potěšili se bělostnou krásou sněženek, seznámili se s chráněnou přírodou lužního lesa, kde jsme (mimo sněženky) mohli obdivovat i mohutné kmeny staletých stromů, převážně dubů. Střídavé jarní počasí plnému rozkvětu sněženek bohužel nepřálo, ale i tak to byl pěkný zážitek. Trochu té krásy jsme si přinesli domů ve fotografiích.

Z Dobříňe jsme pokračovali podél **Labe** do pět kilometrů vzdálené [Roudnice nad Labem](#). Na roudnickém náměstí se celá skupina sešla k závěrečné fotografii a poté jsme se rozešli k individuální prohlídce městských zajímavostí a k občerstvení před cestou domů. Spojení z Roudnice je bezproblémové, vlak jezdí cca každých 30 minut.

DOPOLEDNÍ VYCHÁZKA BOTANICKOU ZAHRADOU – 27. února

DOPRAVA: sraz před stadionem Sparty

DÉLKA TRASY: cca 6 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá, částečně po upravených cestičkách po trojské stráni

Na vycházku se od **stadionu Sparty** vydalo čtrnáct zájemců. Prošli jsme **ulicí Jana Zajíce**, v **ulici Nad Královskou oborou** jsme vstoupili do vlastní obory a pokračovali k vyhlídce na rampě u **Místodržitelského letohrádku**. Mlhavé počasí nám daleký výhled neposkytlo, ale na protější stráň, kde se rozprostírá botanická zahrada, jsme dohlédli.

Po prudším chodníku jsme sestoupili do vlastního areálu **Stromovky**. Po pravé straně jsme minuli zrekonstruovanou **Šlechtovu restauraci** a vyústění **Rudolfovy štoly** a vydali se pěšinami okolo krásně upravených vodních ploch majících romantická jména. V tomto místě je jich šest – **Srpeček**, **Slunečnice**, **Šestáček**, **Zelený rybník**, **Rozinek** a největší z nich **Rudolfův rybník**. Všechny jsou napájeny vltavskou vodou, díky více než kilometr dlouhému tunelu, vybudovanému pod Letnou v 16. století za Rudolfa II. (Rudolfova štola). Zde jsme si pořídili nezbytnou startovní fotografii a pokračovali oborou k mostu přes plavební kanál a dál přes novou trojskou lávku ke vchodu do **Pražské botanické zahrady**.



Zaplatili jsme směšné seniorské vstupné (1 Kč) a stráni mezi vinicemi sv. Kláry vystoupali na vyhlídku ke kapli stejného jména. Pokochali jsme se pohledem na **Trojský zámek** a zamířenou Prahu. Brankou v oplocení jsme vstoupili do vlastního prostoru botanické zahrady, kde jsme se prošli mezi záhony s první jarní květenou, zašli do japonské zahrady, která i v tomto předjarním čase má své kouzlo, a poté jsme pokračovali bohnickou stráni na rampu a schodiště vedoucí ke

skleníku Fata Morgana, který jsme navštívili.

Tropický skleník Fata Morgana se nachází mimo areál venkovních expozic Botanické zahrady, na prosluněném jižním svahu trojské stráně. Nyní je nově propojen s areálem botanické zahrady. Moderní stavba s neobvyklým esovitým půdorysem je zapuštěna do skalnatého terénu. Přirozeně členitého povrchu skály, která tvoří zadní stěnu skleníku, je zde důmyslně

využito k terasovité výsadbě rostlin. Vzniká tak pozoruhodná expoziční plocha o rozloze cca 1 750 m², která svým originálním řešením činí z Faty Morgany evropský unikát. Všechny části expozice jsou protkány cestami pro návštěvníky o celkové délce 225 m. Expozice jsou citlivě doplněny vodními prvky, jezírky a vodopády. Mezi nejatraktivnější patří čtyři metry hluboké jezero v prostřední části skleníku s celkovým objemem 200 m³ a téměř šest metrů vysoký vodopád.



V současné době zde probíhá výstava umělkyně **Veroniky Richterové**, která z použitých plastových lahví a dalších plastových nádob vytvořila 130 objektů rostlin, květů, hub, motýlů a zasadila je do přírodního prostředí džungle, kde měly vytvořit pestrobarevnou fantazii. Je na každém návštěvníku, aby posoudil, jak se jí to podařilo. Já byl naplněn pocitem, že se taková umělecká díla do krásné, čisté přírody nehodí. Po prohlídce skleníku jsme se vydali do horní části zahrady, prošli se parkovými cestičkami,

prohlédli si „pouštní“ skleník s kaktusy a po procházce, ještě spící „severoamerickou polopouští“, jsme botanickou zahradu opustili „bohnickou branou“. Autobus, který má zastávku pár metrů od východu ze zahrady, nás dopravil zpět do města.

Pěkná, nenáročná a poučná procházka se, doufám, líbila.

UHŘÍNĚVES – BĚCHOVICE – 3. března

DOPRAVA: vlakem z hlavního nádraží do Uhříněvsi

DĚLKA TRASY: cca 9 km

NÁROČNOST: nenáročná, dobrou obuv a svačinu s sebou

Na vycházku [přírodním parkem Říčanka](#) přišlo dvacet sedm zájemců. Oproti původnímu plánu jsme se na začátku trasy rozhodli prohlédnout si městský lesopark. Snad jsme to neměli raději dělat. Stav tohoto přírodního prostředí je zoufalý. Zanedbanost prostředí, kdy ještě zeleň všechen nepořádek nezakryje, vyniká. Krátce – hrůza! Přes hřbitovní zeď jsme nahlédli do pěkně udržovaného **židovského hřbitova** a podél **potoka Říčanka**, po uzounké pěšině nad jeho hladinou, jsme pokračovali dál po modré TZ k prvnímu, největšímu rybníku na naší trase, který nese jméno **Podleský**. Jeho rozsáhlou vodní plochou jsme se pokochat nemohli – je vypuštěn. Jeho hráz, osazená řadou staletých dubů, je po vyvrácení několika z nich narušena a opravuje se. Pod hrází, v místě bývalého **Podleského mlýna**, jsme si v chovné stanici jelenů prohlédli pár „paroháčů“ a vydali se na další pouť po modré TZ.



Pěšina, která vede loukou a prochází v těsném souběhu s potokem, se asi po půl kilometru na malou chvíli odchýlí vpravo, vzhůru do prostoru bývalého **lomů Rohožník**. Romantické místo jsme si prohlédli, pořídili fotografie a pokračovali dál po stanovené trase. Obešli jsme téměř dokola pohledný rybník jménem **V Rohožniku**, kde je, mimo rezervaci vodních ptáků, také chráněné hnízdiště labutí, a pokračovali do obce [Dubeč](#). V místě **zříceniny tvrze Dubeč** (v pěkně upraveném prostředí) jsme si odpočali a posílili se na zbývající část cesty.



Nejprve jsme se prošli vkusně upravenou **Panskou zahradou**, původně nevzhlednou skládkou, a poté směřovali dál k **Běchovicím**. Obešli jsme **Litošický rybník**, nad jehož hladinou se vypíná zalesněný hřebe. Přešli jsme po hrázi rybníku, prošli okrajem parku, překonali krátký (dost rozbahněný) úsek cesty, za kterým už trasa navazuje na cyklostezku do nedalekých Běchovic. Na cestu do Prahy jsme využili autobusy MHD nebo vlak ze zastávky ČD.

Hojně navštívenou vycházku provázelo pěkné počasí a dobrá nálada.

LIBICE – PODĚBRADY – 10. března

DOPRAVA: vlakem z Masarykova nádraží do Libice

DÉLKA TRASY: cca 8 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá, svačinu pro jistotu s sebou

Na vycházku se nás sešlo dvacet šest. Zastávkovým vlakem jsme dojeli do [Libice](#). Prošli jsme obcí k **památníku Slavníkovců** (se sochami **sv. Vojtěcha** a **sv. Radima**), kde jsme se seznámili s historií místa a udělali „startovní fotografii“. Po pohodlné cestě, za libickými humny, jsme došli na pěšinu podél Cidliny a po ní na cyklostezku (červená TZ) až k soutoku **Cidliny s Labem**. (Tento úsek je součástí [NS Libice](#).) Nachází se tady restaurace příhodného názvu **Cidlina**. Zde jsme se na malou chvíli zastavili, odpočali a doplnili energii na další cestu do Poděbrad.



Zbývající úsek trasy vede po cyklostezce s asfaltovým povrchem s výhledem na tok Labe (vlevo) a lužním lesem (vpravo). V současné době se lesní podrost zelená velkým množstvím medvědího česneku. Většina účastníků si kytičku této jarní voňavé byliny natrhala. Okolo Cidliny i podél labské cyklostezky směrem do Poděbrad, se nachází mnoho krásných mohutných stromů – topolů, dubů a lip. Lužní lesy jsou v tomto období na květenu ještě chudé, ale i tak mají své nenapodobitelné, trochu zádumčivé, kouzlo, které citlivého turistu zaujme. Po několika kilometrech jsme spatřili poděbradský zámek, vypínající se nad hladinou Labe. Netrvalo dlouho a stáli jsme u jeho základů. Zde naše společná pouť končila.



Po závěrečné fotografii jsme se rozešli na procházku po centru [Poděbrad](#). Prošli jsme se lázeňskou promenádou, kde je, kromě pěkné sadové úpravy z roku 1936, k vidění řada uměleckých děl a kde jsou veřejné prameny minerální vody. Návrat do Prahy rychlíkem **Hradečan** proběhl v pohodě. (Lze také využít autobus). Mnohým, kromě medvědího česneku, nechyběly v batůžku lázeňské oplatky.

Myslím, že se tato tradiční jarní výprava vydařila. Prošli jsme se na zdravém vzduchu, trochu se poučili, zopakovali si přemyslovské dějiny, přátelsky si popovídali. Počasí nám přálo – ani horko ani zima, pro pěší turistiku ideální.

ZA JAREM NA MEDNÍK – 15. března

DOPRAVA: autobusem ze Smíchovského nádraží do Pikovic

DÉLKA TRASY: cca 7 km

NÁROČNOST: v úvodu náročný výstup (200 výškových metrů), doporučuji hůlky s sebou

Na startovní i cílové fotografii je dvacet účastníků. Nikdo z těch, kteří se přišli projít a potěšit se pohledem na endemický [kandík](#), rostoucí na úbočí **Medníku**, si tentokrát trasu nezkrátil a všichni došli až do Davle.

Autobusem jsme dojeli z **Prahy** do [Pikovic](#) a vyrazili na úbočí Medníku. Celou cestu, po [Naučné stezce na Medníku](#) i podél **Sázavy**, nás provázelo jarní sluníčko. Kromě kvítek kandíku, podléšek a rozkvétajících sasek jsme mohli obdivovat krásný bukový les, „letecké“ výhledy na skalnaté údolí, meandrující Sázavu a probouzející se přírodu na březích řeky. Trasa nás vedla po zpevněných i přírodních cestách a pěšinách. Náročnější je akorát úvodní výstup – převýšení 200 m, na který se hodí hůlky.



V pohodové atmosféře přátel jsme došli do [Davle](#), kde jsme měli příležitost se občerstvit, což mnozí využili. Autobusy do Prahy jezdí cca každých 30 minut. Těm, kteří se v termínu vycházky nemohli účastnit, doporučuji vyjít si na Medník samostatně. Trasa není dlouhá a je tam pěkně, i když už kandík dokvétá či nekvete.

PEKLO U ČESKÉ LÍPY – 26. března

DOPRAVA: autobusem č. 400 od stanice metra C Střížkov (východ do ulice Vysočanské)

DÉLKA TRASY: cca 9,5 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá, svačinu s sebou (na trase není občerstvení)

„Peklem“ se nás prošlo osmnáct. Podle vyjádření účastníků to ale nebyla vycházka peklem, nýbrž vycházka krásnou přírodou (“Rájem”), kterou nás provázela bohatá zeleň vodních rostlin, žlutě zářící květy blatouchů, všude přítomné bělostné květy sasanek a posledních zbytků bledulí.



*Národní přírodní památka **Peklo u České Lípy** je kaňonovité údolí **Robečského potoka** mezi obcemi **Sosnová a Zahrádky**. Potok se zde zařezává do vlhkého údolí na pískovcovém podloží, ve kterém voda vymodelovala bizarní tvary skal. Území je především ceněno z biologického hlediska jako lokalita bohatá na ohrožené druhy rostlin. Údolí Robečského potoka nenabízí jen bledule, ale především překrásnou romantickou procházku v přírodě – skály, řeku, lužní les s mnoha vývraty a torzy starých mohutných stromů i pohádkové objekty lidové architektury (v osadě **Karba**), dále skalní obydlí, skalní průlezy a zajímavě utvářené pískovcové stěny, kolem nichž se projdeme po pohodlných dřevěných chodničkách vybudovaných v těsné blízkosti skal. Určitě zaujme i řada dalších technických i uměleckých zajímavostí.*



Cesta [Peklem](#) je vedena v celé délce v kontaktu s Robečským potokem, jež meandruje mezi skalami, vytváří občas tůňky a větší podmáčené plochy zeleně, poseté tisíci bledulí. Celé údolí je chráněným přírodním územím, kde se provádí jen minimální zásahy, a tak potok i pěšina jsou místy zavaleny popadanými, mohutnými kmeny stromů. Lze je snadno obejít, překročit či podejít. Povalové chodníky jsou perfektní, rovné a dobře udržované. Překvapením pro chodce jsou skalní, docela dlouhé, tunely, které lze snadno obejít, ale byla by to škoda, poskytují zajímavý zážitek. Na konci vycházky jsme prošli zámeckým parkem, patřícím původně k zámku Zahrádky, prohlédli si dřevěnou sošku čerta hlídajícího vstup do Pekla a další dřevěné sošky umístěné po okružní cestě parkem, který byl pokrytý tisíci květů sasanek. V Pekle jsme nikoho nenechali a na zastávku k autobusu jsme došli všichni a včas. Tato vycházková trasa je mimořádně bohatá na zážitky a myslím, že se velice líbila.

LYSÁ – PŘEROV NAD LABEM – 30. března

DOPRAVA: vlakem z Masarykova nádraží do Lysé nad Labem

DÉLKA TRASY: cca 7 km do Přerova n. L., cca 15 km až do Čelákovic

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá

Z nádraží v **Lysé nad Labem** nás vyrazilo dvacet jedna. Z červené TZ jsme brzy přešli na zeleně značenou **Litolskou ministezku**, jež prochází okrajovou zástavbou města. Posléze stezka navázala zpět na červenou TZ a společně nás dovedly k mostu přes **Labe**.

Za mostem jsme odbočili vpravo na zelenou TZ (**Poutní cesta Říp – Blaník**), která nás vedla až do **Přerova nad Labem** (7 km).

V Přerově jsme navštívili [Skanzen lidové architektury a kultury Středního Polabí](#), kde

probíhala tradiční velikonoční výstava. Naskytla se nám příležitost k zajímavému nahlédnutí do života předchozích generací, jak v tomto kraji žily od konce 18. do poloviny 20. století. V současné době je ve skanzenu k vidění osm chalup a mnoho dalších hospodářských objektů, které sem byly přeneseny ze středního Polabí a citlivě soustředěny do celku, který přesvědčivě charakterizuje polabskou vesničku 19. století. V interiérech objektů jsou instalovány scény ze života venkovských obyvatel. V současné době je stálá expozice doplněna na téma velikonočních svátků. Je zde velká výstava kraslic, zdobených různými technikami, jsou zde ukázky velikonočních dekorací, samozřejmě i připomínka velikonočních tradic Pašijového týdne, kde je věnována pozornost starodávným zvykům v Polabí.



Pro nás starší, kteří měli možnost v mládí pobývat na venkově, je to nostalgické nahlédnutí do období velikonočních svátků. Možná i zavzpomínání, jak probíhaly oslavy Velikonoc v době našeho dětství i připomenutí blízkých osob, které jsme v tomto prostředí vidali při práci s náradím, které naše vnoučata pravděpodobně vůbec neznají. Pro dnešní děti, které žijí v „digitálním snu“, by to mohlo být prohlédnutí, že se dalo dobře a spokojeně žít bez mnoha technických vymožeností.

Vycházka je vhodná, poučná a zajímavá pro dospělé i pro děti.

Z Přerova n. L. odjelo 14 účastníků autobusem do **Čelákovic** a z Čelákovic do **Prahy** vlakem. Zbytek šlapal až Čelákovic –nejprve mezi poli, následně lužním lesem a podél Labe. Celá trasa Lysá-Čelákovice je rovinná, dlouhá necelých 15 km.

PRAŽSKOU ZELENÍ – TŘEŠŇOVKA – 2. dubna

DOPRAVA: MHD – sraz na konečné tramvají *Spojovací*

DÉLKA TRASY: cca 6 km

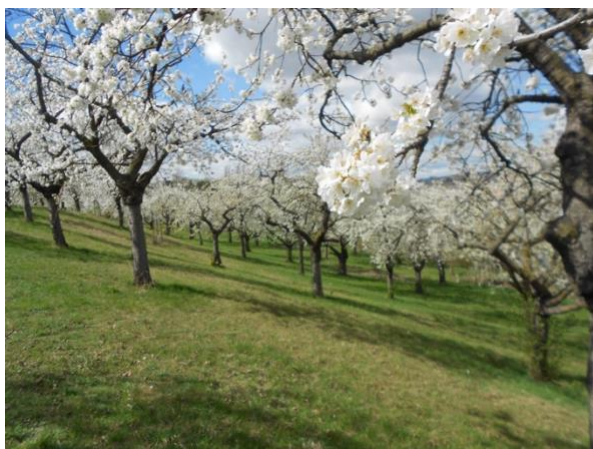
NÁROČNOST: nenáročná, malé výškové rozdíly

Bělostně kvetoucí Třešňovkou a Malešickou botanickou zahradou se nás prošlo devatenáct. Všechny cca 400 stromů již naplno kvetlo. Všechna jarní květenství (sněženky, bledule, koniklece, podléšky, sasanky a další) rozkvetly letos až o měsíc dříve, než tomu bývalo). Třešně rozkvétaly obvykle v druhé polovině dubna. Na tradiční prvomájový polibek pod rozkvetlou třešní můžeme letos zapomenout (anebo se přizpůsobit přírodě).



*Vrch, původně využívaný pravděpodobně jako pastviny, sloužil na počátku 20. století jako vojenské cvičiště. Sad zde byl založen mezi světovými válkami. Původní jméno **Holosmetka** se časem změnilo na vrch **Třešňovka** (jindy **Višňovka**), podle dominantního druhu vysazených ovocných stromů.*

*Část původně rozsáhlejšího sadu vzala za své při výstavbě sídliště na jeho jižním okraji. Sad byl **opuštěn čtvrt století až do roku 2015**, kdy zarůstající území plné odpadu a obydlí bezdomovců došlo obnovy. Byl významně **prosvětlen** a do nově otevřeného prostoru bylo následně vysázeno **410 vysokokmenů třešní a doplňkově šest jabloní a čtyři hrušně, výhradně starších odrůd**. Jedná se o odrůdy vyšlechtěné až na výjimky před 20. stoletím, které se vesměs vysazovaly do 50. let 20. století.*



*Při obnově sadu byla ponechána i velká množství **torz třešní**, která poskytují útočiště mnoha druhům hmyzu a sadu dodávají impozantní **atmosféru a charisma**. Všechny staré stromy v sadu včetně torz byly ošetřeny řezem pro zvýšení jejich vitality, v případě torz pak řez vede k zajištění provozní bezpečnosti. Co nejdelší setrvání takto upravených stromů ocení především mnozí bezobratlí, ale také ptáci žijící v sadu. Z kmenů vykácených stromů bylo vytvořeno několik „**broukovišť**“ a jednoduchých **laviček** ladících s přírodním charakterem celého vrchu.*

*Třešňový sad je **pravidelně vypásán smíšeným stádem ovcí a koz**. Jde o jednu z forem údržby sadu po rozsáhlé revitalizaci (alternativa k seči). Pastva slouží nejen k okusu bylinné vegetace*

a potlačení zmlazujících keřů, velmi prospěšné je také rozrušování travního drnu kopýtky ovčí a koz, neboť tak vzniká prostor pro konkurenčně slabší druhy rostlin, které nemají šanci obstát v zapojených travních porostech. Ovoce v sadu si lidé mohou natrhat zadarmo.

*Na místě původního (dnes zasypaného) bunkru protiletectvé obrany je umístěna **růžice Severka** se směry a vzdálenostmi k nejvyšším horám českých pohoří.*

*Východně od sadu se nachází **přírodní park Smetanka** (v **Praze-Hrdlořezích**), pojmenovaný podle zalesněného vrchu Smetanka. Vrch se táhne východozápadním směrem a někdy je považován za nižší část společného dvojvrší s vrchem **Tábor**, jehož vrchol je nejvyšším bodem **Malešic**. Oba kopce ale odděluje jednak údolí **Rokytky**, která hřeben Smetanky obtéká, jednak frekventovaná **Českobrodská ulice**. Vrch, je částí **přírodního parku Smetanka**, který je podle něj také (veřejně přístupný sad v kombinaci lesního a lučního prostředí, bohatý na řadu organismů, živočichů i rostlin).*

***Školní botanická zahrada** byla založena kolem roku 1920 a slouží především pro výuku žáků. Pro veřejnost je však přístupná. Kromě venkovních ploch o rozloze 11 ha se zde nachází tropické i hospodářské skleníky, kde roste více než 5 200 taxonů rostlin.*

Potěšili jsme se pohledy na krásu pražské přírody i cizokrajné rostliny ve skleníku školní botanické zahrady (pod kopcem Tábor ve Starých Hrdlořezích). Mnozí v těchto pražských končinách byli poprvé a o existenci botanické zahrady nevěděli. Někteří účastníci se spokojili s touto částí vycházky a po prohlídce zahrady se vydali domů. Ostatní (osm) pokračovali podél úbočí Smetanky a toku Rokytky do Hloubětína (7 km). Počasí se, až na poměrně silný vítr, vydařilo. Pěkná a poučná vycházka.

KARLŠTEJN – SRBSKO – 14. dubna

DOPRAVA: vlakem ze Smíchovského nádraží do Karlštejna

DÉLKA TRASY: necelých 9 km

NÁROČNOST: náročnější – členitý terén, stoupání ke hradu a pak ještě cca dva km

Za pěkného jarního počasí si prošlo trasu **Karlštejn – Srbsko** patnáct zájemců. Z nádraží nás vedla žlutá TZ až k [hradu Karlštejn](#). Stále stoupající cesta (od nádraží k hradní bráně, dlouhá přibližně dva km) nám nabídla řadu pěkných pohledů na tuto majestátní stavbu. Nahlédli jsme do hradního nádvoří, pokochali se krásným pohledem do podhradí a po krátké zastávce se vydali dál po červené TZ až na turistické rozcestí **Dub u sedmi bratří** a dál ke **Kubrychově chatě** (nejvyšší místo trasy), kde jsme si na loučce odpočali. K nedalekým Bubovickým vodopádům (300 m), které jsou poslední léta bez vody, jsme tentokrát nešli.



Trasa nabízí procházku lesem se staletými velikány i romantickými kulisami skal. Bohužel velká „jarní květinová přehlídka“, kterou v karlštejnských lesích každoročně jaro nabízí, se letos konala dříve. V pohodě a příjemné atmosféře jsme po modré TZ ([Naučné stezce Srdcem Českého krasu](#)) došli do Srbska (už ve 13 hod.).

Občerstvili jsme se v příjemném prostředí zahradní restaurace **U Berounky**. Do Prahy jsme se vrátili vlakem z nedalekého nádraží.

NOVÉ OUHOLICE – KRALUPY – 27. dubna

DOPRAVA: vlakem z Masarykova nádraží do Nových Ouholic

DÉLKA TRASY: cca 10 km

NÁROČNOST: rovinatá, jeden nenáročný výstup na hřeben a jeden náročnější sestup u Nelahozevsi (300 m – hůlky se budou hodit)

Za krásného, téměř letního, počasí se nás na vycházku sešlo třicet jedna. Ze železniční zastávky **Nové Ouholice** jsme se vydali po červené TZ. Cesta nejprve stoupá k vyhlídce **Nad Novými Ouholicemi** (60 výškových metrů), kde se nám naskytl panoramatický výhled do širokého vltavského údolí. Po krátké zastávce jsme pokračovali širokou polní cestou s výhledem na horu **Říp**. Asi po dvou kilometrech jsme vstoupili do lesa a zbývajících osm kilometrů (do Kralup) se prošli krásným, zdravým, ponejprv borovým, posléze dubovým lesem a na závěr, z Nelahozevsi do Kralup, starou alejí lip, javorů a kaštanů (Dvořákova procházková trasa).



V [Nelahozevsi](#), kousek za rodným domem **Antonína Dvořáka**, jsme vstoupili do parku, kde má tento velikán české hudby pomník. Po prohlídce pomníku a několika fotografiích jsme se v jeho okolí rozsadili, odpočali si a posílili se na zbývající úsek trasy. Nejprve jsme si zašli prohlédnout impozantní stavbu zámku. Prošli jsme po vstupním, kamenném, klenutém mostě a prohlédli si rozlehlé nádvoří obklopené ze tří stran mohutnými, několikapatrovými budovami s krásnými, kamennými portály. Čtvrtou stranu tohoto prostoru tvoří zeď s výklenky a průhledy do zahrady.



*Tento renesanční zámek postavený v 16. století se nachází na levém břehu Vltavy. Dnes je zde umístěno muzeum s významnou částí Lobkowiczských sbírek. Historické sály, nádvoří a zahrady jsou celoročně využívány pro konání soukromých a firemních akcí, vzdělávacích programů a festivalů. Malebný zámek patří mezi nejvýznamnější pozdně renesanční sídla v Čechách. Jeho výstavbu započal královský poradce **Florián Grysppek z Gryspachu** roku 1553 a v úsilí*

*pokračovali jeho potomci. V roce 1623 se majitelkou zámku stala **Polyxena z Lobkowicz** a prakticky od té doby dodnes je objekt v majetku tohoto rodu.*

Zámek je trojkřídlá budova se čtvercovým dvorem a originální renesanční štukovou výzdobou. Nachází se v něm jedna z největších rodových sbírek umění ve střední Evropě a stálá expozice, přibližující způsob života vlivné šlechtické rodiny. Zajímavostí je, že se zde také nachází největší soukromá knihovna v Čechách, která však není veřejnosti přístupná.



Po prohlídce zámeckého areálu jsme pokračovali do 2,5 km vzdálených [Kralup nad Vltavou](#). I tento úsek má především přírodní charakter. Cesta je lemována vzrostlými stromy, po levé straně se leskne hladina Vltavy a kulisu romantické procházky dotvářejí zvláštní tvary skal, které se občas vynoří z husté zeleně. Tato část stezky končí v Kralupech u mostu přes Vltavu. Zde jsme se ještě jednou shromáždili na „cílovou“ fotografii a poté se vydali na nádraží. Nikdo

z účastníků si trasu nezkrátil – všichni ušli cca 10 km.

ZÁMECKÝ AREÁL VELTRUSY – 30. dubna

DOPRAVA: vlakem z Masarykova nádraží do Nelahozevsi

DÉLKA TRASY: cca 10 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá

Do zámeckého parku ve **Veltrusech** se nás po modré TZ vydalo patnáct. Cestou od nádraží jsme se zastavili na novém betonovém mostě, klenoucím se vysoko nad Vltavou, ze kterého je pěkný pohled na řeku, jez, zdymadlo a [zámek Nelahozeves](#) v pozadí.

Z mostu jsme sestoupili přímo do areálu [zámku Veltrusy](#). Po startovní fotografii, zastávce u Laudonova pavilonu, jsme se prošli dančí oborou, kde jsme měli možnost obdivovat stromy (staleté velikány, především duby). Obora nabízí k procházkám množství cest a pěšinek a příjemný stín k odpočinku. Naše cesta směřovala k zámku, který jsme si minili prohlédnout. Následovalo však malé zklamání. Zámecký areál (nádvoří a zahrada) nebyly přístupné. Uvítala nás cedule – otevřeno v sobotu, v neděli a o státních svátcích! I vnější pohled na zámek stojí za to.



Autor: Mickapr (Wikipedie)



Autor: Mickapr (Wikipedie)

Krátce jsme si odpočali, posílili se z vlastních zásob (restaurace je otevřena též pouze v sobotu a v neděli) a vydali se na okružní vycházku staletými alejemi, kterým dominují úžasné lípy a kaštiny, v této době v plném květu. Každý z těchto stromů by stál za zastavení a za zamyšlení se nad krásnou přírodou (tvary kmenů, kůra, výška, rozložitost koruny) umělecká díla přírody a času. Okružní procházka končila u zámku. Po krátkém posezení před zavřenou restaurací, kterou „střežili“ pávi, jsme se vydali na nádraží a domů.

Zámek (své sezónní sídlo) si nechal na počátku 18. století postavit Václav Antonín Chotek a představuje významné dílo vrcholného baroka. Autorem návrhu byl pravděpodobně v Čechách působící architekt italského původu Giovanni Battista Alliprandi. Zámek je tvořen hlavní budovou s vyšším válcovým jádrem, ze kterého vybíhají čtyři jednopatrová křídla. Na severní straně se nachází monumentální dvouramenné schodiště se sousoším. Dvůr je pak na severu zakončen řadou alegorických soch z dílny Matyáše Bernarda Brauna.

Kolem zámku se rozkládá rozlehlý anglický park s řadou romantických drobných staveb a plastik, který vznikl na přelomu 18. a 19. století. Krajinářský park, tedy park, který se svým pojetím přibližuje volné krajině, nechal vybudovat třetí majitel zámku, Jan Rudolf Chotek. První úpravy byly dokončeny v roce 1790, a park tak patří k pěti nejstarším u nás. Se svojí rozlohou 298 hektarů je v Čechách tím největším. Krajinářský park se postupem času proměnil v okrasný statek. Ten kombinuje hospodářské prvky s těmi estetickými. Vedle sebe tak uvidíte romantické pavilony a užitková pole či pastviny. Od začátku 19. Století se ve zdejší oboře chová daněk skvrnitý.

Čestný dvůr je na severní straně zakončen řadou plastik zpodobňujících roční období a jednotlivé měsíce roku.



LOUŇOVICE – ŘÍČANY – 9. května

DOPRAVA: autobusem od metra C Háje do Louňovic

DÉLKA TRASY: cca 10 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá, přírodní cesty a pěšiny

Vycházky se zúčastnilo čtrnáct osob. Vydali jsme se po modré TZ – nejprve 350 m po dosti frekventované silnici, následně již lesní pěšinou, částečně v souběhu s **ulicí Na Mokřině**, až do **Mukařova**. Po předchozích deštivých dnech se les představil sytou zelení a voněl jarem. Rozkvetly naplno akáty, objevily se bělostné květy konvalinek a pěšiny lemovala drobná květena všech barev.



V Mukařově jsme se zastavili před domovem důchodců, kde jsme se z informačního panelu dověděli, že zde byl komunisty internován kardinál Tomášek. Další zastávka se společným fotografováním byla u **kostela Nanebevzetí Panny Marie**. Kostel není běžně otevřený – ani k nahlédnutí. Je zde ale panel s informací a několika fotografiemi interiéru. Přečetli jsme si i informaci o pohádkové trase **kocoura Mikeše**, nahlédli do dosti rozlehlého a pěkně upraveného hřbitova. Pokračovali jsme po **Cestě kocoura Mikeše** (která kopíruje červenou TZ), lesem okolo několika rybníků, k turistickému rozcestí **Janovický les**, kde je malý přístřešek pro odpočinek kolemjdoucích, jež jsme samozřejmě využili.

Z batůžků jsme vykouzili všeliké dobroty, pojedli, popili, odpočali si a záhy pokračovali širokými lesními cestami až do **Strašína**. Dál vedla naše cesta pěšinami, později širší cestou, po zelené TZ (opět souběžně s Cestou kocoura Mikeše) po **NS Říčansko** až k rybníku **Jureček**. V tomto úseku cesta klesá v souběhu s jedním z potůčků, vyvěrajících na prameništi Rokytky. V dolní části se už klikatí říčka Rokytky. (Rokytky je zdrojem vody pro rybník Jureček.) Rybník jsme obešli, před hrází pořídili cílové foto, poseděli na zahrádce v protilehlé restauraci (v restauraci na hrází u rybníka nás odmítli obsloužit – jen pro předem objednané) a poté urazili poslední kilometr cesty na nádraží. Vlaky jezdí cca po 30 minutách.



V prostoru říčanských lesů je řada alternativních tras a všechny mají své kouzlo. Doporučuji k rodinným, málo náročným procházkám.

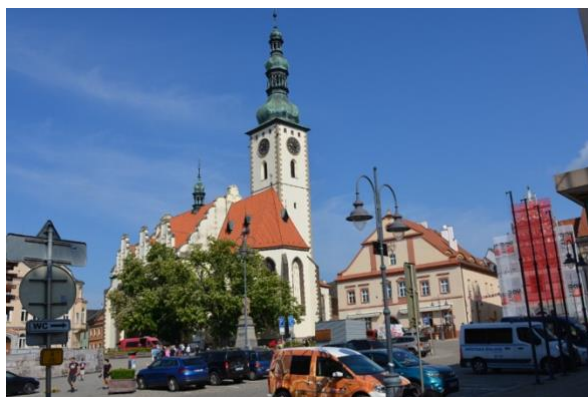
TÁBOR – 12. května

DOPRAVA: vlakem z hlavního nádraží do Tábora

DÉLKA TRASY: cca 11 km (+ po městě)

NÁROČNOST: středně náročná (převýšení 240 m)

Na vycházku přišlo dvacet osm zájemců. Od nádraží nás na **náměstí Jana Žižky z Trocnova** dovedla červená TZ a zeleně značená naučná stezka. Pokochali jsme se úžasným pohledem na malebné náměstí s pozdně gotickou radnicí, římskokatolickým děkanským kostelem, dalšími stavebními skvosty obklopujícími náměstí, renesanční kašnou a samozřejmě **sochou Jana Žižky**. Navštívili jsme informační středisko, kde je možné získat letáčky s informacemi o zajímavých stavbách a historii Tábora. Nahlédli jsme do krásných romantických uliček starého města. Absolvovali jsme moc pěknou okružní procházku okolo městských hradeb (**Soukenická, Žižkova a Bechyňská bašta**), která nás dovedla na začátek lipové aleje, jež je součástí jihočeské trasy Svatojakubské cesty (zelená TZ) s pěkně umístěnými kamennými zastaveními křížové cesty.



Počasí bylo příjemné, prohlídka staré části města se velice líbila. Pokračovali jsme poutní cestou na Klokoty, sice ve stínu staletých lip, ale trochu jsme se zahřáli výstupem do kopce. Na konci aleje lip se nám otevřel pohled na stavební skvost, poutní areál s klášterem a **chrámem Nanebevzetí Panny Marie**.

Za Klokoty jsme pokračovali lesními, stále klesajícími pěšinkami (leckde úzkými, vinoucími se mezi kameny a kořeny) až k lávce přes **Lužnici**. Za lávkou, v místě turistického altánu, jsme si odpočali, posílili se a vydali se po červené TZ směrem do Tábora. Zbývajících pět kilometrů trasy jsme šli po pěkně upravené lesní cestě až k mostu, klenoucímu se vysoko nad řekou, a po mnoha schodech, stoupajících vzhůru strání, jsme vystoupili na most, kde jsme se pokochali pohledem na kulisu Tábora, s vyčnívajícími věžičkami klokotského chrámu v pozadí. Za mostem už naše cesta směřovala k nádraží. Moc pěkná vycházka.

SATALICKÁ BAŽANTNICE – VINOŘSKÝ PARK – 15. května

DOPRAVA: autobusem č. 201 ze zastávky u stanice metra B Rajska zahrada do Satalic

DÉLKA TRASY: cca 6 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá



Okružní vycházku přírodními parky absolvovaly dvacet dvě osoby. Z autobusu jsme vystoupili na stanici **Satalická obora**. Prošli jsme satalickou bažantnicí, která byla založena kolem roku 780 a patřila k vinořskému zámku, jako park ve francouzském stylu. Prostor je nyní ponechán z větší části přírodě. V parku je celá řada obdivuhodných, starých stromů dosahujících až třicetimetrových výšek s obvody kmenů čtyři metry i více. Podobně je tomu i v navazující přírodní rezervaci [Vinořský park](#). Obě území spojuje stará a velice pohledná alej mohutných kaštanů-jírovců. Jedná se o nejstarší chráněná území hlavního města Prahy. Staré uhynulé stromy jsou zde ponechány a jejich mohutná torza jsou domovem pozoruhodných a mnohdy velmi vzácných brouků. Viděli jsme i skály zarostlé břechtanem, močály a jezírka. Výskyt spousty brouků a množství hnízdících ptáků byly hlavním

důvodem k vyhlášení chráněného území. Území je též archeologickou lokalitou (slovanské hradiště).

Příjemná společnost, dobrá nálada a krásná, příměstská příroda, která mnohé účastníky svojí „divokostí“ překvapila. V přátelském ovzduší jsme se pěkně prošli a poznali další kousek zajímavé pražské zeleně, která je v dosahu MHD.



KONOPIŠTĚ – ZÁMECKÝ PARK – 29. května

DOPRAVA: vlakem z hlavního nádraží do Benešova u Prahy

DÉLKA TRASY: cca 8 km

NÁROČNOST: nenáročná, mírně zvlněná

Na vycházku dorazilo dvacet tři natěšených turistů a jsem přesvědčen, že nebyli zklamáni. Zelení konopištského parku jsme se prošli křížem krážem. První zastávka byla u zajímavě koncipované **konopištské křížové cesty**. Na malém prostoru je rozmístěno čtrnáct zastavení křížové cesty, seřazených nezvyklým způsobem – do kruhu okolo **Lurdské jeskyně** s dřevěným křížem ukřižovaného. Křížovou cestu nechala postavit roce 1775 vdova po **hraběti Václavu Vrtbovi**. Malebný zámek jsme si prohlédli ze všech stran, nahlédli do medvědária, prohlíželi si všude přítomné sochy a potom jsme pokračovali dále do růžové zahrady.



Základem konopištského zámku byl raně gotický hrad z přelomu 13. a 14. století, postavený ve stylu francouzského kastelu. Rohy stavby byly osazeny čtyřmi věžemi, další tři věže vycházely z průčelí. Po renesančních úpravách přišlo baroko a s ústupem obranné funkce sníženi šesti věží do úrovně pater.

Převratné změny se dotkly zámku v průběhu vlastnictví následníkem trůnu arcivévodou Františkem Ferdinandem d'Este. Na jeho rozkaz byl zámek přestavěn podle zásad historizujícího romantismu, jeho okolí upraveno v rozlehlý park. Díky tomu, že park byl budován ve vrcholném období krajinářské tvorby vyhlášenými odborníky, kteří využili přirozené modelace terénu, je jedním z nejkrásnějších a nejrozsáhlejších krajinářských parků u nás. Kombinace domácích dřevin dosazovaná dřevinami cizokrajnými z něj činí oblast i dendrologicky významnou. Součástí parku je též růžová zahrada, do které bylo vysázeno na 200 druhů růží. Zahrada je rozlehlá a její součástí je i skleník. Celý park leží na členité a zvlněné krajině. Krásnou dominantou je rybník pod zámkem.

Arcivévoda shromáždil na zámku obrovskou řadu cenných předmětů, rozsáhlá je například sbírka zbraní a výzbroje.

Zahradou jsme se jen prošli, prohlédli si sochy, potěšili se a pobavili se s pávy, někteří si v příjemném prostředí chvilku poseděli na lavičkách. Poté jsme se vydali do nedaleké **restaurace Stará myslivna**. Před restaurací je velká venkovní zahrádka – obsluha rychlá, jídlo dobré. Naproti v oboře jsme mohli pozorovat stádečko daňků. Naše další cesta směřovala k rybníku, po jehož břehu jsme se částečně prošli a za přírodním divadlem (překvapilo mne svou velikostí) jsme znovu vstoupili do parku a pokračovali po pěkných, lesních (značených i neznačených) cestách k nádraží do **Benešova**. Úžasné aleje vzrostlých lip a mohutných dubů, louky, lesní podrost – samá zeleň, jak se říká „pastva pro oči“.



Pěkně prožitý den, v příjemném kolektivu spoluúčastníků, v nádherné přírodě a za ideálního počasí. Co víc si přát.

NUSLE – VYŠEHRAD – 5. června

DOPRAVA: sraz metro B Karlovo náměstí, tramvají směr Nusle do stanice Svatoplukova

DÉLKA TRASY: cca 4 km

NÁROČNOST: nenáročná, výstup nuselskou strání po schodišti

Na vycházku se nás sešlo dvacet. Od **zastávky tramvaje Svatoplukova** jsme došli do **Umělecké zahrady**. Za dobrovolné vstupné jsme se asi hodinu procházeli zahradou, prohlíželi si sochařská díla, přečetli si informační panely o historii sochařské dílny **Karla Nováka** a potěšili se krásou tohoto málo známého místa.

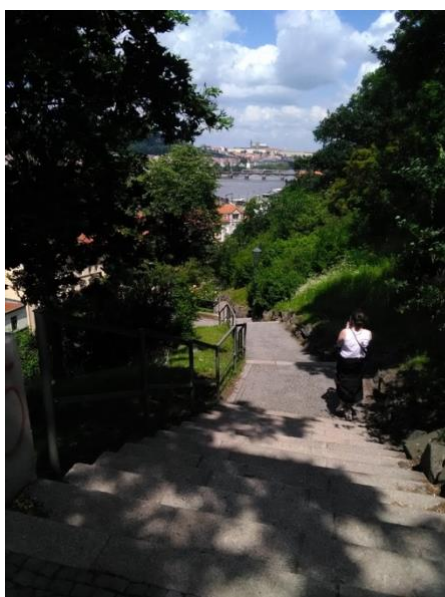
Umělecká zahrada se nachází v údolí pod pražským **Nuselským mostem**. Na úzkém pozemku podél železniční trati doplňují stromy, keře, trávníky a záhony s květinami desítky uměleckých děl (sochy, busty a reliéfy, vstupní portály, sloupy, fontány či altány s posezením). Pozoruhodnou i pohnutou historii tohoto místa připomíná nově otevřená výstava v galerii zahrady, která mapuje umění sochařů a štukatérů z přelomu 19. a 20. století.

Příběh zahrady začal v roce 1924, odkdy na tomto místě fungoval ateliér prvo-republikového sochaře **Karla Nováka**. Vznikla zde nejen jeho díla, ale i sochy dalších významných umělců té doby, hlavně modely velkých figurálních návrhů. Novákova nuselská dílna se podílela například na **alegorické postavě Vltavy a jejích čtyř přítoků** při zdymadle u **Dětského ostrova** na **Smíchově** nebo na památníku **Praha svým vítězným synům** na náměstí **Pod Emauzi**. Vznikaly tu modely a součásti i pro **Husův pomník** na **Staroměstském náměstí** nebo **Žižkovu sochu** na **Vítkově**. Po znárodnění sochařského závodu začátkem 50. let minulého století v areálu fungovala provozovna podniku **Krátký film Praha**. Zahrada mezitím chátrala, zkázu ji přinesla na přelomu 60. a 70. let výstavba **Nuselského mostu**, během níž sloužil areál jako zázemí stavebních firem. Většina

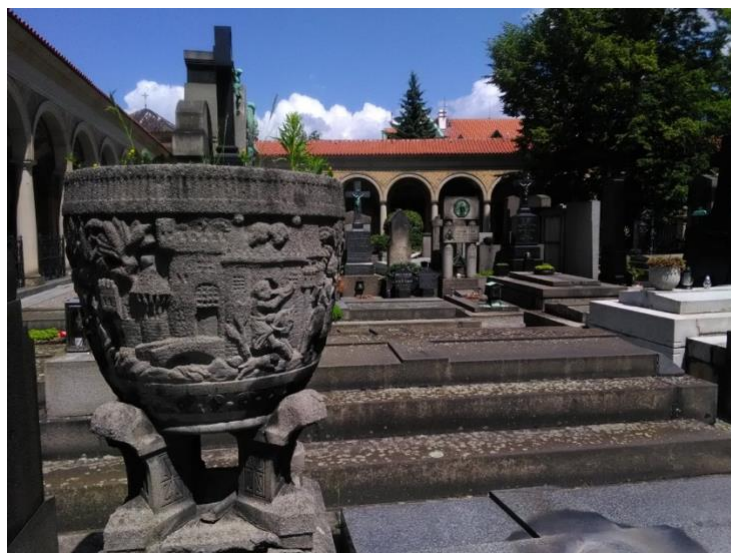


uměleckých děl byla během stavby zničena, zasypaná sutí nebo skončila v betonových základech mostní konstrukce. Začátkem 90. let se zdevastovaný prostor v restituci vrátil potomkům původního majitele, kteří ho prodali staviteli **Vojtěchu Haluzovi**. Ten v něm zřídil sídlo své stavební firmy, s několika spolupracovníky začal postupně obnovovat zchátralé pozemky i budovy a zahrady v Nuselském údolí vracet původní *genius loci*.

Z areálu bylo třeba vyvézt hromady suti, nalezená díla z Novákova ateliéru restaurovat nebo podle fotografií znovu odlít, na zahradě podle dobových snímků obnovit cesty, schodiště, opěrné zídky, drobnou architekturu či vstupní zahradní domek a prostor osázet zelení. Uprostřed velkoměsta tak lidé najdou ojedinělé lapidárium pod širým nebem. Haluza vytvořil prostor, kde se podle něj potkává minulost se současností. I proto vedle děl prvorepublikových umělců jsou v zahradě také instalace současných tvůrců a práce žáků **Střední uměleckoprůmyslové školy sochařské a kamenické v Hořicích na Jičínsku**.



Pak jsme nuselskou strání vystoupali na [Vyšehrad](#), prošli se po hradební vyhlídce, pokochali se krásnými výhledy na **Vltavu** s kulisou **Prahy** a **Pražského hradu**. Prošli jsme parkem ke **kostelu sv. Petra a Pavla** a navštívili přílehlý hřbitov **Slavín**, kde jsou pohřbeny slavné osobnosti našich dějin. Procházka tímto hřbitovem je zároveň procházkou "hřbitovní galerií" – přehlídkou současných sochařských děl i děl vzniklých za období minulých století. Poté jsme sešli na vltavské nábřeží, kde naše vycházka končila. Krásné počasí, milá společnost a krása Prahy, co víc si od vycházky přát.



KUKS – 14. června

DOPRAVA: rychlíkem z hlavního nádraží do Jaroměře, odsud osobním vlakem do Žirče

DÉLKA TRASY: cca 10 km

NÁROČNOST: střední (na začátku výšlap – převýšení 100 m), cesty přírodní, neupravené – doporučuji hůlky

Této „výjezdní“ vycházce se nás účastnilo šestnáct. Doprava, které jsem se trochu obával, proběhla bez komplikací a pěší okruh Žireč-Žireč také.

Od železniční zastávky v [Žirči](#) jsme se vydali po žluté TZ. První kilometr cesta stoupá, kamenitou lesní cestou, až do míst, kde jsou ve skále vytesány barokní sochy, hojně navštěvovaného, [Braunova Betlému](#) (areál Nového lesa u Kuksu). Po prohlídce betlému a soch, rozmístěných v okolí, jsme pokračovali v cestě do Kuksu (po červené TZ).



Na turistickém rozcestí **Pod Betlémem** jsme přešli na žlutou TZ, která nás vedla rozmanitými lesními cestami a pěšinami, kde jsme měli zároveň možnost, z hojně rozmístěných informačních panelů, načerpat vědomosti o historii a vývoji zdejší krajiny. Luční enklávy, paseky a lesní průhledy nám nabídly panoramatické výhledy do okolní krajiny, kde se na obzoru rýsují hřebeny *Krkonoš* s typickou homolí ***Sněžky***. Po úvodních pěti kilometrech jsme došli k dalšímu cíli – [Hospitálu Kuks](#). Nejprve všechny uchvátila svou krásou zahrada hospitálu. Zahradu jsme si prochodili křížem krážem, načerpali krásné zážitky a odnesli si i mnoho fotografií té nádhery. Prohlédli jsme si samozřejmě i areál Hospitálu – barokní stavitelskou perlu. Zahrada, kde je rozmístěno mnoho laviček a místní restaurace ***Hospoda na sýpce***, nám poskytly prostor k odpočinku a posílení se před zbývající cestou do Žirče.



Z [Kuksu](#) do Žirče nás, po pohodlných lučních pěšinách, dovedla červená a žlutá TZ. Tento úsek ([naučná stezka Půjdem spolu do Betléma](#)) je v části, kde je žlutá TZ, lemován čtrnácti moderními sochařskými díly nesoucími název [Křížová cesta 21. století](#) (kontrast s barokními sochami v Kuksu). Křížová cesta končí nad hřbitovem v Žirči. Odtud je to již kousek na železniční zastávku Žireč, kde naši okružní vycházku zakončili.

Byla to pěkná vycházka – barokní i moderní umění, krása přírody, ochutnávka lesního ovoce, malin, borůvek i jahod při procházce na čistém vzduchu, za ideálního letního počasí. Myslím, že mohu konstatovat, že se vycházka mimořádně vydařila.

POŘÍČÍ NAD SÁZAVOU – BENEŠOV – 18. června

DOPRAVA: vlakem z hlavního nádraží do Poříčí nad Sázavou

DÉLKA TRASY: cca 10 km

NÁROČNOST: střední, přírodním terénem

Příjemnou procházku romantickou přírodou si přišlo užít pouhých deset zájemců (pozvánku dostalo 120 registrovaných).

Ze železniční stanice [Poříčí nad Sázavou](#) jsme šli necelých osm kilometrů po červené TZ, která vede souběžně s [Konopištským potokem](#) (proti jeho toku) a končí u hráze zámeckého **Konopištského rybníka**. Trasa má přírodní a velmi romantický charakter – pěšinka nad potokem sleduje těsně jeho meandry. Zde chůze vyžaduje zvýšenou



opatrnost. Část údolí, kde se potok zařezává do okolních svahů hlouběji, se nazývá **Měsíční údolí**. Na začátku a na konci trasy není údolí tolik sevřené a nachází se zde chatové osady.



Místo procházky okolo Konopištského rybníka jsme si prošli Růžovou zahradu, která je součástí Konopištského parku. Založil ji **arcivévoda František Ferdinand d'Este** v období kolem roku 1900.

Podle vyjádření účastníků se výlet moc líbil.

KYTÍN – MNÍŠEK – 25. června

DOPRAVA: autobusem ze Smíchovského nádraží do Kytína

DÉLKA TRASY: cca 10 km

NÁROČNOST: středně náročná, počáteční pozvolné stoupání (cca 2 km), převážně po pohodlných lesních cestách

*Původ jména obce **Kytín** je nejasný – podle jednoho výkladu je odvozeno od osobního jména „Kyta“ (Kytova ves), podle druhého pochází od staročeského podstatného jména „kyta“, tj. „lesík“, podle jiného od slovesa „kutat“ (původně Kutín) vzhledem k dobývání zlata a stříbra v okolí obce.*

Autobusem jsme dojeli do [Kytína](#) a rozhlédli se po pěkně upravené kytínské návsi. Dále jsme se vydali po zelené TZ cestou, která stoupá lesem až na turistické rozcestí **Na Soudném** (2 km). Cestou jsme provedli malou odbočku do lesa, kde jsme se poprvé potkali s desítkami kvetoucích [náprstníků](#). Jsou zde nové paseky, které jsou těmito krásnými květy zasypány.



Když jsme si vychutnali tu záplavu barev, pokračovali jsme po červené TZ na Skalku.

Počasi bylo příjemné a cesty dobře schůdné. Musíme si ale zapamatovat, že **restaurace Na Rovinách** má zavírací dny pondělí a úterý. Zastávku na občerstvení jsme tedy měli až v přírodním prostředí na [Skalce](#). Pokochali jsme se barokní krásou Skalky, kvetoucími lekníny v jezírku, „leteckým“ výhledem na **Mníšek** a okolní krajinu a cestou do [Mníšku](#) i krásou staré lipové aleje, kde je možné shlédnout několik, téměř tři sta let starých, lip. Pak už jen malé sladké zakončení vycházky ve vyhlášené cukrárně a cesta domů autobusem MHD, který jezdí několikrát za hodinu.



MNICHOVICE – KLOKOČNÁ – 5. července

DOPRAVA: vlakem z hlavního nádraží do Mnichovic

DÉLKA TRASY: cca 11 km

NÁROČNOST: středně náročná (převýšení 150 m)

Vycházku absolvovalo osmnáct turistů. Ze zastávky v **Mnichovicích** jsme sešli mezi zajímavými prvorepublikovými vilami do centra, kde jsme si prohlédli náměstí a na několika informačních panelech si přečetli o historii a architektonických zajímavostech místa a okolí. Měli jsme i možnost nahlédnout do [kostela Narození Panny Marie](#), kde je unikátní kazatelna ve tvaru rozevřené tlamy Jonášovy velryby.



*Mnichovice leží v malebné zvlněné (Ladově) krajině, přibližně 30 kilometrů jihovýchodně od Prahy. Díky své poloze jsou vhodným místem pro **turistiku**, ale i **chataření**. V blízkosti se rozkládají hluboké lesy reprezentované **Voděradskou bučinou**, kterou jsme se již párkrát prošli. V zimních měsících patří okolí Mnichovic k oblíbeným běžkařským cílům. Nedaleko se nacházejí známé Ladovy Hrusice a Ondřejovská hvězdárna.*

Z Mnichovic jsme se vydali po žluté TZ na cestu do přírody (po vyhlídkové cestě zvané **Krásné vyhlídky**) do tří kilometry vzdálené **Klokočné**. Měli jsme pěkné, turistické počasí (ani horko ani zima) a tak jsme tříkilometrové stoupání na Klokočnou zvládli v pohodě. Zastávku u restaurace na Klokočné jsme využili k malému občerstvení a pokračovali po vyhlídkové cestě dál do Struhařova a stále klesající cestou až do údolí před Mnichovicemi, kde se náš výletní okruh



krajinou uzavřel. Byla to pěkná, vycházková trasa obohacená výhledy do okolní zvlněné krajiny, kde převládají rozlehlé lesy.

Vlaky do Prahy jezdí přibližně po třiceti minutách.

PEKLO U ČESKÉ LÍPY – 18. července

DOPRAVA: autobusem č. 400 od stanice metra C Střížkov (východ do ulice Vysočanské)

DÉLKA TRASY: cca 9,5 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá, svačinu s sebou (na trase není občerstvení)



Východištěm do kaňonovitého údolí [Pekla](#) byla autobusová zastávka **Sosnová-hlavní silnice**. Odsud jsme sledovali žlutou TZ směřující ke Skautské skále (283 m n. m.), kde začíná kaňonovité, asi čtyři kilometry dlouhé údolí **Robečského potoka – Peklo**, vytvořené vodní erozí v druhohorních hrubozrnných pískovcích (naučná stezka).

Cestou ze Sosnové jsme se zastavili nejprve u lesního památníku „pochodu smrti“ – obětí druhé světové války. Poté jsme lesními cestičkami, lemovanými rozličnými skalními útvary, došli k mohutnému skalnímu bloku, na jehož stěně je vyobrazen skautský znak. Skála a okolní prosvětlená loučka nám poskytly místo ke krátkému odpočinku.

*Pokud byste se vydali na vrchol [Skautské skály](#), naskytne se vám obdivuhodný výhled na část **České Lípy** s dominantním vrchem **Špičákem** (459 m n. m.), dole se modrají hladiny **Dubických rybníků** a před vámi se táhne hřbet **Kozla** (598 m n. m.). Opravdu nádherný, romantický pohled. Senzitivní lidé (citliví na vnímání energetických podnětů) brzo zjistí, že cosi není v pořádku. Začnou se brzy cítit vyloženě nepříjemně, počne se jich zmocňovat nevysvětlitelná úzkost, strach z něčeho neznámého a budou se snažit toto na pohled kouzelné místo rychle opustit.*

*U mnoha lidí je skála známá také pod přiléhavým jménem **Černá skála**, nebo také **Skála smrti**, neboť zde zemřelo (podle starousedlíků) 10-12 lidí. Některá úmrtí se připisují na vrub nešťastné náhodě, např. dole pod převisem najdeme pomníček mladého chlapce, který spadl ze skály pod vlivem alkoholu.*



Dál nás Peklem prováděla červená TZ. Romantické skály, jichž se svými chápavými kořeny drží malé, velké i mohutné stromy, jejichž vývraty a torza, čnějí k obloze; údolní potok hledající si cestu mezi balvany a překonávající mnoho překážek v podobě kmenů odumřelých stromů, které skončily na dně údolí – pro milovníka romantiky a čisté přírody ne Peklo, ale Ráj! Kaňon

končí u vysoké skalní stěny, pod kterou jsme si prohlédli roubené budovy bývalého mlýna **Karba** a skalní obydlí, vytesaná v této mohutné skalní stěně. Obešli jsme skálu a ušli nad sebou železniční viadukt, klenoucí se přes robečské údolí. Tato úžasná, technicky náročná stavba, vznikla na konci 19. století současně s počátky železničních staveb v Čechách. Stojí opravdu za pozornost – ocelový viadukt s pěti pískovcovými oblouky o výšce 24 m, světlosti 12 m a celkové délce 209 m.



Zámeckou, kaštanovou, alejí jsme prošli do parku a prohlédli si řezbářská díla – různé sošky, jimž vévodí mohutný čert. Přes oplocení jsme si prohlédli malebný renesanční zámek **Zahrádky** ze 16. století, upravený do současné podoby na přelomu 19. a 20. století. Na autobusovou zastávku **Zahrádky-kříž** (cca 1,5 km) jsme došli pohodlnými polními alejemi. Autobus do Prahy jede každou hodinu. V případě potřeby je možné na něj počkat (občerstvit se) v nedaleké restauraci.

Během vycházky jsme měli možnost čerpat znalosti o krajině a přírodě z mnoha informačních panelů. Myslím, že to byla jedna z nejkrásnějších letošních vycházek a že se všem čtrnácti účastníkům líbila. Krásné počasí, příroda a příjemný kolektiv.

OTRADOVICE – STARÁ BOLESLAV – 25. července

DOPRAVA: vlakem z hlavního nádraží do Otradovic (s přestupem v Lysé nad Labem)

DÉLKA TRASY: cca 9 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá



Tentokrát se nás sešlo sedmnáct a pěkně jsme si výlet užili. Ze zastávky v **Otradovicích** jsme vyrazili po modré TZ a asi po 700 m jsme se zastavili u jednoho z mnoha Cimetrmanových vynálezů – samoobslužného „trafovýčepu“. Chvilku jsme zde poseděli, posvačili, využili nabídky a pobavili se dobrým nápadem – občerstvovacím vynálezem, který nabídne pocestným své služby v terénu kdykoliv, bez zavírací doby. Nabízí docela dost – pivo, nealko pití, zmrzlinu a drobnosti na „zobnutí“ (brambůrky, škvarky apod.). Platí se mincemi nebo kartou. V případě, že si chcete dát pivo, musíte vložit občanku pro kontrolu plnoletosti. Skvělý nápad, využít k tomu starý transformátor, který by se musel bourat!

*Bylo 5. května někdy kolem roku 1917, právě poledne, když český velikán, vědec a světoběžník **Jára Cimrman** slavnostně odhalil svůj trafovýčep, samoobslužné výčepní zařízení s unikátním způsobem napájení vysokým napětím. Praktický vynález se nikdy masově nerozšířil kvůli ojediněle se vyskytujícím úrazům elektrickým proudem. Přesto Mistr zanechal na poli vědy významnou stopu, protože prokázal, že pivo je stejně dobrým vodičem elektřiny jako solný roztok.*



Při spěšném odchodu na místě zapomněl Mistr svůj svrchník. Jeho možnou podobu můžete obdivovat ve formě přesného cementového odlitku.

Poté jsme se vydali na cestu do **Staré Boleslavi**. Příjemný terén (stinné pěšinky a lesní cesty) nás dovedly na okraj Staré Boleslavi. Vilovou částí města jsme došli do jejího středu, kde jsme si prohlédli krásně opravený [kostel Nanebevzetí Panny Marie](#). Z autobusového nádraží MHD jsme se vrátili do Prahy.



LYSÁ NAD LABEM – OSTRÁ – 31. července

DOPRAVA: vlakem z hlavního nádraží do Lysé nad Labem

DÉLKA TRASY: cca 7 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá

Vycházky se účastnilo čtrnáct seniorů. Z **Lysé** jsme sledovali červenou TZ až k **Litolskému mostu Bohumila Hrabala** (2,7 km). Zdejší možnost koupání v **Labi** u Lysé jsme využili pouze tři. Škoda, je to pěkný zážitek – teplá, čistá voda bez sinic. (Litolská pláž nabízí možnost občerstvení.)

Pokračovali jsme po žluté TZ, která nás vedla po břehu Labe až na turistické rozcestí před [jezerem Ostrá](#), odkud jsme pokračovali okolo jezera, až na travnatou pláž u jezera (po modré TZ). Ani o prázdninách zde nebývá mnoho lidí a k dispozici je opět kiosek s občerstvením a WC. Pláž je přístupná zdarma. V Ostré využili příležitost přírodní koupele téměř všichni.



Ostrá je známá [Centrem řemesel a bylinných zahrad BOTANICUS](#), které jsme navštívili již na jaře a byli jsme okouzleni estetikou uspořádání záhonů, množstvím bylinných druhů, květin všech barev, arboretem i sochami zasazenými do tohoto přírodního prostředí. Zahrada nabízí mnoho odpočinkových míst (meditačních posezení), která návštěvníkům poskytnou odpočinek těla i duše. Opravdu krásné. Kdo se nechce koupat, může navštívit centrum a projít se důkladně zahradami. Seniorské vstupné je asi 100 Kč.



Vlak do **Prahy** ze zastávky **Ostrá** jezdí každou hodinu.

NYMBURK – SADSKÁ – 7. srpna

DOPRAVA: vlakem z hlavního nádraží do Nymburku

DÉLKA TRASY: cca 11 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá, většina lesem

Vycházku nás absolvovalo šestnáct. Od nádraží v [Nymburce](#) jsme se vydali na prohlídku historické části města. Cestou jsme si prohlédli několik zajímavých staveb. První z nich byla budova gymnázia. Byla vystavěna v roce 1907 v novorenesančním stylu. Navrhl ji pražský **architekt Ferdinand Havlíček** ve spolupráci s **Janem Kříženeckým**. Budova se vyznačuje jak ozdobnými a zajímavými exteriéry, tak i funkčním a účelovým interiérem. Ve své době patřila k nejmodernějším v **Rakousku-Uhersku**. Mezi



nejznámější absolventy školy patří spisovatel **Bohumil Hrabal**. Dalším objektem, u kterého jsme se zastavili, je novorenesanční kostel s věží. Dochoval se v původní podobě. Kostel náleží od roku 1918 **Českobratrské církvi evangelické**. Před kostelem rostou dva úžasné platany. O kousek dál jsme prošli parčíkem se **sochou Jana Husa**, se dvěma stromy mohutného vzrůstu (chráněný jasan a platan) a funkcionalistickou stavbou **kostela Církve československé husitské**. Přešli jsme **ulici Na valech** a pokochali se pohledem na krásnou, vodárenskou, secesní věž ve tvaru kalicha, která je jednou z dominant Nymburku (a kulturní památkou). Byla postavena v roce 1904. Pod věží, po můstcích, jsme přešli dva vodní příkopy, které kdysi chránily, společně s vysokými hradbami, město. Podél těchto příkopů jsme došli až ke zbytkům původních hradeb.

Se založením města začalo i budování důmyslného obranného systému – dnes významného dokladu středověkého opevnění. Řeka **Labe** a dva vodní příkopy, doplněné dvojnásobným pásem hradebních zdí, město zcela obklopovaly. Z původních cihlových hradeb se zachovala jen část vnitřní zdi na východní a západní straně města. Opevnění na východě prošlo v letech 1905-1909 romantickou rekonstrukcí podle projektu **architekta Ludvíka Láblera**. Bylo opraveno 205 m hradeb. Výška hradby je 6,2 m, ozubí má výšku jeden metr, šest věží vystupuje nad terén do výšky 15,5 m. Na tento zbytek hradeb je romantický pohled, který každého, kdo jej prvně spatří, musí uchvátit. Po



točitých schodech jsme vystoupali na jejich ohoz a zažili pohled na město a řeku Labe. Po prohlídce hradeb (i z vnější strany) jsme si udělali startovní foto a vydali se podél Labe k **Sadské** (po červené TZ).



Ve vsi **Písty** jsme se zastavili na občerstvení (z vlastních zdrojů – hospoda otevírá až v 16 hod.). Prohlédli jsme si pěkně opravenou kapli a pokračovali v cestě k **jezeru Sadská**. Těsně za obcí jsme obdivovali přírodní památku, jednu z posledních dun – písečných přesypů ve **středním Polabí**. Unikátní a dodnes pohyblivá duna pochází už z období čtvrtohor a je domovem ohrožených druhů rostlin a živočichů, kteří žijí v prostředí vátých písků. Původ písečné duny u Píst sahá hluboko do prehistorických čtvrtohor, kdy řeka Labe přinášela svým proudem nánosy štěrku a písku. Koryto se však často měnilo a vítr postupně ze štěrkopískové terasy vyvál jeho nejjemnější části a nahromadil je do kopcovitých útvarů – dun. Ty se pak pomalu pohybovaly, stejně jako duny v pouštích nebo na pobřeží. V Polabí je většina dun porostlá lesem a tím vlastně zakonzervovaná a ochráněna před postupnou likvidací. Na ploše tohoto písečného přesypu se však pravidelně provádí nutné zásahy, které mají za cíl zabránit zarůstání otevřené duny. Z tohoto místa jsme pokračovali lesem (převážně borovým), kde jsme museli občas překonávat překážky ve formě vyvrácených a polámaných stromů (i mohutných velikánů). Směrem k jezeru těchto překážek přibývalo tak, že pěšina okolo jezera, kterou jsme měli dojít na pláž, byla neprůchodná. Nakonec jsme došli ke svému cíli, travnaté pláži u jezera, po souběžné silnici. I na pláži byly patrné následky bouře, která tuto oblast zasáhla – polámané, již uklizené kmeny mohutných stromů. Koupel po devítikilometrové procházce přišla vhod a občerstvení u stánku též. Zde skončila společná vycházka. Do Prahy jsme odjížděli postupně tak, jak kdo chtěl. Myslím, že se vycházka líbila, a proto jsem se rozhodnul a narychlo připravil ještě třetí „koupací“ vycházku.

BRANDÝS NAD LABEM – ČELÁKOVICE – 8. srpna

DOPRAVA: autobusem z Černého Mostu do Brandýsa nad Labem

DÉLKA TRASY: cca 10 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá



Tentokrát se nás sešlo jenom třináct. Nejprve jsme si obešli zámeckou zahradu v [Brandýse](#) a impozantní zámek, který má přebohatou historii. Dalo by se říci, že tudy kráčely dějiny. Pobývala zde řada významných osobností českých dějin. Především zde, v průběhu čtyř staletí, pobývali všichni panovníci Habsburské dynastie. Stejně bohatá je i jeho historie stavební – dnes významná renesanční památka se skvostnými sgrafity.



Když jsme se potěšili pohledem na všechna zákoutí zámku, vydali jsme se na procházku po labské cestě. Před [Lázněmi Toušeň](#) jsme si odpočali v malé zahradní restauraci. Na okraji Toušeně jsme vstoupili nenápadnými vrátky do malého, ale krásně upraveného parku. Cesta pokračovala dál po pobřežní

cyklostezce. Zde jsme se několikrát zastavili, abychom si prohlédli a obdivovali mohutné duby. Poté jsme došli k jezeru, které zde vzniklo po těžbě písku.

Následovalo zasloužené osvěžení v čisté vodě jezera. Tady naše společná vycházka končila. Podle chuti se každý vykoupal a vydal se do [Čelákovic](#) (1,5 km) na vlak do Prahy (jezdí asi po 30 min.).

HRAD TOČNÍK – ZŘÍCENINA ŽEBRÁK – 27. srpna

DOPRAVA: autobusem ze Zličína do obce Točnín

DÉLKA TRASY: cca 6,5 km

NÁROČNOST: krátká, dva výstupy k hradům (Točnín – výškový rozdíl 100 m, Žebrák – výškový rozdíl 20 m) – hůlky doporučuji

Vycházky se účastnili dvacet čtyři senioři. Od autobusové zastávky v [Točníku](#) jsme se vydali po modré TZ směrem k **hradu Točnín**. Asi po dvou kilometrech jsme přešli na červenou a žlutou TZ, které nás (po necelém kilometru) dovedly ke vstupu do hradu. Po trochu náročnějším výstupu jsme si odpočali. Z vrcholu kopce jsme shlédli do krajiny, kde začínají **křivoklátské lesy** (letecký pohled), prohlédli si mohutnou stavbu středověkého hradu a stejnou cestou sestoupili k patě vysoké křemencové skály, na které stojí



zbytky středověkého **hradu Žebrák**. Zříceninu jsme obešli po silnici a prohlédli si ji jenom z podhledu. Romantickou siluetu hradu charakterizuje vysoká okrouhlá věž, která dnes slouží jako vyhlídka. Výstup na tuto vyhlídku jsme odložili na příště a pokračovali v trase pohodlnou polní cestou do města [Žebrák](#), kde byla naším cílem [hvězdárna Žebrák](#). Zde nás přijal a s historií hvězdárny seznámil **pan Ervín Woller**.

Od roku 1954 září na jižním okraji města Žebrák stříbrná kopule hvězdárny. Hvězdárna byla postavena z větší části svépomocí občanů. Přesně o 50 let později obnovilo její činnost Sdružení Hvězdárna Žebrák. Probíhají zde astronomická pozorování pro veřejnost, výstavy, přednášky, multimediální programy, astronomický kroužek pro mládež, pořady pro školy... V kopuli o průměru 5,5 m se ukrývá dalekohled typu Newton o průměru objektivu 35,8 cm a ohniskové vzdálenosti 2 136 mm. Je umístěn na speciálním podstavci, který je kopií vidlice amerického pětimetrového dalekohledu Hale na Mt. Palomar. K dispozici je i několik přenosných přístrojů včetně dalekohledu Meade s automatickým naváděním (darovala rodina Čekanova).

Z hvězdárny je krásný výhled na historické památky [Žebrák](#) a [Točnín](#). To vše jsme si mohli prohlédnout a „omakat“ a slunečním dalekohledem (dalekohled s patřičným filtrem proti slunečnímu záření) se podívat na sluneční skvrny. Akce se účastnila i manželka Ervína, Alena,

která nám nabídla sladké pohoštění. Za vše patří oběma velký dík. Po této poučné a příjemné návštěvě hvězdárny jsme se vrátili na náměstí a autobusem jeli zpět do Prahy.



POLABÍM – KOLÍN A STEZKA BORKY – 8. září

DOPRAVA: vlakem z hlavního nádraží do Kolína

DÉLKA TRASY: cca 6 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá

Kolínskou okružní vycházku absolvovalo osmnáct seniorů. Prošli jsme se starou částí města, okolo kláštera Kapucínů, přes starobylé čtvercové **Karlovo náměstí** a prohlédli si kašnu, morový sloup a domy bohatými na zajímavé štíty. Pokračovali jsme na nedaleké návrší k prohlídce úžasné stavby – **kostela sv. Bartoloměje**. Jedná se o gotickou sakrální stavbu z 2. poloviny 13. století. Uchvátila nás krása a monumentalita kostela, stejně jako i jeho okolí. V areálu kostela se nachází pozoruhodná **barokní kostnice** postavená v letech 1732-1733. Dnes je budova kostnice zapsána na seznamu nemovitých kulturních památek. Dále je zde k vidění **keramická křížová cesta**, která je rozmístěna na zdi u chrámu sv. Bartoloměje. Prostor v těsné blízkosti zadní části kostela se nazývá **Návrší**. V nedávné době zde proběhla rekonstrukce, včetně zahrad mezi hradbami, která se mimořádně povedla. Nabízí se zde netradiční pohledy na chrám a jsou zde příjemná odpočinková místa. Využili jsme **Dnů Evropského kulturního dědictví**, kdy jsou hlavní objekty zájmu (chrám sv. Bartoloměje, kostnice a starý židovský hřbitov) volně přístupné. Všechno jsou to úžasné památky, kterými se [Kolín](#) právem honosí a které opravdu zaujaly všechny přítomné.



Po návštěvě starého židovského hřbitova (založený roku 1418, dnes 2. nejvýznamnější v Čechách), který se vyznačuje velkou rozlohou i zajímavým terénním uspořádáním a umístěním náhrobků, jsme přešli po lávkách, jež překlenují **Labe** a **Kmochův ostrov** a navázali na [Naučnou stezku Borky](#). Prošli jsme si lesní okruh a část pobřežní [Labské \(cyklo\)stezky](#) a vrátili se zpět na okraj Kolína. Do odjezdu vlaku nám zbývala hodina, kterou jsme mohli využít k procházce po ostrově, kde je k vidění nevšední vegetace (mohutné staleté stromy – duby, jasany, topoly). Uprostřed ostrova se nachází přírodní divadlo a na loučce před divadlem busta slavného **muzikanta a skladatele Františka Kmocha**.

Vlaky ze železniční zastávky Kolín jezdí do Prahy na Masarykovo nádraží každou hodinu.



SVATÁ HORA U PŘÍBRAMI – 29. září

DOPRAVA: autobusem ze Smíchovského nádraží od Příbrami

DÉLKA TRASY: cca 9 km

NÁROČNOST: nenáročná, zvlněná

Původně jsem plánoval dojet autobusem do stanice Háje u Příbrami a dojít od klášterního areálu (cca čtyři kilometry) pěšky. Ale s ohledem na posun termínu a dopravní spojení byla výchozím i konečným místem vycházky [Příbram](#).

Po prohlídce náměstí, které bylo zastavěno pouťovými atrakcemi, jsme se vydali za cílem naší cesty na [Svatou Horu](#). Svatá Hora je nejstarší a nejvýznamnější poutní místo v Čechách, s dlouhou historií naplněnou obdobími úpadku a znovuzrozením.



Barokní klášter ze 17. století je překrásně zrestaurován. Středem stavby je **bazilika Nanebevzetí Panny Marie** obklopená terasou s řadou překrásně zdobených vnějších kaplí. Kolem celé baziliky je bohatě zdobený ambit – úžasná práce malířů a štukatérů. V přilehlém parku jsou menší sakrální objekty – např. křížová cesta, **kaple sv. Máří Magdaleny**, kříž na paměť **faráře Toufara** a další. Na centrálním náměstí je sloup se soškou **Panny Marie Svatohorské**, které je celý areál zasvěcen. Z prostoru před klášterem je pěkný

výhled na město Příbram. Po prohlídce areálu jsme sešli opět do Příbrami (asi půl kilometru dlouhým tunelem, což je mimořádně zajímavý stavební nápad).

Zde je možné si prohlédnout zámeček (nejstarší dochovanou stavbu v Příbrami), v němž se nachází muzeum, informační turistické středisko a výstavní síň se stálou výstavou fotografií uměleckého [fotografa Františka Drtikola](#). Na pěší zóně ve středu města se nabízí nejrůznější občerstvení.

Z Příbrami do **Prahy**, na **Smíchovské nádraží** a **Na Knížecí**, jezdí autobusy PID – pozor, jezdí ale často z různých zastávek a různými trasami.

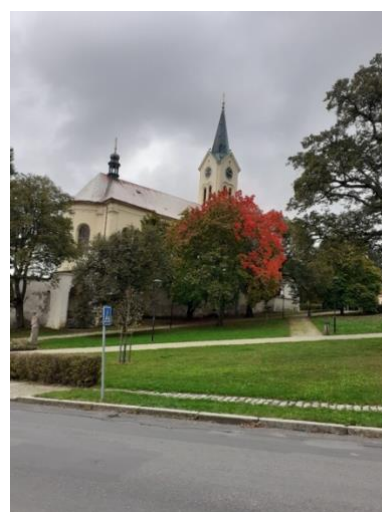
DOBŘÍŠ – MNÍŠEK – 4. října

DOPRAVA: autobusem ze Smíchovského nádraží do Dobříše

DÉLKA TRASY: cca 11 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá, svačinu s sebou (cestou není možnost občerstvení)

Vycházky se účastnilo čtrnáct osob. Obava, že bude pršet se nenaplnila. Prošli jsme se příjemnou krajinou (podbrdským lesem) z Dobříše do Mníšku, po pohodlných lesních cestách a pěšinách. Někteří si nasbírali houby a v dobré pohodě jsme došli do Mníšku, kde jsme se odměnili ve vyhlášené cukrárně. Autobusy do Prahy jezdí asi po 30 minutách.



BĚCHOVICE – HLOUBĚTÍN – 12. října

DOPRAVA: vlakem z Masarykova nádraží do Běchovic

DÉLKA TRASY: cca 7,5 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá

Na vycházku přišlo patnáct zájemců a udělali dobře. Celou cestu nás provázelo pěkné počasí, které nám poskytlo příležitost dosyta se pokochat podzimní přírodou.

Z běchovického nádraží jsme vyrazili po neznacené pěšině podél severního okraje **Počernického rybníka** až na jeho hráz. Z hráze jsme sešli do zámeckého parku, kterým protéká hlavní koryto **Rokytky**, a ještě dva menší potůčky. Pěkně upravený park křížují procházkové cestičky s řadou dřevěných i kamenných můstků. Jednu stranu parku lemují zajímavá stavba, a to budova zámeckého pivovaru (pivo se zde stále vaří), jehož součástí je i restaurace. V parku je též malé lesní divadlo.



Listnaté, staleté stromy, na hrázích a březích rybníků, které jsme cestou míjeli, se již odívaly do svých podzimních, pestrobarevných hávů. Pod nohama šustily zlatité koberce listů a nad hlavou modrá obloha s bílými oblaky. I tak romantické chvíle lze na procházce v těsné blízkosti Prahy zažít. Po procházce [počernickým parkem](#) jsme se občerstvili v pivovarské restauraci a pokračovali ku Praze. Nahlédli jsme do místního hřbitova, s velice zajímavě řešeným kolumbáři, prošli se **geologickým parkem** a okolo romantického rybníka **V pískovně** a okrajem svépravického poldru, podél toku **Svépravického potoka**, jsme došli na okraj **Kyjí**. Zde jsme odbočili na vršek zvaný **Horka**, kde se nalézá známá „proutěná“ rozhledna Doubravka. Někteří zdolali její zavěšené točité schody a rozhlédli se po okolní krajině. Zde jsme malinko změnili trasu. Od Doubravky jsme se vydali ke **Kyjskému rybníku**, prošli po jeho východní hrázi a vystoupali do lesíka nad **Hlobětínem**. Po hřebeni jsme došli na přírodní vyhlídku, kde jsme si na malou chvíli oddechli. Na dětském vláčku jsme udělali cílovou fotografii a přes vilovou čtvrť **V Chaloupkách** sešli do Hlobětína k metru, kde naše procházka končila.

Řada účastníků tento příměstský kout přírody neznala a moc se jim tu líbilo. Byl to pěkný výlet. Doporučuji těm, kdo obdivují pražskou příměstskou přírodu a tento pás zeleně a rybníků ještě nenavštívili, aby se sem vydali.

LESNÍ KOMPLEX SKALSKO-HALÍŘE – 15. října

DOPRAVA: autobusem od stanice metra C Budějovická

DÉLKA TRASY: cca 9 km

NÁROČNOST: nenáročná, zvlněná

Na vycházku dorazilo čtrnáct osob. Trasa vedla převážně v oblasti vrchoviny **Skalsko – Halíře** po lesních cestách, zvlněnou krajinou s nevelkými výškovými rozdíly, převážně s přírodním a částečně asfaltovým povrchem.

Z autobusu jsme vystoupili na zastávce **Kostelec u Křížků** a vydali se po **Horácké cestě** (po žluté TZ) směrem k **Markvartovu rybníku**. Dále jsme pokračovali po modré TZ (a částečně po neznačené cestě) až na turistické rozcestí v osadě **Skalsko**. Odsud jsem se vydali po lesní cestě po zelené TZ směr **Borek** a od turistického rozcestí **Štola Halíře** pokračovali po neznačené pěšině až na rozcestí **Pod Drnkou** a dále po modré TZ do Jílového, kde naše vycházka skončila.



*Lesní úsek, který jsme prošli, navazuje na známou lokalitu **Hornopožárských lesů**, jež se nalézají v krajinné oblasti nazvané **Dolní Posázaví**. Je to lesnatá krajina, která se rozkládá na pravém břehu **Sázavy** mezi obcemi **Kamenice, Jílové u Prahy, Krhanice, Týnec nad Sázavou a Kostelec**. Díky autobusovým linkám pražské integrované dopravy je z **Prahy** snadno dostupná.*

*Krajina je protkána řadou značených i neznačených cest, které nabízejí pěším turistům i cykloturistům aktivní pobyt v čisté přírodě. Rozsáhlé, převážně smíšené, lesy jsou vyhledávaným cílem houbařů. Nejvyššími místy této krajiny jsou **Vlková** (521 m n. m. s nepřístupným vrcholem v lesní oboře), **Grybla** (514 m n. m.), **Kněží hora** (488 m n. m.), **Čížov** (433 m n. m.) a **Váňův vrch**.*



Byla to pěkná procházka podzimním lesem za slunečného počasí, nasbírali jsme si i houby. Příjemně prožité odpoledne.

AREÁL ONDŘEJOVSKÉ HVĚZDÁRNY – 29. října

DOPRAVA: autobusem od metra Háje do Ondřejova

DÉLKA TRASY: cca 8 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá

Na vycházku přišli dvacet čtyři zájemci. Na náměstí v **Ondřejově** nás už čekal náš kamarád a průvodce areálem **Ervín Woller**. Následovala krátká cesta k hlavnímu vchodu do areálu ondřejovské hvězdárny, kde jsme se shromáždili v prostoru před **bustou Josefa Friče**, zakladatele hvězdárny. Zde nám Ervín podrobně popsal historii areálu, vývojové etapy hvězdárny, vznik a účel jednotlivých objektů, od jejího založení až po dnešek. Po krátké diskuzi, kdy odpovídal na dotazy přítomných, jsme se před památníkem Josefa



Friče vyfotili a vydali se na dvouhodinovou procházku historickou i novou částí ondřejovské observatoře. U každého objektu jsme dostali informaci o jeho vzniku a o účelu, ke kterému slouží nebo sloužil. Rozsah, počet staveb sloužících pro astronomické bádání, způsob, jakým v dnešní době pozorování vesmíru probíhá mne velice zaujal a do jisté míry překvapil. Myslím, že prohlídka areálu byla pro nás všechny zajímavá a poučná.



Po prohlídce parku, odkud jsou krásné výhledy do Ladova kraje, jsme se vrátili na náměstí v Ondřejově. Zde se naše výprava rozdělila. Skupina čtrnácti turistů se vydala na druhou část vycházky (Ondřejov – Hvězdonic). Ostatní využili MHD a vrátili se do Prahy.

Cesta do **Hvězdonic** je značena žlutou TZ. Součástí trasy je [NS Vodnické vycházky](#) s množstvím panelů informujících o místní přírodě. Částí trasy vede i křížová cesta (pouze obrazy). Šestikilometrovou trasu, která vede většinou s kopce, jsme v pohodě všichni zvládli, užili krásné přírody a čistého vzduchu a vlakem v 15.47 hod. odjeli do **Prahy**.

V roce 1898 zakoupil český amatérský astronom [Josef Jan Frič](#) na vrchu Manda těsně nad [Ondřejovem](#) pozemek pro stavbu své soukromé observatoře. Toto datum je považováno za okamžik založení ondřejovské observatoře.

S výstavbou observatoře se začalo až v roce 1905. Nejprve byla postavena centrální budova (Fričův dům), po které následovaly zahradníkův domek, studovna a celkem čtyři pozorovací

domky, po dvou na každé straně centrální plošiny. Secesní budovy a kupole navrhl architekt [Josef Fanta](#). Celý rozsáhlý areál je upraven jako park se vzácnými stromy a řadou moderních plastik, do něhož jsou zasazeny secesní budovy a kupole původní hvězdárny.

Frič hvězdárnu daroval československému státu dne 28. října 1928 u příležitosti desátého výročí nezávislosti. Observatoř byla spravována [Univerzitou Karlovou](#) až do vzniku [Československé akademie věd](#) v roce 1953. Ta ji od té doby provozuje jako součást svého astronomického ústavu ve spolupráci s dalšími českými observatořemi.

Roku 1967 byl na observatoři instalován [dvoumetrový zrcadlový dalekohled](#), nyní nazývaný [Perkův](#) dalekohled. V té době byl 7. největším dalekohledem na světě; dosud je největším dalekohledem v Česku. Ondřejovská hvězdárna se mimo jiné zasloužila za objev několika stovek [asteroidů](#).

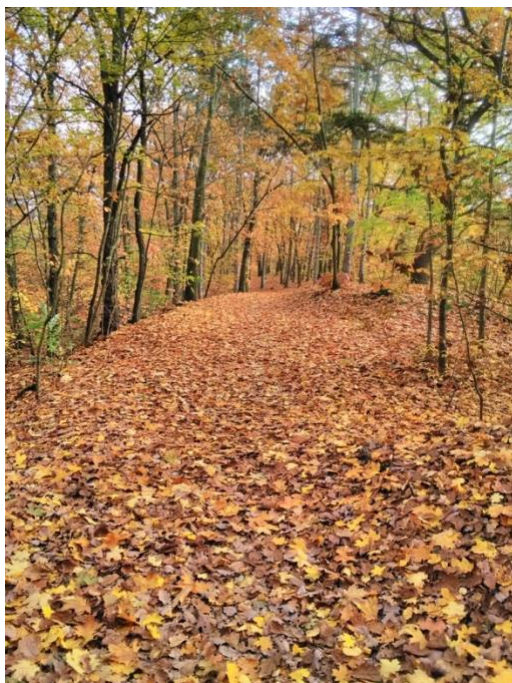
ALOISOV – SMETANKA – 3. listopadu

DOPRAVA: MHD – sraz u výstupu z metra B Hloubětín (na náměstí)

DÉLKA TRASY: cca 6,5 km

NÁROČNOST: nenáročná, rovinatá

Na procházku podzimní přírodou se tentokrát dostavilo třicet tři seniorů. Z náměstí jsme došli do nedaleké vilové zástavby **v ulici V Chaloupkách**. Zde jsme vstoupili na lesní pěšinku, po které jsme šlapali téměř čtyři kilometry lesním komplexem [Aloisov-Smetanka](#). Pěšinkami, vystlanými pestrým listím, jsme „dobrouzdali“ na **cyklostezku Pod Smetankou**, přešli mostek přes Rokytku a Hloubětínským poldrem, podél meandrující Rokytky, došli k Hořejšímu rybníku. Rybník jsme obešli, navázali na modrou TZ a pokračovali pěšinou podél mlýnského náhonu ke **Kejřovu mlýnu**, kde jsme si udělali společnou cílovou fotografii. Cestou jsme minuli malý romantický **Polífkův rybník**. Za Kejřovým mlýnem jsme přešli druhý mostek přes Rokytku a stanuli na konečné zastávě tramvají (č. 7, 8, 12). K **metru Hloubětín** to je odsud pěšky jen pět minut.



Počasí bylo ideální. Slunce, modrá obloha, podzimní les, odkládající pozvolna svůj šat, lehce se vznášející mnohobarevné listí, pohoda a přátelská atmosféra. Bylo to pěkné nedělní odpoledne.



LIBICE – KOLÍN – 5. listopadu

DOPRAVA: vlakem z Masarykova nádraží do Libice

DÉLKA TRASY: cca 13 km

NÁROČNOST: delší, rovinatá, svačinu s sebou

Na téměř čtrnáctikilometrovou trasu se nás vydalo pouze deset. Prošli jsme se největším lužním lesem v Čechách. Alespoň je to tak uvedeno na tabulce při vstupu do lesa. [Libický luh](#) je národní přírodní rezervací poblíž **Libice** a **Velkého Oseka**. Je to rozlehlý komplex zachovalého lužního lesa na území **Čech** (445 ha).

Procházeli jsme lesem po cestách a pěšinách, obdivovali mohutné kmeny staletých stromů – především dubů. Okolo cest a pěšin se



vyskytuje kouzelný svět divočiny, plný malých i větších tůňek, mokřadů a říček. Část **Libického luhu** byla vyhlášena bezzásahovou zónou, a tak zde vzniká pralesní prostředí s popadanými a tlejícími stromy – velikány. Trochu smutné, zádumčivé až pohádkové prostředí. I nám příroda přichystala na naší cestě řadu překážek v podobě popadaných stromů. Za Libickým luhem jsme pokračovali částečně po labské cyklostezce, ze které jsme odbočili opět do lužního lesa, tentokrát do přírodní rezervace [Veltrubský luh](#). Charakter

tohoto lesa je podobný – lužní les převážně listnatých stromů, mokřady a tůňe.

Pak už nás červená TZ vedla podél Labe. Prošli jsme částí **naučné stezky Borky**, která se nachází v těsné blízkosti **Kolína**. Zde je příjemná restaurace, kde je možnost občerstvení. Na železniční zastávku Kolín je to necelý kilometr.

ODPOLEDNÍ PROCHÁZKA LESEM NA CIBULCE – 9. listopadu

DOPRAVA: MHD – sraz na Smíchově na tram zastávce „Poštovka“

DÉLKA TRASY: cca 6 km

NÁROČNOST: svažité terén – hůlky se hodí

Na vycházku se nás sešlo dvacet. Prošli jsme se částí lesa upraveného v okolí [usedlosti Cibulka](#) do podoby lesoparku. K úpravě lesa na park došlo již v 19. století. Součástí parku bylo množství soch a staveb z nichž se většina dochovala do dnešní doby. Naše procházka začala u **sochy sv. Jana Nepomuckého** (nedaleko od tramvajové zastávky), od které jsme vyšli přírodním schodištěm k **Čínskému pavilonu**, kde se nám otevřel pohled na



usedlost Cibulku a ovocný sad na svahu. Pokračovali jsme po zpevněných cestách, roubených starými duby, až k soše Jupitera, zastavili jsme se u chráněného dubu mimořádné velikosti, o kousek dál jsme minuli romantickou **Poustevnu**. Po lesní pěšině jsme sešli k **Dianinu jezírku**, nad kterým jsme si prohlédli její sochu. Od jezírka jsme vystoupali pár metrů k umělé zřícenině s rozhlednou, na kterou je možné po úzkém cihlovém schodišti vystoupat a rozhlédnout se po okolí.

Poté jsme postupně vystoupali k vrcholu stráně, kde část účastníků pokračovala na planinu **Vidoule** a pěšinou jdoucí v souběhu se žlutou TZ, po které se vydala druhá skupina. Obě skupiny došly k nádražní zastávce **Stodůlky**, kde se setkaly. Poslední kilometr chůze po asfaltové cestě nás zavedl na začátek naší trasy u stanice tramvaje. Hodně účastníků bylo v této zelené části Prahy poprvé. Myslím, že se vycházka stala inspirací pro další návštěvy.



ŘITKA – VŠENORY – 30. listopadu

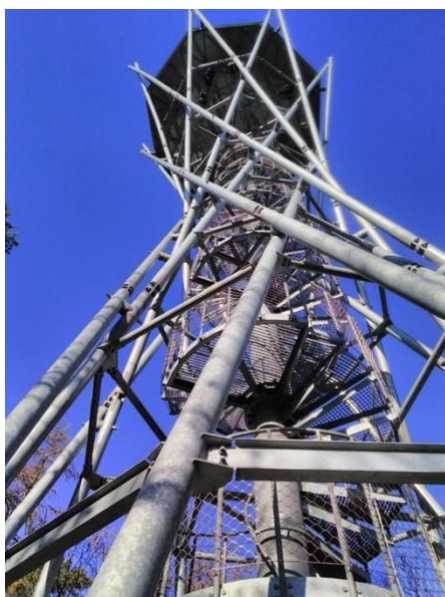
DOPRAVA: autobusem ze Smíchovského nádraží do Řitky

DÉLKA TRASY: cca 9 km

NÁROČNOST: náročnější, kopcovitá, svačinu a hole s sebou

Vycházku absolvovalo čtrnáct osob. V [Řitce](#) na návsi, kde už mají vánoční výzdobu, jsme se vyfotografovali u andělské sošky a pokračovali po žluté TZ po stanovené trase. Ráno bylo chladné, ale po celý den nám na cestu, ze syté modré oblohy, svítilo podzimní sluníčko.

Na brdském hřebínku, na turistickém rozcestí **U Šraňku**, jsme se rozhodli, že si trasu trochu prodloužíme a podíváme se, na jeden kilometr vzdálenou, romantickou skalní vyhlídku [Hvíždinec](#). Ze skalního výchozu se nabízí krásné pohledy na **Brdy**, údolí **Berounky** u **Řevnic** a **Hlásné Třebáně** a je vidět i část **hradu Karlštejna**.



Po krátké zastávce jsme se vrátili na křižovatku ke Šraňku a pokračovali po hřebenové cestě (červená TZ) ke tři kilometry vzdálené [rozhledně Korunka](#). Rozhledna je nová – byla zkolaudována 17. května 2022 a slavnostně otevřena pro veřejnost v neděli 29. května 2022. (Krátce po otevření v červnu 2022 jsme rozhlednu navštívili při jiné vycházce.) Jméno rozhledny navrhli místní obyvatelé a investor pojmenoval rozhlednu **Korunka** na základě vizuální podoby vrchní části stavby, která při pohledu z údolí připomíná korunu. Konstrukce rozhledny je ocelová. Na vyhlídkovou plošinu ve výšce 20 m vede točité schodiště se 118 schody. Rozhledna je veřejnosti přístupná od března do listopadu. Téměř všichni využili příležitost, vystoupali na vyhlídkovou plošinu a pokochali se pohledem do okolní krajiny. Bohužel, opar, kterým byla krajina pokryta, daleké výhledy neumožnil.

Od rozhledny jsme se do Všenor vydali po široké lesní cestě (žlutá TZ) vedoucí čistým, dubovým lesem. Mezi stromy, které již mají obnažené větve, prosvěcovalo z modré oblohy slunce a my se cestou dolů brouzdali vrstvou voňavého dubového listí. Pohoda. V závěrečné části, této stále klesající cesty do **Všenor**, je uzounká, ale dobře značená pěšinka vyžadující trochu více pozornosti – opatrnosti. V údolí, na této straně brdského hřebene, kde protéká **Berounka** a kde vede železnice, jsme byli za necelou hodinu. Na železniční zastávku jsme přišli těsně před příjezdem vlaku. Za malou chvíli jsme byli na **Smíchovském nádraží**, kde jsme se rozloučili. Moc pěkně prožitý den.

TRADIČNÍ VÁNOČNÍ VYCHÁZKA – 15. prosince

DOPRAVA: MHD – sraz u Letohrádku královny Anny

DÉLKA TRASY: cca 2 km

NÁROČNOST: krátká, nenáročná



U Letohrádku se nás sešlo hodně. Někdo si dal práci s počítáním a došel k číslu 65. Dlouho jsme na místě nepostáli, protože jsme „ucpali“ chodník a bránili chodcům směřujícím k hradu. Prošli jsme se po hraně **Letenské pláně** s mnoha výhledy, prohlédli si **Zeyerův pomník**, okolo **Kramářovy vily** na vyhlídku k **Hanavskému pavilonu** a na další vyhlídkové místo, ze kterého jsou vidět téměř všechny pražské mosty. Při pozvolné procházce k **Letenskému záměčku** jsme si pohovořili s přáteli, popřáli si navzájem vše dobré a společně si poslechli **Českou vánoční mši Jakuba Ryby**.



Vím, že vy víte, ale přesto si dovoluji připojit několik poznámek o adventní době, zvycích a tradicích.

Česká mše vánoční Jakuba Jana Ryby (vznikla v roce 1796) neodmyslitelně patří k českým vánočním svátkům. Je to jeden z atributů adventu. Vánoce bez Rybovky, jak jsem někde četl, jsou jako vanilkové rohlíčky bez vanilky, vánoční stůl bez svíčky, kapr bez šupin ...

ADVENT – sváteční čas křesťanů. Období čtyř neděl před 25. prosincem. Je to doba radostného očekávání příchodu Spasitele, duchovní přípravy na Vánoce, doba rozjímání a dobročinnosti. Dříve byla doba adventní zároveň dobou postu, kdy byly zakázány zábavy, svatby a hodování. Advent je také dobou zklidnění.

U pravoslavných trvá advent od 15. listopadu (tj. 28. listopadu podle přepočtu juliánského kalendáře na kalendář gregoriánský) do samotného dne svátku, který má pevné datum a připadá na 25. prosince (7. ledna v přepočtu).

Bez ohledu na víru se v Čechách adventní zvyky a tradice zachovaly ve značné míře. Označení adventních neděl jako železná, bronzová, stříbrná a zlatá má původ v obchodním ruchu před Vánoci a s tradicemi a církevním rokem to nemá žádnou souvislost.

ADVENTNÍ VĚNEC – tradičním symbolem adventu je od 19. století adventní věnec, který má v různých oblastech různou podobu, u nás v České republice (a v katolických zemích) nejčastěji se čtyřmi svíčkami, z nichž tři jsou fialové (modré) a jedna růžová. Fialová (modrá) barva symbolizuje pokání, ztišení a čekání.

- Na první adventní neděli zapalujeme první fialovou svíčku, tzv. svíci proroků. Tato svíčka je **památkou na proroky**, kteří předpověděli narození Ježíše Krista.
- Na druhou adventní neděli zapalujeme druhou fialovou svíčku, tzv. **betlémskou**, která reprezentuje lásku a představuje Ježíškovy jesličky.
- Na třetí adventní neděli zapalujeme růžovou svíci, tzv. **pastýřskou**, která vyjadřuje radost z toho, že postní období je téměř u konce a adventní období získává slavnostnější ráz.
- Na čtvrtou adventní neděli zapalujeme poslední růžovou svíčku, tzv. **andělskou**, která představuje mír a pokoj. Čtvrtá adventní neděle může připadnout na Štědrý den.

Kromě adventních věnců se vily i prosté věnce bez svící z různých rostlin, které měly symbolický význam. Většinou měly zajistit svému majiteli štěstí, lásku, zdraví a bohatství.

SVATÁ BARBORA – na svátek sv. Barbory, tzn. 4. prosince, se vžila tradice řezání „barborek“, tj. větviček jakýchkoli stromů a keřů, které mohou do Vánoc rozkvést, nejčastěji třešňových. „Barborka“, která rozkvetla o Vánocích, přinášela do domu štěstí a děvčatům na vdávání předpovídala svatbu. I svatá Barbora přinášela v předvečer svého svátku dárky, podobně jako svatý Mikuláš odměňovala hodné a kárala zlobivé děti.

MIKULÁŠ – v předvečer svátku sv. Mikuláše podle tradice obchází sv. Mikuláš ve společnosti anděla a čerta rodiny s dětmi. Tento svátek má původ zejména v osobnosti sv. Mikuláše, který proslul svojí štedrostí k potřebným.

JMELÍ – v době adventu si lidé rádi zdobí svoje domovy jmelím, které má podle tradice přinášet štěstí a požehnání do domu, podle Keltů také plodnost. Políbení pod větvičkou jmelí má zajistit vzájemnou lásku až do příštích Vánoc. V zemích s Keltskou tradicí se k adventní a vánoční výzdobě používá také cesmína a břechtan, které mají chránit domov před čarodějnicemi a zlými duchy.

VÁNOČNÍ PERNÍČKY – adventní doba je také časem, který zhruba odpovídá době, kterou potřebují tradiční medové perníčky ke změknutí. Jejich pečení má v českých zemích tradici pravděpodobně od 12. století. Kromě jejich přímé konzumace a použití k ozdobení vánočního stromku je také možné připravit perníkový adventní věnec, nebo perníkový betlém.

VÁNOČNÍ CUKROVÍ – v této době se připravuje i vánoční cukroví, které má svůj původ v pohanské tradici oslav slunovratu, kdy mělo funkci ochrannou a obřadní. To se postupně přeměnilo v cukroví slavnostní. Pečení cukroví je významné pro rodinný život, umožňuje rodině strávit čas spolu v pohodlí a klidu domova, navozuje příjemnou atmosféru díky aromatickým kořením a dodává domovu nádech blížících se Vánoc. V mnoha rodinách si během pečení cukroví zpívají nebo poslouchají vánoční koledy.

VÁNOČKA – symbol Vánoc, je po několik století neodmyslitelnou součástí štědrovečerní večeře. Tradice pečení vánoček je živá i dnes v 21. století. Vánočky se pečou v pekárnách i v mnoha domácnostech, ale jejich běžný prodej během celého roku jim ubírá na výlučnosti vánočního pečiva. Vánočka vyráběná podomácku, často podle starých a zděděných receptů, je mnohem více oceňována. Zatímco ještě před druhou světovou válkou byla součástí slavnostní štědrovečerní večeře, stala se postupně běžným pečivem.

BETLÉMY – na samém sklonku adventu, někde až po narození Páně 25. prosince, si lidé staví betlémy (jesličky). Jesličky mají větší význam v některých evropských zemích, např. v Itálii, kde se nezdobí vánoční stromek a jesličky jsou tedy jediným symbolem Vánoc.

VÁNOČNÍ STROMEK – má svůj původ ve zdobení lidských obydlí chvojím na ochranu před vším zlým. Větve jehličnanů se staly symbolem věčného života. První stromky byly údajně zavěšovány za špičku ke stropu, později byly zavěšovány i špičkou dolů. K jejich zdobení se používalo pečivo, perníky, ovoce, ořechy, později stuhy, kraslice, slaměné ozdoby apod. Svíčky se ke zdobení údajně používají od roku 1860. V Česku poprvé postavil vánoční stromek pro své přátele v roce 181 ředitel pražského Stavovského divadla Jan Karel Liebich na svém libeňském zámečku. Nový zvyk se však začal prosazovat jen pozvolna, a to až ve 40. letech 19. století v bohatých pražských měšťanských rodinách. Tato tradice se považuje hlavně za křesťanský zvyk.

BETLÉMSKÉ SVĚTLO – od roku 1986 se v předvánoční době zapaluje v Betlémské jeskyni plamínek, který je pak skauty a dobrovolníky rozšiřován do světa jako Betlémské světlo.

Jsou samozřejmě ještě další – štědrovečerní zvyky (koledy, půst a zlaté prasátko, ořechové skořápky na vodě, šupinky z kapra, rozkrajování jablka ...), které neuvádím, na které si nevzpomínám, nebo je vůbec neznám. Zavzpomínejte na Vánoce svého dětství, připomeňte si jaké zvyky se ve Vaší rodině dodržovaly.

Přeji všem pěknou adventní atmosféru, klid, krásné Vánoce, rodinnou pohodu, lásku, zdraví a štěstí.

PETŘÍN, PRAŽSKÝ HRAD – 30. prosince

DOPRAVA: MHD na Smíchov – sraz před vchodem do Kinského zahrady

DÉLKA TRASY: cca 6 km

NÁROČNOST: nenáročná

Na tradiční „Petřínskou“ vycházku se nás sešlo čtyřicet osm. Sešli jsme se před vchodem do Kinského zahrady, prošli zahradou okolo letohrádku, zvonice, prohlédli si několik sousoší a vystoupali postupně okolo jezírek s vodopády a okolo vyhořelého památného kostelíku na Petřín.

Prošli jsme krásně zazimovaným Růžovým sadem k hvězdárně, kde jsme se zastavili u bronzové sochy velké osobnosti našich novodobých dějin – Milana Rastislava Štefánika. Od hvězdárny je to už jen kousek cesty okolo hradeb s malebnou vyhlídkou na sakrální stavby k ocelové konstrukci Petřínské rozhledny na úplném vrcholu (je to nejvýše položená stavba v Praze). Následně jsme si prohlédli krásně upravené kaple křížové cesty a pokračovali „zadní pěšinou“ na náměstíčko před Strahovským klášteřem. V kostele i u kostela jsou k vidění jesličky.

Průchodem jsme prošli na Pohořelec a na Loretánské náměstí. Nahlédli jsme do kláštera Kapucínů na jesličky a malebnými uličkami Nového světa došli na Hradčanské náměstí. Pokračovali jsme vánočně vyzdobenými hradními nádvořími a o okolo kostela sv. Jiří do Zlaté uličky. Poté jsme sešli na vyhlídku pod hradní branou, odkud je mimořádně krásný výhled na Prahu, především na malostranské střechy a Petřín. Čekal nás pohled na Prahu vánočně osvětlenou. Následoval krátký sestup po Zámeckých schodech na Klárov, kde jsme se rozloučili.

