

NA KOLE PŘES AMERIKU NA KARLŠTEJN



je jediný úsek výletu s větším silničním provozem. U hasičské zbrojnice zahnete doleva do lesa směrem na **Kosoř**. Mírným asfaltovým výjezdem dojedeme až do vesnice, kterou projedeme rovně a za vesnicí se napojíme na polní cestu, která nás dovede až na modrou turistickou značku.

Po krátkém zaslouženém odpočinku se vydáme šotolinovou cestou mezi



foto: archiv

Karlštejn

Na první z letošních doporučených výletů na kole po našem okolí bychom Vás rádi pozvali na vyjížďku do krásného okolí Karlštejna, lomu Amerika a řeky Berounky. Vybraná cyklistická trať částečně kopíruje v protisměru trasu závodu Karlštejnského maratonu. Trasa není příliš technicky náročná, nicméně doporučujeme použít horské kolo. Vaši technickou zdatnost si budete moci prověřit několika prudkými výjezdy i sjezdy. Délka celého výletu je na hranici 50km a v pohodovém tempu ji zvládnou i rekreační cyklisté. Navíc ti více unavení mohou využít kratší varianty s pohodlným návratem domů z Karlštejna vlakem.

Výchozím bodem naší trasy bude sportovní **obchod Ski a Bike Cent-**

Doleva po modré se dostaneme až do vesnice **Třebotov**. V Třebotově můžeme po silnici projet vesnicí, nebo pokračovat dále po modré, až narazíme na rozcestí se zelenou turistickou značkou. Na konci Třebotova se znovu napojíme na modrou turistickou značku, po ní se sjezdem z Třebotova dostaneme k rybníčku, od kterého nás čeká slušný kamenitý výšlap na pole nad **Vonoklasy**. Stále pokračujeme po modré přes Vonoklasy, nebo lehkou zkratku přes polní stezky, směrem do **Roblína**. Zde nás modrá trasa povede

doleva. U lesíka podél plotu zameríme technicky zaměřeným sjezdem na **Dolní Roblín** a pak polní cestou až do **Mořiny**.

V **Mořině** projedeme okolo fotbalového hřiště až na asfaltovou silnici. Stále se držíme modré turistické značky. Silnicí sjedeme až na rozcestí se žlutou turistickou značkou, po které budeme pokračovat k překrásnému lomu **Velká Amerika**. Cestou dále překonáme trochu prudší výjezd a poté už se můžeme nerušeně kochat krásnými výhledy do těchto romantických bývalých lomů.



foto: archiv

Velká Amerika

rum **Radotín**, kde je možné na poslední chvíli doladit technický stav kola nebo zakoupit různé výživové doplňky na celý výlet. Zpočátku směřujeme k radotínské cementárně, což

lomem **Mexiko** a **Velká Amerika** opět na žlutou turistickou značku. Zde si zdatnější z nás mohou vychutnat technicky náročnější sjezd do lesíku, kterým potom pokračujeme dále až na další polní cestu. Projedeme silnicí spojující lomy a příjemnou cestou uprostřed polí, která posléze vyústí do lesa, obklopujícího opuštěný lom, dorazíme nad **Malou Ameriku**. I nadále zůstáváme na žluté turistické trase a pěkným sjezdem dojedeme až k rozcestí **U dubu sedmi bratří**. Zde se můžeme na chvíli zastavit a obdivovat hraniční dub, starý asi 350 let. Dub je opředený mnoha pověstmi například o tom, že si pod ním dělilo svou kořist sedm bratrů loupežníků. A teď se již klidně spustíme po silnici dolů do Karlštejna.

V obci **Karlštejn** si dejte pozor, uvnitř obce platí značka „Cyklisto sedeni z kola“. Poté, co si prohlédnete

hrad, můžete využít bezpočet možností k občerstvení, zábavě i k odpočinku. I okolí Karlštejna stojí za zhlédnutí. V této národní přírodní rezervaci se nacházejí překrásné dubohabrové háje a doubravy.

V tuto chvíli máme tu nejtěžší

Most v Dobřichovicích

část trasy již za sebou a čeká nás snadnější návrat do Prahy. Máme možnost si vybrat. Buď můžeme využít nedalekou zastávku ČD a vrátit se vlakem, nebo absolvovat zpáteční cestu po vlastní ose, čemuž dá zapálený cyklista určitě přednost. Zpět na kole pojedeme nenáročným terénem nejprve po silnici směr **Hlásná Třeboň**, kde převedeme kola přes lávku nad Berounkou. Poté budeme pokračovat po příjemné stezce vedoucí podél železniční trati a řeky Berounky, kudy se dostaneme až do **Řevnic**. V Řevnicích se můžeme v místní cukrárně na náměstí zastavit na zasloužený dortík. Pokud jsme se i po sladkém občerstvení rozhodli pokračovat v jízdě, značená cyklostezka nás přes Berounku zavede do obce **Lety**.

Dále vede cesta stále podél vody až do **Dobřichovic**, kde bychom se určitě neměli zapomenout alespoň na chvíli zastavit u zámku, či posedět u krásného jezku. Ještě chvíli zůstaneme na této straně řeky a po dalším mostu přejezdíme na druhý břeh. Mineme **Všenory** a za chvíli se ocitneme na zajímavém železničním mostě, který nás přenesení do **Mokropsů**. Zde nemůžeme, už kvůli daleko se linoucí vůni čerstvě upečeného pečiva, minout vyhlášenou místní pekárnu. Pokud máme



foto: archiv



foto: archiv

Most v Zadní Třebani

Ptá se dvacetiletá Lenka maminky: „Mami, proč mi pořád nechceš dovolit řídit tvoje auto? Vždyť už jsem na to dost stará!“ „Ty ano, ale moje ... (viz tajenka).“



Křížovku poskytl Vydavatelství Balzám

Pomůcka:	Japonská báseň	Cukrovinka	Léky působící na dělohu	Knockout (zkrat.)	Směs vykalů	Douglasovo jméno	Model chladničky	Iniciály Dobrovského	Právní předpis papeže	Sudokopytník
Rámus										
1. DÍL TAJENKY					Rejstřík Citoslovce říznutí					
Eisenhowerova přezdívka				Bratr (u mlichů) Plachetnice				SPZ okr. Karviná Sirmatá slouč.		
Ruský piroh							Svazek rostlin Starolec. platidlo			
Esymácký člun										Nepravdy
Krétské pohofí	Značka nobelia Předběžná zkouška			Hlupák (expres) Americký astronaut						
Písmeno řecké uncíálky				Cukrovinka Svát						
Francouzská předložka		Jihoamerická kůže Orání						Značka lithia Iránský kočovník		
Dvoukřídilý hmyz									2. DÍL TAJENKY	Chemické činidlo
Přirozená soda Podnik v Pečkách								Španělská vychovat. Taroková hláška		
Bojová látka						Expediční výprava Hašiš				
Osahání							Umění (zastarale) Značka graye			
3. DÍL TAJENKY			Pohnuté (hudeb.)							
Iniciály Nedošinské			Sřevní onemocnění					Škrobení (zastarale)		

Znění tajenky křížovky z minulého čísla:

„nevím kde bydlím“

jméno.....tel. spojení.....
 adresa.....
 znění tajenky.....

SKI CENTRUM BIKE RADOTÍN

SPECIALIZOVANÁ CYKLOPRODEJNA

Dětská cyklistika
 Dámská cyklistika
 Testcentrum

Ski a Bike Centrum Radotín
 Topasová 1/885
 Praha 5 - Radotín
 tel: 257 912 495

e-shop na:
www.kola-radotin.cz

Výherci z minulého čísla:

- Eva Jelínková
Sídliště 1067
Radotín
- Libuše Želena
Na Rymáni 14
Radotín
- Šárka Koudelová
Neumannova 1449/6
Zbraslav



V případě, že se chcete zúčastnit slosování o věcné ceny, zašlete nebo doneste vyluštěné znění tajenky vepsané do ústřížku pod křížovkou. Ústřížek odstříhnete a doručíte na adresu redakce: V. Balého 23, 153 00 Praha - Radotín. Na obálku napište heslo **KŘÍŽOVKA**, kontaktní adresu nebo telefonní číslo. Do slosování budou zařazeni pouze úspěšní luštitelé tajenky. Výherci si svoji výhru mohou převzít na adrese redakce. Ústřížky s vyluštěným textem budou zařazeny do slosování, pokud dojdou do redakce nejpozději do 4.6.2009.

Cyklorádce
 aneb jak na kolo

DĚTSKÁ ODRÁŽEDLA – JAK VYBRAT

Máte malé dítě a chcete s ním začít s cyklistikou? Dětská odrážedla jsou tím nejlepším prvním krokem.

Dětská odrážedla jsou novinkou několika posledních let. Mnoho rodičů dosud řešilo první seznámení dítěte s cyklistikou tak, že mu z nejmenší dostupné velikosti dětského kola odmontovali pedály (případně i kliky) a snížili sedlo na nejnižší možnou výšku. Odrážedlo je jednodušší alternativou. Jde ve své podstatě o jízdní kolo bez možnosti šlapání. Do pohybu ho dítě uvede odražením nohou od země. Velikostí je uzpůsobené pro nejmenší děti a je určeno pro úplné začátky s cyklistikou. Dítě se na odrážedle naučí držet rovnováhu, zatáčet a odhadovat vzdálenosti při jízdě.

Pro jak velké děti je dětské odrážedlo určeno

Pro začátky s odrážedlem se nejčastěji uvádí věk okolo dvou let. Je to však u každého dítěte individuální a závisí to na jeho fyzické vyspělosti a tělesné výšce. Někdy jezdí na odrážedle i dítě mladší dvou let, jindy ani dvouleté dítě nedosáhne ze sedla odrážedla na zem a musí ještě

K čemu přihlížet při výběru odrážedla

- » Pozor na technické provedení a kvalitu rámu odrážedla – doporučujeme kovové rámy z hliníkové slitiny, která je lehká a přitom pevná.
- » Nízkou váhu rámu ocení dítě i rodič. Váha nesmí jít ale na úkor pevnosti a robustnosti odrážedla.
- » Pokud dítě bude stát obkročmo nad horní rámovou trubkou odrážedla, měl by mezi trubkou a odrážedlem, měl by mezi trubkou a odrážedlem dítěte a rámem zůstat volný prostor.
- » Brzda není u odrážedla nutná, využije jí jen část starších dětí.
- » Pozor na rozsah nastavení výšky sedla. Zjistěte si minimální a maximální výšku posedu.
- » Přední a zadní kolo – nejlépe s kvalitními náboji, výpletem a nafukovacími koly.
- » Gripy na koncích řídek musí mít zvýšený lem zabraňující sesmeknutí rukou z řídek.
- » Řídítka musí mít šířku, která se bude dítěti dobře držet. Lépe širší než užší řídítka.
- » Řídítka musí hladce zatáčet. Vyzkoušejte, zda při otáčení nedrhnou. Výhodou je, pokud je na odrážedle hlavové složení používané u jízdních kol.
- » Sedlo musí být komfortní a co nejlépe anatomicky tvarované, aby se dítěti na odrážedle pohodlně sedělo. Plastová ani dřevěná sedla nejsou pro dítě tak pohodlná.

Prejeme Vám šťastnou ruku při výběru a dětem krásné zážitky na novém odrážedle!



několik měsíců počkat.

Kde na odrážedle jezdit

Odrážedla jsou určena pro nejmenší děti a tomu by se měl přizpůsobit i terén, kde budete s dítětem na odrážedle jezdit. Vhodné jsou bezpečné rovinné plochy bez automobilového provozu, jako jsou parky nebo hřiště.

Pokud se chcete o dětských odrážedlech dozvědět více informací, doporučujeme Vám navštívit stránky www.skibi-blog.cz kde naleznete spoustu užitečných rad i názory rodičů, kteří mají s odrážedly zkušenost.