

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

Fakulta tělesné výchovy a sportu

DIPLOMOVÁ PRÁCE

2006

Alice Pistoriusová

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

Fakulta tělesné výchovy a sportu

Proměny doporučených pražských cyklotras 2001 - 2006

Diplomová práce

Vedoucí diplomové práce:

PaedDr. Jiří Šafránek

Zpracoval:

Alice Pistoriusová

srpen 2006

Abstrakt

Název práce:

Proměny doporučených pražských cyklotras 2001 - 2006

Recommended Prague's bicycle trails and their changes 2001 -2006

Cíle práce:

Zhodnotit změny, které se dějí na cyklotrasách ve vztahu k jejich původnímu popisu po pěti letech. Popis tras vedený k jejich projetí bez použití mapy.

Metoda:

Pozorování a písemné zaznamenávání změn tras v rámci terénního průzkumu. Analýza současného stavu ve vztahu k původním popisům a stavu tras.

Výsledky:

Ucelený přehled prověřených cyklotras a jejich aktualizace. Posouzení srozumitelnosti popisu tras vzhledem k možnosti absolvovat tyto trasy bez použití mapy.

Klíčová slova:

Praha, cyklotrasa, průjezdnost, popis.

Touto cestou bych chtěla poděkovat PaedDr. Jiřímu Šafránkovi. za odborné vedení práce, za praktické rady a za možnost využít jeho zkušenosti v této problematice.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracovala samostatně a použila jsem pouze literaturu uvedenou v seznamu bibliografické citace.

Alice Pistoriusová

1. ÚVOD.....	6
2. STAV POZNATKŮ K ŘEŠENÉ PROBLEMATICE	6
3. CÍL DIPLOMOVÉ PRÁCE	7
4. METODIKA HODNOCENÍ CYKLOTRAS.....	7
5. SEZNAM SLEDOVANÝCH CYKLOTRAS + ZÁZNAM Z JEJICH PRŮZKUMU	9
5.1. DRAHANSKOU ROKLÍ DO ĎÁBLIC.....	9
5.1.1 Základní trasa	9
5.1.2 Zhodnocení trasy	12
5.2. KUNRATICKÝ LES, A CO DÁL ?.....	13
5.2.1 Základní trasa	14
5.2.2 Varianta – zkrácená.....	16
5.2.3 Varianta - zkrácená	16
5.2.4 Okruh A.....	17
5.2.5 Okruh B.....	17
5.2.6 Okruh C.....	18
5.2.7 Zhodnocení trasy	19
5.3. LEVÝ HRADEC, KDE ŽIL UDATNÝ KNÍŽE BOŘIVOJ	20
5.3.1 Základní trasa	20
5.3.2 Varianta – zkrácená.....	23
5.3.3 Varianta - zkrácená	24
5.3.4 Zhodnocení trasy	24
5.4. NA DĚVÍN A POD VYŠEHRAD	26
5.4.1 Základní trasa	26
5.4.2 Varianta – zkrácená.....	28
5.4.3 Zhodnocení trasy	29
5.5. NA KELTSKÉ HRADIŠTĚ ZVOLE.....	30
5.5.1 Základní trasa	30
5.5.2 Varianta – zkrácená.....	32
5.5.3 Varianta – zkrácená.....	33
5.5.4 Varianta – zkrácená.....	33
5.5.5 Zhodnocení trasy	34
5.6. NA ŠANCE A DO KOLODĚJ	35
5.6.1 Základní trasa	35
5.6.2 Varianta - zkrácená	38
5.6.3 Zhodnocení trasy	38
5.7. OKOLO ŠÁRKY CESTIČKA	39
5.7.1 Základní trasa	39
5.7.2 Varianta – zkrácená.....	42
5.7.3 Zhodnocení trasy	43
5.8. PŘES VINOŘ NA HRAD JENŠTEJN.....	43
5.8.1 Základní trasa	43
5.8.2 Zhodnocení trasy	46
5.9. PŘÍRODA KOLEM JZ MĚSTA	46
5.9.1 Základní trasa	46
5.9.2 Varianta – zkrácená.....	49
5.9.3 Varianta – zkrácená.....	49
5.9.4 Zhodnocení trasy	50
5.10. TO NEJHEZČÍ Z PRAHY	51
5.10.1 Základní trasa.....	51
5.10.2 Varianta zkrácená.....	55
5.10.3 Varianta – zkrácená.....	57
5.10.4 Zhodnocení trasy	57
6. DISKUSE	58
7. ZÁVĚR.....	59
8. SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	60

1. ÚVOD

Snad skoro v každé rodině dnes najdeme kolo. Jízda na kole patří k nejoblíbenějším sportům dětí. Rodiny s dětmi často vymýšlí kam na společný výlet. Pro ty, kteří se chtějí ať už sami nebo s dětmi vydat na cyklistický výlet, vedený přes krásná a zajímavá místa, a zároveň opustit hluk rušných ulic, smog a větší automobilový provoz, je právě tato práce dobrým námětem. Na současném trhu existuje jen málo materiálů, které by popisovaly možné cyklistické trasy. Mapy jsou proto jednou z možností, v nich čtenář ale musí umět číst a orientovat se. Avšak v takovýchto mapách chybí poznávací text, který by nám cestu více přiblížil a zjednodušil. Text knihy S dětmi na kolech Prahou a okolím (Šafránek, Vaňková, 2001) jsem při projíždění tras pozměnila dle aktuálního stavu trati, bližším popisem nepřehledných míst a umožnila tak cyklistům jet lépe bez nutnosti nahlížet do mapy. Cyklista tedy bude po celou dobu jízdy provázet jen text trati. Trasy jsou koncipovány nejen pro zkušené a fyzicky zdatné jedince, ale vhodné jsou i pro děti. V seznamu sledovaných cyklotras uvádím tabulku s délkou konkrétní trasy.

2. STAV POZNATKŮ K ŘEŠENÉ PROBLEMATICE

Existují cyklistické trasy, které jsou vedeny po značených cestách a vedle nich se objevují trasy, které značené nejsou. Na těchto 10 doporučených cyklotrasách z publikace S dětmi na kolech Prahou a okolím (Šafránek, Vaňková, 2001) se objevují oba typy tras. Tyto pak upřesňují síť námi vybraných cyklostezek.

Inspirací k této práci mi byla také diplomová práce Radky Brzákové (2003), která se zaměřovala na pražské cyklotrasy, jejich hodnocení z hlediska přehlednosti značení, technických nedostatků, kolizní místa a problematické úseky. U každé cyklotrasy uvádí nápravná opatření, která v případě realizace zlepšují podmínky využití pro širokou cyklistickou veřejnost.

Já jsem se ve své práci zaměřila na detailnější popis 10 pražských cyklotras z publikace S dětmi na kolech Prahou a okolím (Šafránek, Vaňková, 2001).

Během projíždění a pozorování těchto 10 cyklotras jsem zaznamenala změny, které se na trase vyskytly. V několika případech byla trasa nepřehledně značena špatně umístěnou TZ.

Situaci komplikuje typ povrchu komunikací, proto upozorňuji na možná rizika. Komplikované jsou průjezdy křižovatkami a další změny jako jsou nové vystavěné objekty. Průjezdnost v několika trasách vedených podél Vltavy může být zkomplikovaná při záplavách či deštivém počasí. Při výběru tras musíme brát proto zřetel na tyto skutečnosti. Text v mém podání je obohacen o pár záchytných bodů, u kterých jsem předpokládala, že se nebudou delší dobu měnit. Na cestách musíme počítat s možnými opravami komunikací, objížďkami a podobnými zásahy do cest. Délka trasy se tak může o pár metrů či km prodloužit, případně zkrátit.

Původní text této publikace rozšiřuji o podrobnější popisky typu povrchů na komunikacích, uvádím nebezpečné překážky a místa, kterými nás cyklotrasa vede. Popis současných tras jsem popsala tak srozumitelně, že mapy uváděné v publikaci S dětmi na kolech Prahou a okolím (Šafránek, Vaňková, 2001) zde nejsou potřebné, a proto je v textu tras neuvádím. K některým popisům pak připojuji fotodokumentaci, jenž nám přiblíží zajímavá místa na trase.

3. CÍL DIPLOMOVÉ PRÁCE

Cílem diplomové práce je zaktualizovat jejich současný stav na základě vlastního terénního průzkumu. Z výsledků po pěti letech vyvodit závěry důležité pro tvorbu cyklotras, jejich popis, upozornit na vývoje urbanizovaného a příměstského prostoru. Zároveň cyklotrasy popsat tak podrobně, že k jejich projetí nebude cyklista potřebovat mapu. Změny, které se objevily jsem připojila do původního textu z publikace S dětmi na kolech Prahou a okolím (Šafránek, Vaňková, 2001) a okolím tak, aby se čtenář srozumitelně a návazně mohl řídit textem. Tyto změny jsou psané druhem písma *kurzíva*, což umožní lepší orientaci v textu. Do této práce jsem také k několika trasám připojila fotografie k zajímavosti na trati.

4. METODIKA HODNOCENÍ NĚKTERÝCH CYKLOTRAS

Všech 10 cyklotras z publikace S dětmi na kolech Prahou a okolím (Šafránek, Vaňková, 2002) jsem fyzicky projela na kole v období 01.12. 2005 – 30.05.2006, pozorovala a zaznamenávala změny v rámci terénního průzkumu a srovnávala je se stavem tras z roku 2001. Popsala jsem tedy přesné a přímé informace z těchto tras, které se zde během těchto 5-ti let vyskytly. Zachycené změny jsem pro větší přehlednost vložila ke konkrétní cyklotrase a označila je druhem písma *kurzíva*. Získané poznatky jsem zobecnila v kapitole č. 6. Diskuse.

Okruh sledovaných problémů:

PŘEHLEDNOST POPISU A ZNAČENÍ CYKLOTRASY

TYP POVRCHU KOMUNIKACE

MOŽNÁ NEBEZPEČÍ

DALŠÍ ZMĚNY

Základní trasa je uváděna přesným popisem cesty. V některých trasách jsou zachyceny dvě možnosti (cesta vhodná za sucha a za mokra), které jsou značeny A nebo B. V trasách jsou také ve stručném popisu uvedeny zajímavé varianty jak si trasu s menšími dětmi zkrátit, nebo delší varianta pro zdatnější cyklisty. Na konci každé trasy je její zhodnocení.

Pro snazší orientaci jsou na začátku každé trasy uvedeny tyto informace:

TRASA:	stručný výčet hlavních míst trasy
PŘÍSTUP:	místa, odkud lze nejjednodušeji začít – obvykle stanice metra (=M=)
DÉLKA TRASY	přibližná délka trasy v km, případnými zarážkami k zajímavostem se trasa prodlouží
SOUČET STOUPÁNÍ:	přibližný odhad stoupání v metrech

Použité zkratky:

ČD	stanice Českých drah (vlaků)
-----------	------------------------------

= M =	stanice metra
TZ	turistická značka
(!)	pozor, nebezpečí

5. SEZNAM SLEDOVANÝCH CYKLOTRAS + ZÁZNAM Z JEJICH PRŮZKUMU

Č.	NÁZEV CYKLOTRASY	DÉLKA ZÁKLADNÍ CYKLOTRASY	STRÁNKA
1	Drahanskou roklí do Ďáblic	18 km	6 – 9
2	Kunratický les, a co dál ?	20 km	10 – 16
3	Levý Hradec, kde žil udatný kníže Bořivoj	32 km	17 – 21
4	Na Děvín a pod Vyšehrad	18 km	22 – 26
5	Na Keltské hradiště Zvole	48 km	27 – 31
6	Na Šance a do Koloděj	32 km	32 – 36
7	Okolo Šárky cestička	28,5 km	37 – 40
8	Přes Vinoř na hrad Jenštejn	25 km	41 – 43
9	Příroda kolem JZ města	25 km	44 – 48
10	To nejhezčí z Prahy	33 km	49 – 56

5.1. DRAHANSKOU ROKLÍ DO ĎÁBLIC

5.1.1 Základní trasa

=M= Holešovice, Troja, Podhoří, Drahanská rokle, Dolní Chabry, staré Ďáblice, Ládví, Čimický háj, Velká skála, Troja, =M= Holešovice

Přístup: =M= Holešovice

Délka trasy: 18 km

Součet stoupání: 160 m

Můžeme vyjet od =M= Holešovice. Až k rozcestníku TZ v ústí Drahanské rokly je trasa stejná jako trasa Na Levý Hradec, kde žil udatný kníže Bořivoj

Drahanskou roklí se dáme vpravo po žluté a modré TZ *lesem po štěrkové cestě* Modrá zakrátko odbočí doprava strání na hradiště Zámky.

My stále sledujeme žlutou TZ vedoucí podél potoka. Pěkná cesta přechází asi do 250 m dlouhého obtížného úseku, který můžeme překonat několika brody, nebo vést kolo po úzké pěšině na pravé straně potoka ve svahu. Cesta se opět zlepšuje a stále stoupá kolem chat a opraveného Drahanského mlýna. *Tady je cesta obtížnější, nerovná, hodně kamenitá.*

Žlutá TZ odbočuje (*pozor, na cestě jsou velké kameny*), my však pokračujeme údolím až k retenční nádrži. Po asfaltce vedoucí po její pravé straně jedeme až k zastávce autobusu č. 162 v Dolních Chabrech

U zastávky autobusu odbočíme doprava a po hlavní silnici *do kopečku* vyjedeme ke kostelu Jana Křtitele.

Za kostelem sjedeme z hlavní silnici a pokračujeme kolem průčelí nádherně opraveného selského gruntu *Slunečný dvůr* ulicí Na dolíku. Z ní odbočíme doprava kolem zídky až k vodní nádrži a dále Krbickou ulicí do kopečka až na hlavní. Tento úsek je jednosměrný, a proto je nutné kolo vést, je to stejně dost do kopce. *Tento úsek není jednosměrný.* Na hlavní se dáme vlevo a přes další hlavní (je tu stopka) jedeme rovně do podjezdu pod dálnicí a stále rovně až na okraj Ďáblic.

Na okraji Ďáblic zabočíme před prvními domy vpravo a hned vlevo ulicí Hřenskou. (*po novém kruhovém objezdu do ulice Hřenska*). Můžeme se občerstvit ve Ferdově ráji nebo v obchodě na konci ulice. *Obě dvě občerstvovací možnosti jsou zrušeny.* Tam před zastávkou autobusů č. 103 a 345 odbočíme prudce doprava do kopce po žluté TZ Květnovou ulicí. To již vidíme vlevo kopuli dáblické hvězdárny, k níž vede odbočka ze žluté TZ. I tehdy, kdy je hvězdárna zavřená (informace: e-mail dablice@planetarium.cz) stojí za to se k ní podívat, protože je od ní nádherný rozhled. Za dobré viditelnosti můžeme vidět celou čtvrtinu Čech - od Krušných hor po Krkonoše (Říp, Bezděz, Ještěd).

Od hvězdárny pokračujeme ke sloupu vysokého napětí směrem ke Květnové ulici. *Cesta vede vyšlapanou cestou v trávě*

A: Máme-li už dost kopců, dáme se od sloupu vpravo na konec ulice a pokračujeme po žluté TZ po pěkné cestě, zpočátku po okraji lesa a potom lesem, ale stále více méně po rovině až k rozcestníku TZ Areál zdraví Ďáblice.

Kousek za areálem se zleva připojuje zelená TZ. Obě značky nás svedou po betonce až k hlavní silnici.

B: Pokud máme elán ještě stoupat, jedeme od sloupu vysokého napětí vlevo k mladému borovému lesu a kolem něj z pravé strany až k jezírku. Zleva odspodu přichází zelená TZ, která nás vede dále kolem dětského hřiště s altánem. Stoupáme po cestě se zelenou TZ na vrchol Ládví do výšky 358,9 m n.m., kde u vysílačů začíná asfaltka; po ní opatrně sjedeme na rozcestí se žlutou TZ až k hlavní silnici.

Přejedeme vlevo po přechodu ke konečné tramvaji (Kobyliská vozovna) a hned se dáme vpravo přes čtyřproudovou silnici směrem k nízké budově Penny marketu. Odtud pokračujeme po zelené TZ do lesa, kam vjedeme kolem cvičiště pro psy. Jedeme nejdříve po nezpevněné a potom po asfaltové cestě. U bývalé hájenky si povšimneme starých dubů.

Zelená TZ nás vyvede z lesa u památníku Rudé armády k široké silnici.

Sjedeme doprava podél silnice ke světelné křižovatce.

Po přechodech se dostaneme na druhou stranu do nové zástavby pěkných barevných domů. Sjíždíme mezi nimi ulicí Velká skála, před sebou v dálce vidíme žižkovský vysílač. Na konci ulice zahneme vpravo do ulice Nad Vavrouškou. V jejím ohybu pokračujeme z dlážděné ulice do uličky mezi ploty a za nimi vlevo dolů kolem třešňovky.



Vpravo je zalesněný skalnatý vrcholek Velká skála - stojí za to se na něj zajít podívat.

Eduard Štorch se ve své knize Lovci mamutů inspiroval archeologickými nálezy z Velké skály. Nálezy dokumentují osídlení tohoto ostrohu pravěkými lidmi. Doposud lze občas pod skalami najít úlomky jejich pravěkých nástrojů.

Kolem třešňového sadu klesáme asfaltovou ulicí Pod Havránkou mírně dolů. Zprava přichází zelená TZ a cesta se mění v prudčeji klesající betonku. Zelená záhy odbočuje. Využijeme ji pouze jako odbočku k nádherné vyhlídce na Troju a Prahu u bývalé hospodářské usedlosti Havránka.

Vrátíme se v protisměru zpět na betonku, protože zelená TZ je nesjízdná (schody), a sjedeme po ní prudce doprava dolů. Ulice Pod Havránkou pokračuje i přes hlavní silnici kolem zdi Trojského zámku a dojedeme po ní tak až k Vltavě na lávku pro pěší. Proti směru začátku trasy se vrátíme přes Císařský ostrov na =M= Holešovice.

5.1.2 Zhodnocení trasy

Tato trasa je poměrně kopcovitá. Možnosti občerstvení jsou zrušeny. Změny v této trase nejsou příliš rozdílné od původního textu. Cestou je možné navštívit d'áblickou hvězdárnu, odkud je nádherný rozhled.

5.2. KUNRATICKÝ LES, A CO DÁL ?

Přístup: =M=Chodov, =M= Roztyly

Vzhledem k velkému množství přístupů do tohoto lesa lze kombinovat doporučené cesty do řady variant. Uvádím základní trasu a její varianty a dále tři krátké okruhy v Michelském a Kunratickém lese (A, B, C).

Michelský a Kunratický les jsou jednou z největších souvislých lesních ploch v Praze. Žije zde množství ptactva a zvěře, včetně malého stáda muflonů. Ve stráních nad Kunratickým potokem roste řada chráněných teplomilných rostlin. Vedle této přírodní památky je zde významná kulturní památka - zřícenina Nového hradu krále Václava IV. Pro cyklisty je tu vhodné prostředí spíše v době, kdy je na cestách méně chodců. Lze si vybrat lehké, středně těžké i náročné vyjížděky. Charakter terénu určuje údolí Kunratického potoka svahy, které se

směrem od něho zdvihají až téměř o 100 výškových metrů. Když mluvíme o relativní rovině kolem potoka, je třeba si uvědomit, že Kunratický potok mezi Kunratickým mlýnem a rybníkem U labutě sice klesá o 50 výškových metrů, ale na vzdálenosti téměř 4 km. Když tedy jedeme proti proudu vlastně do kopce, nebude to tak hrozné. Toto hledisko je uplatněno i v navržených okruzích (Šafránek, Vaňková, 2001).

Nejsnazší přístup bez stoupání je ze stanice =M=Chodov. Z vestibulu metra vyjdeme směrem na Kunratický les a polikliniku a pokračujeme dále pravou stranou obchodního centra po nájzdu pro kočárky *vpravo po schodišti*. Za nákupním centrem je volná plocha (*najedeme na parkoviště, které opatrně přejedeme směrem k vysokým stožárům elektrického vedení*). Za nimi vidíme hradbu lesa a při jeho pravé straně (téměř u paneláků) vyčnívá statný DUB s šipkou modré TZ. *K dubu přejedeme po přechodu pro chodce přes dvouproudovou silnici*. Dále po modré TZ jsou popsány následující tři okruhy.

5.2.1 Základní trasa

=M= Roztyly, Kunratice, Šeberov, Rozkoš, Dobřejovice, Průhonice, Újezd u Průhonic, Milíčovský les, =M= Háje

Délka: 20 km

Součet stoupání: 180 m

Vyjíždku můžeme začít na =M= Roztyly tak, že se vydáme po žluté TZ a jedeme po ní až ke Kunratickému mlýnu (případně začneme okruhem B od =M= Chodov a po něm dojedeme ke Kunratickému mlýnu, což je snazší varianta).

U Kunratického mlýnu opustíme žlutou TZ a dáme se po levé straně Dolnomýnského rybníka panelovou cestou (*naproti autobazaru*) dodrncáme až na hlavní asfaltku, kde zabočíme vlevo, ale jedeme jen na 20 m a pak zatočíme doprava. Jedeme po d svahem lesa nejdříve asi 100 m po asfaltové a za závorou po dobré kamenité pěšině kolem Hornomlýnského rybníka a jeho přítoku až k betonovému můstku, přetínajícímu potok vpravo. Necháme most mostem a ze

dvou cest před sebou si vybereme tu panelovou, která stoupá údolíčkem vzhůru do kopce *asfaltovou cestou víc vlevo*.

Nahoře sledujeme zlatou střední cestu, která nás přivede až na rozcestí ve tvaru velmi ostrého Y. Kdybychom jeli vpravo ulicí K Jelená, dostali bychom se k rybníku Šeberák, kde je pěkné koupání. Pojedeme však vlevo *ulicí U Honu* a na konci zástavby zase vlevo, a tak se dostaneme k velmi frekventované silnici - kunratické spojce. Opatrně ji kolmo přetneme a pokračujeme do Šeberova, který vidíme před sebou (*slepá ulice pod dráty vysokého napětí*). Ulicí V ladech přes zpomalovadla přijedeme na hlavní silnici. Z ní odbočíme doprava.

A: Po 200 m, za ostrou pravotočivou zatáčkou se zrcadlem, se dáme vlevo do jednosměrky a hned potom vpravo do ulice K Rozkoši. Tuto cestu zvolíme pouze za sucha, protože polní cesta pokračování ulice K Rozkoši je špatná. Přivede nás však ze Šeberova na kraj Rozkoše.

B: Za mokra pokračujeme za zrcadlem stále rovně po hlavní silnici až do Hrnčič, kde na křižovatce u hřbitova zatočíme vlevo *na kruhovém objezdu* směrem na Rozkoš. Na kraji Rozkoše se obě varianty sejdou. Pokračujeme po hlavní silnici směrem na Průhonice *po značené TZ*.

A: Na křižovatce však do Průhonic neodbočíme, ale jedeme stále rovně. Po pravé ruce máme hroutící se zeď druhé části zámeckého parku. Podél ní projedeme kolem vstupu do parku (jízda na kole je v prostorách parku zakázána). Pokračujeme z kopce, přejedeme potok a mezi parky směřujeme po silnici k Dobřejovicím. Těsně před nimi se před pravotočivou zatáčkou u starého špýcharu dáme vlevo, zprvu po asfaltce, ale po 200 m polní cestou, *u rybníka pak doleva mezi domy po asfaltce, kde přejedeme kruhový objezd*, která nás přivede do Průhonic na náměstí a k hlavnímu vchodu do parku.

B: Za mokra jedeme před Dobřejovic a Čestlice po silnici až do Průhonic.

A: Za sucha sjíždíme z průhonického náměstí dolů z kopce, ale jen tak rychle, abychom před můstkem přes Botič stihli bezpečně odbočit doprava na cestu s červenou TZ. Po ní jedeme až k podjezdu pod dálnicí. Opustíme TZ a přejedeme (přejdeme) po lávce na levou stranu podjezdu - pozor na vysoký schod (!). Hned za podjezdem se dáme doprava (*doleva!*), po úzké dlážděné pěšině kolem dálnice až na úroveň vozovky. Pokračujeme šikmo doprava mezi

zahrádkami až do Újezdu. Vjedeme opatrně na hlavní silnici a po ní se dáme doprava přes hráz Návesního rybníka.

B: Za mokra pokračujeme za můstkem přes Botič mírně do kopce a na první křižovatce odbočíme vpravo směrem na Újezd kolem Návesního rybníka.

Asi 200 m za návsi Újezdu odbočíme na křižovatce vpravo směrem na Křelice. Po 1 km, když se asfaltka v ostré pravotočivé zatáčce přiblíží k rohu lesa na levé straně, zabočíme do něj a držíme se široké pěšiny při pravém okraji (*levém okraji*). Když dorazíme na asfalt, odbočíme vpravo, stejně jako zelená TZ. Na křižovatce jedeme rovně, a to i na okraji lesa, kde zelená TZ odbočuje vlevo na pěšinu. Přejedeme hráz Milíčovského rybníka.

U starého objektu bývalého hospodářského dvore se dáme vlevo ulicí K Mlíčovu. Kolem školy jedem stále rovně, a to i přes úsek neprůjezdný pro auta, kudy se dostaneme do ulice Stříbrského. Zabočíme doprava ulicí Tatarkovou, až přijedeme k nadjezdové lávce, po níž se dostaneme přes čtyřproudovou komunikaci do vestibulu =M= Háje.

5.2.2 Varianta – zkrácená

=M= Roztyly, Kunratice, Šeberov, Rozkoš, Újezd u Průhonic, Milíčovský les, =M=Háje

Délka: 13,5 km

Součet stoupání: 100 m

Po příjezdu do Rozkoše, ať už po silnici od Hrnčič, nebo po polní cestě od Šeberova, zahame na okraji obce doleva na starou rozbitou asfaltku, která nás vede mezi poli až na silnici poblíž dálnice. Dáme se doleva, přejedeme dálnici a přijedeme do Újezdu, kde se před Návesním rybníka napojíme na základní trasu.

5.2.3 Varianta - zkrácená

=M= Roztyly, Kunratice, Šeberov, Rozkoš, Průhonice, Újezd u Průhonic, Milíčovský les,
=M= Háje

Délka: 15,5 km

Součet stoupání: 120 m

Na první hlavní křižovatce za Rozkoší odbočíme ze základní trasy vlevo dolů do Průhonic. Na první křižovatce v Průhonicích odbočíme doleva směrem na Újezd, kde se napojíme na základní trasu.

5.2.4 Okruh A

Délka: 4 km

Součet stoupání: 25m

Okruh je vhodný i pro malé děti. Začíná na místě zvaném U DUBU.

Jedeme po modré TZ směrem od silnice až k VELKÉMU ALTÁNU, *kde je rozcestník*. Od něj pokračujeme po zelené TZ a asfaltové cestě až k rozcestí Nad úvalem. Tady opustíme zelenou TZ (která vede z kopce dolů k restauraci U krále Václava IV.). Pokračujeme 80 m směrem k výjezdu z lesa na hlavní silnici a tam se napojíme na modrou TZ. Po ní odbočíme vlevo a mírným stoupáním po šterkové cestě okrajem lesa kolem hlavní silnice se vrátíme k velkému dubu.

5.2.5 Okruh B

Délka: 5,5 km

Součet stoupání: 75 m

Trasa začíná U dubu v protisměru trasy A.

Jedeme vlevo po modré TZ mírně z kopce kolem hlavní silnice. Po 300 m u vjezdu do lesa z hlavní silnice odbočíme vpravo. Po 80 m najedeme na zelenou TZ. Sledujeme ji z kopce dolů. Po pravé straně je hezké dětské hřiště a asi 50 m za ním vpravo je upravený pramen pitné vody. *Podél cesty po pravé straně se s námi točí potůček* Stále klesáme - na vzdálenosti 1,3 km o 50 výškových metrů. Přijedeme k malé zoo poblíž restaurace U krále Václava IV. Od ní pokračujeme vlevo po žluté TZ proti proudu Kunratického potoka až ke Kunratickému mlýnu.

Než TZ vyjde ven z lesa mezi starou budovou mlýna a vilou stojící vlevo na svahu, odbočíme doleva po kamenité cestě podle plotu vily strmě vzhůru. Cestu přetínají odvodňovací stružky. Ve vzdálenosti 150 m cesta vystoupá o 30 m. V tomto úseku doporučujeme kolo vytlačit. I to bude namáhavé, zato však máme za sebou téměř veškeré stoupání.

V místě, kde nás cesta dovede na okraj lesa *se před námi objeví rozrůstající se nová zástavba domů*, my se dáme cestou vlevo. Po 100 m zabočíme *u kolových sloupů (závora zde byla dřívě)* doleva po modré TZ. Po 750 m přijedeme ke skalnatému zářezu bývalého hradního příkopu Nového hradu (Hrádku). Odložíme (a zamkneme si) kola a pěšky popojdeme po značce přes příkop a prohlédneme si zbytky zdiva starého hradu. Můžeme také obdivovat obávané stoupání na Hrádek, které musí absolvovat běžci v populárním závodě Velká kunratická.

Od Hrádku se vrátíme v protisměru jízdy až k závoře na kraji lesa. Tam odbočíme vlevo po kraji lesa a po modré TZ dojedeme až k našemu dubu.

5.2.6 Okruh C

Délka : 7 km

Součet stoupání: 110 m

I tento okruh začíná U dubu, může navazovat na předchozí, má však větší výškové rozdíly.

Po modré značce jedeme 800 m opět na rozcestí TZ U velkého altánu, jako začátek okruhu A. Zde odbočuje modrá TZ vpravo. Pokračujeme 50 m po zelené TZ na asfaltku, která se zde dělí. Vlevo odbočuje zelená TZ (okruh A), my pokračujeme po neznačené pravé větvi asfaltky. Zpočátku zvolna, později velmi prudce klesáme až na rozcestí u bývalé restaurace Za větrem (*k hotelu Nosál*).

Před restaurací odbočíme vlevo po žluté TZ zpočátku mírným (pozor, závora) a později prudším klesáním až k rybníku U labutě. Po cestě můžeme využít dětská hřiště, umístěná vlevo i vpravo.

Po překonání další závory hned za rybníkem, stále po žluté TZ, pokračujeme proti proudu Kunratického potoka k restauraci Na tý louce zelený.

Pokračujeme přes tři mírná stoupání, stále po žluté TZ, až k restauraci U krále Václava IV.

U restaurace odbočíme vlevo po zelené TZ a táhlým stoupáním (po 50 m na 1,3 km) dojedeme na rozcestí Nad úvalem.

5.2.7 Zhodnocení trasy

V této trase jsem objevila několik podstatných změn. Ve dvou případech původní

text směřoval cyklistu doprava, avšak skutečnost nás vede doleva. U Dobřejovic je nový kruhový objezd. V okruhu B se setkáváme s nově postavenou zástavbou domů.

V okruhu C byl otevřen nový hotel Nosál namísto bývalé restaurace Za větrem. Trasy vedly převážně po asfaltových komunikacích, proto bych ráda upozornila na nebezpečné příjezdy do křižovatek.

5.3. LEVÝ HRADEC, KDE ŽIL UDATNÝ KNÍŽE BOŘIVOJ

5.3.1 Základní trasa

=M= Holešovice, Troja, Klecany, přívaz na Roztoky, ČD Roztoky-Žalov, Levý Hradec, Únětice, Roztoky - zámek, Sedlec, Podbabská ulice, Stromovka, =M= Holešovice nebo =M= Dejvická

Přístup: =M= Holešovice, ČD Roztoky-Žalov, ČD Roztoky

Délka trasy: k =M= Dejvická 30 km, k =M= Holešovice 32 km

Součet stoupání: 150 m, resp. 130 m

Z vestibulu metra vyjdeme směrem k vlakovému nádraží a z průchodu před ním jdeme vlevo ke stanici tramvají, které dále pokračují přes Vltavu.

Ve směru jízdy tramvají přes řeku podjedeme železnici. Hned za podjezdem se odkloníme od tramvajového kolejiště doprava až na cestu kolem řeky *po panelové cestě*. Dáme se vlevo po proudu. Podjedeme tramvajový most a za ním můžeme vjet na souběžnou asfaltku.

Objedeme kovovou bránu a pokračujeme, teď již po silnici pro motorová vozidla, až k mostu přes plavební kanál. Po něm přejedeme dna Císařský ostrov, více známý pod jménem Trojský ostrov, a dáme se přes něj vpravo, teď již po značené cyklotrase č. 2, kolem známého jezdeckého závodiště na lávku pro pěší přes hlavní řečiště Vltavy.

Za lávkou odbočíme doleva mezi zdí Trojského zámku a Vltavou. Asfaltová cesta nás přivede na parkoviště u zoo. (Ke vstupu do zoo a k hlavnímu vchodu do Trojského zámku je třeba odbočit vpravo)



Pokračujeme podél řeky a podle směrovky trasy č. 2 (na Kralupy nad Vltavou) po pěkné štěrkové cestě a červené TZ. Vpravo jsou zvířecí voliéry zoologické zahrady, vlevo přes řeku vidíme současnou čističku vod pro Prahu na Císařském ostrově, za ní kdysi nejlepší pražský hotel International (dnes hotel Crowne Plaza, zelené barvy) a vedle něho vpravo stadion Juliský. Cesta klesá k řece a přímo před sebou máme za řekou romantickou zříceninu na chráněném přírodním útvaru ostrohu Baba.

A: Červená TZ nás vede vpravo dále od řeky po asfaltové cestě mezi zahrádkami (vhodná i za mokra).

B: Cyklotrasa č. 2 vede po cestě těsně kolem vody (vhodná pouze za sucha).

Obě cesty se spojí a pokračují po špatné kamenité cestě (*štěrkové a asfaltové cestě*) pod nádhernými skalami. Náhle cesta přechází v asfaltovou silnici a stoupá. *Asfalt začíná od místa na úrovni Baby*, pak vede kolem útulku pro opuštěná zvířata a konečně stanice autobusu č. 712 (*náhradní linka*).

Tel. do útulku 283011711. Ve vstupní hale útulku si můžeme prohlédnout fotografie a různé údaje o přijímaných zvířatech, která si můžeme půjčit na procházku nebo si je odvést domů.

Od útulku můžeme opět volit ze dvou možností:

A: Vpravo po asfaltu a u konečné autobusu vlevo po červené TZ a cyklotrase č. 2

B: Vlevo po horší cestě těsně kolem řeky.

U brodu před Čimický potok se cesty opět sejdou. Tabule cyklotrasy č. 2 nám odvážně hlásí, že do Drážďan to máme pouhých 193 km. Mineme ústí Dražanské rokly s rozcestníkem turistických cest.

Pokračujeme podél řeky, až přijedeme k přivozu v Klecanech. (*Pokud nám přívoz právě odjel, můžeme pokračovat v cestě až do Řeže, kde u hotelu Vltava přejedeme lávku a zde už se napojíme na cyklotrasy. Pokud budou cyklotrasy nesjízdné z důvodu povodní, svezeme se vlakem 2 stanice směr Praha. Na zastávce Roztoky-Žalou, kde navážeme na naši trasu*).

Necháme se převézt na roztocký břeh a pokračujeme doprava po asfaltce mezi železničními kolejemi a řekou po zelené TZ. Asi po 2 km odbočuje zelená TZ doleva pod železnicí. My jedeme stále rovně. Cesta nás přivede až mezi chaty pod železniční zastávku Roztoky-Žalov.

Dáme se k ní odbočením doleva do kopečka po zelené TZ, na kterou jsme znovu narazili.

Za závorami u nádraží zelená TZ odbočuje, my však pokračujeme, už po asfaltce, do kopce až nahoru k autobusové zastávce. Když budeme kolo tlačit, můžeme si cestu zkrátit pěšinou se zábradlím, která odbočuje vlevo ze silnice. V obou případech se nahoře dáme opět vlevo, abychom se dostali ke hřbitovu s kostelem sv. Klimenta a k informačním panelům na Levém Hradci, *ulicí Levohradecká*.

Dále pokračujeme zpět v protisměru příjezdu ke kostelu, ale nejedeme již dolů k nádraží, nýbrž rovně ulicemi Komenského a Přemyslovskou, stále mírně do kopce až na hlavní silnici. Tu přetneme (*ulice U Školky*) a pokračujeme po betonové cestě mezi vilami směrem k vrcholu kopce Na vrškách s vodárnou a s převaděčem telefonního signálu. Pod vrcholem se cesta dělí na asfaltku doprava a betonovou doleva. Jedeme po levé cestě až za kopec (*mírný sjezd*). Ještě před keři, asi 50 m od konce betonové cesty, zabočíme vpravo cestou v louce. Vlevo míváme kopec Holý vrch s Alšovou vyhlídkou.

Přehoupneme se přes horizont a za ním vjedeme na cestu, která vede od lovecké střelnice u Alšovy vyhlídky do Únětic, které vidíme před sebou s vévodícím barokním kostelíkem Nanebevzetí Panny Marie z poloviny 18. století. *Střelnici poznáme také podle rozstřílených a všude poházených plastových talířů (holubů). Což není moc hezký pohled.*

V Úněticích na hlavní silnici naše trasa pokračuje vlevo. Po 50 m v ostré pravotočivé zatáčce jedeme rovně *!(směr Roztoky – žlutá TZ 8100)*. Potom klesáme Tichým údolím podél Únětického potoka až do Roztok. *Cestou opatrně přejíždíme odvody vody. Na konci lesa je závora !!! Nalezneme zde rovněž občerstvení – restauraci Koliba.*

Přímo proti ústí silnice z údolí můžeme podjet železniční viadukt k roztockému zámku s muzeem.

Pokud je malý dopravní provoz, můžeme se vydat k Praze po silnici na levém břehu Vltavy. Přes Sedlec dojedeme kolem řeky do Podbabské ulice. *Pozor, cesta se zde opravuje, motorová vozidla sem mají zákaz vjezdu, my toho tedy využijeme a cesta bude o to klidnější. Další možnosti se nám nabízí volit přívoz Zámky, kterým se vyhneme dalším frekventovaným komunikacím.* Odtud můžeme volit cestu na =M= Holešovice nebo =M= Dejvická, viz 1. varianta trasy To nejhezčí z Prahy. Pokud chceme mít cestu klidnější a bezpečnější, vydáme se v Roztokách vlevo k přívozu do Klecan a vrátíme se zpět v protisměru začátku trasy, přes Troju a Stromovku na =M= Holešovice.

5.3.2 Varianta – zkrácená

=M= Holešovice, Troja, Klecany, přívoz na Roztoky, ČD Roztoky, ČD Praha - Bubeneč, Holešovice nebo Masarykovo nádraží

Délka: 22,5 km

Součet stoupání: 110 m

V Roztokách můžeme jízdu ukončit - od přívozu dojedeme po žluté TZ do Roztok k nádraží a zpět vlakem na nádraží Praha - Bubeneč, Holešovice nebo Masarykovo.

5.3.3 Varianta - zkrácená

Z ČD Roztoky-Žalov, (Levý Hradec - pěšky), zpět v protisměru základní trasy: přívoz Roztoky - Klecany, Troja, =M= Holešovice

Délka: 14 km na kole + 2 km pěšky se stoupáním 60 m

Součet stoupání na kole: 20 m

Necháme kola dole u chalup poblíž nádraží Roztoky-Žalov, pěšky navštívíme Levý Hradec a potom na kole dojedeme podél Vltavy proti jejímu proudu do Roztok (můžeme navštívit zámek), přívozem přejedeme Vltavu do Klecan a v protisměru základní trasy jedeme až na =M= Holešovice.

5.3.4 Zhodnocení trasy

V této trase je potřeba využít služby převozu přes Vltavu. V původním textu knihy S dětmi na kolech Prahou a okolím nebyla o přívozu žádná informace, proto uvádím následující údaje:

Severozápad Prahy nemá v podstatě v současné době přes Vltavu žádný most. Proto byl obnoven provoz sedleckého a nyní i podbabského přívozu. Oba jsou nejen funkčním

dopravním prostředkem pro běžné denní cesty lidí, ale také výrazným přispěním pro výlety. Přívozy jsou napojeny na hromadnou dopravu a stezky pro cyklisty.

Mezi Klecany a Roztoky pendluje obvykle dvakrát za hodinu a na jeho palubu se vejdou pěší turisté, cyklisté a občas i malý motocykl. Tento přívoz využijeme k projetí naší cyklotrasy.

Přívoz Klecany

Jako převozníci pracují Vladimír Brzybohatý a Bedřich Studnička, kteří jsou k zastižení na telefonu 284 890 074.

Jízdní řád ve všední dny:

05.40, 06.10, 06.40, 07.10, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00

odpoledne:

13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.10, 18.30,
19.00, 19.30, 20.00

soboty, neděle, svátky:

05.40, 06.10, 06.40, 07.10, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30,
12.00, 13.00, 13.30, 14.00, 15.00, 15.30, 16.00, 17.00, 17.30, 18.10, 18.30

www.klecany.cz

V této trase se objevovaly pouze změny v povrchu komunikací. Trasa je turisticky zajímavá.

5.4. NA DĚVÍN A POD VYŠEHRAD

5.4.1 Základní trasa

=M= Radlická, Výmolova ulice, Děvín, Butovice, Nová Ves, Prokopské údolí, Hlubočepské jezírko, Hlubočepy, Barrandovský most, Braník, Podolí, Vyšehradský tunel, Výtoň, Palackého nám., =M= Karlovo nám.

Přístup: =M= Radlická, =M= Jinonice

Délka trasy: 18 km

Součet stoupání: 70 m

Po výstupu z metra Radlická se dáme doprava podchodem pod silnicí a hned za ním vyneseme kolo doprava po schodech nahoru. Proti schodům pokračujeme přes přechod napříč Kutvirtovou ulicí. Jedeme kousek vlevo a hned odbočíme vpravo, šikmo nahoru po asfaltové pěšině se zábradlím, která nás vyvede do Výmolovy ulice. Dáme se doleva, přetneme železnici a stále stoupáme po asfaltce až ke hřbitovu. Po jeho levém okraji pokračujeme po betonce, která nás vyvede až k modré vodárenské věži. Za ní vjedeme do lesíka po výrazné pěšině, která se záhy dělí. Odbočíme vlevo, ale jen asi 200 m, k místu pěkného rozhledu nad údolím Vltavy.

Potom se vrátíme zpět do lesíka, kde jsme odbočovali k vyhlídce, a nyní odbočíme na druhou stranu. Musíme jet přes louku po polní cestě *sypaná pískem* až k lesu a k tabuli s označením přírodní rezervace Prokopské údolí.

Krátce zabočíme vpravo po kraji pole, ale hned vlevo po výrazné pěšině přes borový háj. Vyjedeme na holý kopeček a napojíme se na cestu, která přichází zleva z údolí od Žvahova. Jedeme doprava po hřebeni s krásnými výhledy na Prokopské údolí, Hlubočepy a Barrandov.

Asi po 200 m se cesta dělí a my musíme doprava k zábranám *ze dřevěných kůlů* pro vjezd automobilů na rozhraní lesa a polí. Po okraji pole pokračujeme doleva. Asi po 250 m je vlevo Děvín s nadmořskou výškou 308 m.

Po dalších 700 m dojedeme na rozcestí velkých cest.

A: Doleva dolů po špatné asfaltce, prudkým sjezdem kolem hřiště Na Placích, vede zkrácená varianta na dno Prokopského údolí. Pokud chceme navštívit Hlubočepské jezírko, musíme dole na hlavní silnici po dně Prokopského údolí asi 200 m vpravo. Od něj se trasy spojují.

B: Základní trasa pokračuje rovně.

Po 100 m od předchozí křižovatky je další rozcestí. Doleva vede asfaltka, která je slepá, rovně polní cesta, doprava betonka (*panelka*), po níž jedeme dále. *Po levé straně máme záchranou stanici pro zvířata. Cesta je rozbitá* a přivede nás až do Butovic ke hřišti waldorfské školy.

Za hřištěm sjíždíme z kopce a za dvěma zpomalovadly se dáme doleva Vavřineckou ulicí ke kostelu sv. Vavřince, původně románské stavbě z 11. století. Od *vstupu do kostela* zabočíme vpravo dolů přes parčík, krátkou kaštanovou alejí a za ní jedeme opatrně úzkou ulicí U opatrovny. Z ní odbočíme první ulicí doleva. Ulice Pod Vavřincem nás vyvede přes potok až na silnici; po ní se dáme vlevo (*Novovesteckou ulicí*). Přejedeme kopeček a sjíždíme dolů k rozcestí značených cyklotras. (Doprava do kopce vede cyklotrasa ke stanicím metra JZ Město).

Doleva dolů pokračuje naše trasa Prokopským údolím (*Hlubočepy 4 km*). Při pozvolném klesání neopomineme navštívit na okraji Hlubočep,, vlevo od silnice, proslulé jezírko v Prokopském údolí.



Při sjezdu Prokopským údolím se na několika místech můžeme zastavit a přečíst si zajímavosti z info tabulí. Stále dolů přes Hlubočepy by nás měla vést značená cyklotrasa, ale přesto dáváme pozor, abychom za Hlubočepy, asi 200 m před smyčkou konečné tramvaje (u bývalé tramvajové zastávky), nezapomněli odbočit vpravo do železničního podjezdu. Po cyklotrase směr Bráník najedeme na chodník vedoucí přes Barrandovský most. Na branické straně, když trasa opouští most a vede dolů se dáme doleva ulicí Na Mlejнку, která končí u podchodu pod frekventovanou příběžní silnicí. Projedeme jím a po chodníku blíže k řece, který je zase značen jako cyklostezka se dáme doprava do centra Prahy. Projedeme kolem Žlutých lázní, podolského stadionu a za vyšehradských tunelem sjedeme na náplavku Vltavy (pokud není pod vodou nebo jí právě neopravují), po níž dojedeme až Palackému mostu. Po schodišti můžeme přejít na =M= Karlovo náměstí (vchod z Palackého náměstí) nebo pokračovat rovně k Mánesu, Národnímu divadlu a dále značených cyklotrasách směr Smíchov – Letná nebo Florenc – Žižkov. V době, kdy jsem trasy projížděla, směr Bráník, který nás má přivést na druhý břeh Vltavy, byl otočený!! Můžeme tedy zvolit ze dvou variant: 1/ za podjezdem se dáme cestou doprava nahoru. Ta nás dovede na Barrandovský most, který přejedeme nebo 2/ můžeme hned za podjezdem zvolit cestu, která nás podél Vltavy dovede až na Smíchovské nádraží =M=.

5.4.2 Varianta – zkrácená

=M= Radlická, Výmolova ulice, Děvín, Butovice, =M= Jinonice

Délka: 6,5 km

Součet stoupání: 70 m

Základní trasu opustíme v Butovicích. Od kostela sv. Vavřince se vrátíme Vavřineckou ulicí zpět na místo, kde jsme do ní odbočili, a dáme se vlevo ulicí Mezi rolemi až k hlavní silnici, kterou přetneme již společně se zelenou TZ; ta nás dovede ke stanici metra Jinonice. Cestu od =M= Jinonice můžeme použít také jako variantu příjezdu na základní cestu.

5.4.3 Zhodnocení trasy

V případě změn této cyklotrasy považuji za podstatnou změnu otočenou směrovou tabulí za železničním podjezdem pod Barrandovským mostem. Uvádím v textu proto možnou variantu jízdy.

5.5. NA KELTSKÉ HRADIŠTĚ ZVOLE

5.5.1 Základní trasa

=M= Chodov, Kunratický les, Kunratice, Libuš, Písnice, Cholupice, Točná, Dolní Břežany, hradiště Závist, Lhota, Ohrobec, Zvole, ČD Vrané n. Vltavou, ČD Zbraslav, Lahovice, Malá Chuchle, Barrandovský most, Braník, =M= Karlovo náměstí

Přístup: =M= Chodov, ČD Zbraslav, ČD Vrané n. Vltavou, ČD Radotín

Délka: 48 km

Součet stoupání: 170 m

Až ke **Kunratickému mlýnu** jedeme po okruhu B trasy *Kunratický les a co dál ?*

Ještě přes hráz rybníka u mlýna pokračujeme po žluté TZ, ale za ní značka odbočuje doleva. Pojedeme rovně nahoru do prudkého kopce a stále přímo ulicí Krále Václava IV. Až na hlavní silnici (200 m doleva je barokní kostel sv. Jakuba). Překřížíme kolmo hlavní silnici a jedeme stále rovně ulicí Za parkem.

Mineme tenisové kurty po levé straně, přejedeme několik zpomalovacích pruhů a na konci zdi zámeckého parku, který máme po levé ruce, odbočíme vpravo a jedeme rovně až k hospodě Na Betáni na staré benešovské silnici. Po ní jedeme 100 m vpravo a 1. ulicí odbočíme vlevo do ulice U Rakovky. Jedeme rovně až na její konec a pod krátkým sjezdem před vraty do firemních objektů odbočíme krátce vlevo po panelové cestě – ulice Hrzanská a hned vpravo skrz modré sloupky bránící v jízdě autům. Po pěkném asfaltu jedeme rovně kolem nových hal. Na první křižovatce se dáme vlevo a hned zase vpravo podle domků a vyasfaltované plochy až k frekventované Libušské ulici. Momentálně se v těchto místech silnice opravuje, proto budme velmi opatrní.

Po ní se dáme 200 m doleva až k pouličním hodinám, u nichž zabočíme vpravo do ulice Na okruhu, podél vysokého napětí. Když se ulice začne stáčet doprava (*my vyjedeme opatrně chodník a po vyšlapané cestičce stále podél vysokého napětí jedem rovně k lesu. Cesta nás přivedla z okraje lesa, který objedeme pravou stranou. Po cca 200 m nás čeká nebezpečný sjezd!!!! Sjezd je opravdu nebezpečný, kolo můžeme vést. Pod sjezdem narazíme na info tabuli, od které se dáme vlevo dolů po žluté TZ. Cestou mineme dětské hřiště po pravé straně a až dojedeme k vodní nádrži, objeví se zde značené TZ směr Cholupice. Dle směrovky se dostaneme do obce Cholupice, vyjedeme u požární zbrojnice, odkud zajedeme na hlavní silnici a po ní se dáme doprava*) my odbočíme doleva přes mírné holé návrší a u rohu oplocení najedeme do ulice Hoštické. Tou pokračujeme až na její konec do obce Písnice.

Přejedeme doprava Libušský potok a podle směrovky Cholupice a kolem křížku směřujeme do polí po cestě, která nás asi po 1km přivede až na hlavní silnici před Cholupice. Dáme se po ní 100 m vlevo a odbočíme z ní vpravo po úzké asfaltce kolem závory k lesu. Jedeme po jeho okraji až na konec, kde se dáme polní cestou doprava. Po ní pokračujeme stále rovně přes křižovatku polních cest kolem křížku až na asfaltovou silnici. Před sebou vpravo vidíme letiště Točná. Kopec je pojmenován podle toho, že se zde často „točil“ vítr. Letiště využívají sportovní letci, parašutisté i letečtí modeláři. Odbočíme po asfaltce vlevo a v Točné se stočíme zase vlevo na Dolní Břežany. *V Točné se po kruhovém objezdu stočíme na Dolní Břežany.*

Hlavní silnici v Břežanech přejedeme kolmo a po 200 m zabočíme doprava směrem na Lhotu. Jedeme kolem lesa na pravé straně (*restaurace U Roubase*). Na konci lesa odbočíme kolem závory na lesní cestu, zpočátku společně se zelenou TZ. Ta zabíhá do lesa, my sledujeme po cestě okraj lesa až na modrou TZ na široké polní cestě za obcí Lhota. Dáme se po ní vpravo a dojedeme k rozcestí TZ na kraji lesa. *Zde se můžeme dozvědět na info tabuli něco o oppidum Závist (0,5 km).* Po žluté TZ, která přichází zleva, se vypravíme přes závoru strmou cestou na prohlídku hradiště Závist.

Vrátíme se zpět a sledujeme modrou TZ, zpočátku v protisměru našeho příjezdu a pak dál po polní cestě do Lhoty. U kapličky na návsi se dáme doprava po silnici. *Jedeme kolem výběhů koní.* Za obcí odbočíme po silnici opět doprava a přes Ohrobec, *kde se můžeme občerstvit v místní vyhlášené pekárně Beruška* a pokračujeme rovně do Zvole. Tady zabočíme doprava přes náves kolem dvou rybníků a pseudogotického cihlového kostela. Klesáme náročným sjezdem dlouhým 2,5 km až do Vraného nad Vltavou. *Pozor ve sjezdech je v zatáčkách vysypaný štěrk!*

Za železničním přejezdem se dáme vpravo směrem na Zbraslav. Jedeme kouzelným prostředím pod mohutnými skalami kolem Vltavy.

Za nádražím Zbraslav odbočíme vlevo přes most Závodu míru. Nezapomeneme, že nejsme peloton závodníků, a na konci mostu dáme přednost vozidlům na hlavní silnici. Jedeme totiž rovně a pak doprava na náměstí.

Vpravo máme zbraslavský zámek s expozicí Národní galerie.

Vlevo můžeme zajet Uranovou ulicí do první uličky vlevo, Vančurovy, kde je umístěn pomník spisovatele Vladislava Vančury, který na Zbraslavi bydlel.

Z náměstí pokračujeme po cyklotrase směrem na Radotín. Před tržnicí Buda odbočíme ze značené cyklotrasy doprava na polní cestu. Odtud je tato základní trasa totožná s 3. variantou trasy Karlštejn a jeho okolí. Po ní pokračujeme přes Lahovice, Chuchli, Barrandovský most a Braník do centra Prahy.

5.5.2 Varianta – zkrácená

=M= Chodov, Kunratický les, Kunratice, Libuš, Písnice, Cholupice, Točná, Dolní Břežany, hradiště Závist, Lhota, Ohrobec, Zvole, ČD Vrané nad Vltavou, ČD Zbraslav

Délka: 31 km

Součet stoupání: 150 m

Celou vyjížďku si můžeme zkrátit na ČD Vrané nad Vltavou nebo na ČD Zbraslav.

5.5.3 Varianta – zkrácená

=M=Chodov, Kunratický les, Kunratice, Libuš, Písnice, Cholupice, Točná, Dolní Břežany, hradiště Závist, Lhota, Ohrobec, Zvole, Vrané n. Vltavou, Zbraslav, ČD Radotín

Délka: 36 km

Součet stoupání: 170 m

Ze zbraslavského náměstí pokračujeme po značené cyklotrase na Radotín, kde můžeme nastoupit na vlak.

5.5.4 Varianta – zkrácená

=M=Chodov, Kunratický les, Kunratice, Libuš, Modřany, Braník, =M= Karlovo náměstí

Délka: 21 km

Součet stoupání: 50 m

Varianta s vynecháním hlavního cíle.

Po základní trase až na Libuš, na hlavní Libušské ulici opustíme základní trasu a místo doleva k hodinám překřížíme ulici a jedeme dál ve směru přechodu (mineme sochu sedící ženy). Cesta se svažuje dolů. Vlevo nad námi je hřiště. Přijedeme do ulice Na šejdru a zabočíme doleva z kopce po asfaltce. Přijedeme k retenční nádrži, přejedeme její hráz a zase klesáme dolů Modřanskou roklí až k závoře na jejím konci.

Když vyjedeme z lesa, zahneme vlevo po chodníku k přechodu přes širokou hlavní komunikaci. Za přechodem pokračujeme rovně ulicí Pískovou. Z Pískové zabočíme po asi 600 m krátce vpravo do Dolnocholupické a hned první ulicí vlevo do Pekárkovy a přijedeme na hlavní Komořanskou ulici. Jedeme po ní asi 200 m směrem do centra a odbočíme vlevo do ulice U kina. Podjedeme železnici a po značené cyklostezce směřujeme kolem Vltavy do Braníka, kde se za Barrandovským mostem napojíme na základní trasu.

5.5.5 Zhodnocení trasy

První podstatnou změnu v této trase jsem zaznamenala již v ulici Hoštická, kdy opouštíme trasu původního textu z důvodu nepřehlednosti a ztráty orientace v okolí.

Cesta k letišti Točná se rovněž mívá od původního textu, z mého pohledu je mnou zvolená trasa přehlednější. Byl zde vystaven nový kruhový objezd. Cesta do konce trasy je bez větších zásahů do původního textu.

5.6. NA ŠANCE A DO KOLODĚJ

5.6.1 Základní trasa

=M= Černý Most, Dolní Počernice, Dubeč, Podleský rybník, Netluky, Královice, sv. Markéta, Stupice, Koloděje, Újezd nad Lesy, Klánovice, Xaverov, Počernice, =M= Černý Most

Přístup: =M= Černý Most, ČD Běchovice, ČD Uhřetěves, ČD Klánovice

Délka trasy: 32 km

Součet stoupání: 240 m

Stanici =M= Černý Most opouštíme doleva směrem k sídlišti po lávkách, které jsou venku v úrovni nástupiště. Pak doprava kolem moderní kašny, do ulice Bryksovy, tou sjíždíme dále mírným sjezdem dolů. Po levé ruce máme nákupní centra a *nově vybudovaný obchodní dům IKEA*. Pokračujeme dále Bryksovou ulicí dlouhým obloukem kolem domů sídliště až k poli, které je jen na levé straně kolem hezky upraveného dětského hřiště (*společně s parkovištěm aut*). *Po 100m pokračování v jízdě uvidíme zdevastované dětské hřiště (po levé straně)*. Na jeho úrovni mezi zpomalovacími pruhy se dáme z ulice doleva po nově vystavěné asfaltové cestě vedoucí k oplocené ratenční nádrži.

Od nádrže pokračujeme doprava stále po asfaltové cestě k rybníku Martiňáku a přes jeho hráz rovně do Dolních Počernic (*2km*).

Jedeme vlevo kolem hřbitova *za zpomalovacím pruhem do ulice Bakurina* a na hlavní silnici zatočíme vlevo ke kostelíku Nanebevzetí Panny Marie. Zde se nakrátko setkáme (asi 100m za kostelem) se značenou cykloturistickou trasou č. 14 (trasa však vede na Xaverov). My odbočíme vpravo do ulice Nad rybníkem. A skutečně jedeme zpočátku na Počernickém rybníkem.

Počernický rybník je největší v Praze – má rozlohu 17 hektarů. Přírodovědecky nejcennějším rybníkem v Praze, slouží k chovu ryb a lze tu vidět různé druhy ptactva, zvláště kachen.

Po projetí křižovatky se držíme směrem ke Campingu Sokol. Ulicí Nad rybníkem podjedeme dálniční východní spojku. Asi 500m za ní, u otočky autobusu č. 163 (zast. Bezděkovská) odbočíme ze silnice doprava dolů na asfaltovou pěšinu po modré TZ. Podjedeme železnici a následný můstek přes potok. Za nádražím Běchovice překonáme po přechodu českobrodskou silnici do ulice K železnici.

Stále sledujeme modrou TZ mezi domky Nové Dubče a pak po silnici do Dubče (2km). Tady v ostré pravotočivé zatáčce mezi prvními domy jedeme rovně po modré TZ z kopce *doleva (!)* přes náměstí Svobody – pozor, odbočujeme vlevo z hlavní (!!). Dole zahneme po modré TZ vpravo a Netluckou ulicí *stoupáme kolem restarace U Dubu.*

A: V levotočivé zatáčce modrá TZ vede rovně do polí až na hráz Podleského rybníka (za sucha).

B: Za mokra pokračujeme levotočivou zatáčkou dál po silnici asi 1km za Dubeč. Tam přijedeme k vrcholu stoupání na křižovatku tří cest. Dáme se doprava a sjedeme přes ovocný sad na asfaltku k Podleskému rybníku. Po ní se doprava dostaneme na jeho hráz, na ní se setkáváme se suchou variantou a modrou TZ.

Od rozcestí TZ jedeme krátce po hrázi po modré směrem na Uhřiněves, brzy odbočíme po cestě doprava dolů z hráze. Obloukem projedeme kolem mlýna k ohradě s chovem jelenů. Na další křižovatce poblíž ohrady se držíme asfaltky, která odbočuje vlevo a *mírně stoupá*. Po 200m se setkáme s další silničkou a opět odbočíme vlevo. Teď jsme na druhé straně rybníka. Na asfaltce se opět setkáme s modrou TZ, která však záhy odpočuje doprava k nádraží ČD Uhřiněves (možnost ukončení cesty či příjezdu). My pokračujeme rovně po silnici až do Netluk ke koňskému výběhu. Po jeho pravé straně přijedeme na hlavní silnici, popojedem po ní malý kousek vlevo a u autobusové zástavky č. 12 odbočíme doprava kolem kravína.

Na první *kruhové* křižovatce za obcí se setkáváme s červenou TZ, která nás vede až do Kralovic. Uprostřed obce přejedeme u fotbalového hřiště potok Rokytku a zhruba 200m za ním odbočíme vlevo do kopce směrem na Stupice a Koloděje (4km). Téměř na konci stoupání je vlevo dlážděná odbočka ke čtyřhranné středověké tvrzi, která je zarostlá a neudržovaná. Nejstarší záznamy o kralovické tvrzi se dochovaly z roku 1388, v roce 1562 byla renesančně přestavěna.

O kousek dál před ostrou pravotočivou zatáčkou za obcí odbočíme vlevo po úzké asfaltce, která nás dovede ke kostelu sv. Markéty na okraji zaniklého hradiště Šance (osídlení z let 800- 900).

A: Za sucha a na horských kolech můžeme pokračovat od kostela kolem valů hradiště a stále po červené TZ až do Koloděj k zámku

B: Za mokra se vrátíme na hlavní silnici z níž jsme sjeli, odbočíme vlevo po *cyklotrase 8100 (žlutá)* pokračujeme až do Stupic a zámku v Kolodějích. Stále po asfaltové silnici dojedeme až ke kostelu Povýšení sv. Kříže. Od něho odbočíme doleva a stále rovně po *hlavní silnici* až do Újezda nad Lesy (2km). Přetneme hlavní silnici a pokračujeme stále rovně, až přejedeme po mostě přes železnici. (Za ní u nádraží směrem na Prahu začínají v místě zvaném Kolomazná pec neznačené cyklistické okruhy po Klánovickém lese, kterými si můžeme výlet zpestřit).

Od železnice stále pokračujeme stále rovně po hlavní silnici až ke klánovické škole. Za ní odbočíme doleva (*ulicí Smržovskou*) po zelené TZ a naučné stezce až na Nové Dvory. U rozcestníku přijedeme na modrou TZ a jedeme po ní až na Xaverov na asfaltovou silnici. Úsek od klánovické školy na Xaverov je vhodný spíše za sucha. Za mokra tu bývají hodně rozbahněné cestičky, takže je lepší jet z Klánovic do Prahy vlakem.

Jakmile dorazíme k silnici na Xaverov (*naproti nám vidíme přes silnici autobazar*), jedeme 200m vpravo a odbočíme *druhou možnou odbočkou vlevo* šikmo vlevo po silnici mezi hřebčínem a výběhy koní vpravo.

Před dálnicí odbočuje značená cyklotrasa směrem na Dolní Počernice (po ní můžeme dojet kolem Rokytky a Kyjského rybníka až do Hloubětína). My ale přejedeme dálnici (hluk aut nás na přemostění dálnice navedl), vjedeme do Horních Počernic a stále sledujeme *Božanovskou ulici do kopce*. Téměř na vrcholu stoupání odbočíme vlevo do Slatinanské ulice (*za nově vystavenými žlutošedými domy*) a po ní dolů až k rybníčku. Slatinanskou ulicí

sjedeme dolů až rybníčku (*přejedeme hráz a zabočíme doleva, kolem léčebně rehabilitačního střediska – Chvaly*). Stoliňskou ulicí sjedeme dolů do podjezdu pod dálnicí, za ním opatrně přejedeme po přechodu rovně nebezpečnou příjezdovou komunikaci (*zde opatrně přejedeme kruhový objezd do ulice Bryksovy*) a ta nás dovede mezi centrem zábavy Village Cinema a CČM až ke stanici metra =M= Černý Most.

5.6.2 Varianta - zkrácená

ČD Uhříněves, obora Uhříněves, Netluky, Královice, Sv. Markéta, Stupice, Koloděje, Újezd nad Lesy, ČD Klánovice

Délka: 12 km

Součet stoupání: 70m

Po modré TZ značce od nádraží ČD Uhříněves jedeme směrem k Podleskému rybníku. Projedem uhříněveskou oborou až na její konec, kde modrá TZ uhýbá doleva po asfaltu k Podleskému rybníku. My jedeme doprava po základní trase na Netluky. Trasu ukončíme v Klánovicích.

5.6.3 Zhodnocení trasy

Po necelých pěti minutách jízdy od stanice =M= Černý Most narazíme na nově vybudovaný obchodní dům Ikea. Dále se v této trase objevil nový kruhový objezd. Další nově zaznamenané změny jsou jen orientačního rázu.

5.7. OKOLO ŠÁRKY CESTIČKA

5.7.1 Základní trasa

=M= Dejvická, Hanspaulka, Baba, Kostel sv. Matěje, Jenerálka, Tichá Šárka, Divoká Šárka, Nebušice, les Hlásek, Jenerálka, Dolní Šárka, Podbaba, =M= Dejvická

Přístup: =M= Dejvická, ČD Praha-Veleslavín

Délka trasy: 28,5 km

Součet stoupání: 290 m

Ze stanice metra Dejvická vyjdeme schodištěm u předního vozu metra a ve vestibulu se dáme vpravo po směrovce Šolínova ulice, vysoké školy. Jedeme krátce Šolínovou ulicí po okraji Vítězného náměstí („Kulaťáku“), ale hned zahneme doleva Zikovou ulicí. Tou dojedeme před Teologickou fakultu UK. Před ní zahneme vpravo, *vjedeme do jednosměrky* a hned podél ní vlevo kousek Salabovou ulicí po cyklotrase č. 201 + 0077 – *po 100 m končí a my stoupáme ke kurtům, kde začíná 0078*. Záhy ji však opustíme vpravo (značená trasa zahýbá vlevo) a pokračujeme vpravo Kadeřávkovskou ulicí kolem domu, kde žil herec Vlasta Burian.

Stoupáme stále vpravo podle tenisových dvorců asfaltovou pěšinou (ulice Na Kotlářce) nad stadionem Kotlářka. Na jejím konci se dáme vlevo ulicí Na Klimentce po betonce, a když panely skončí odbočíme doprava ulicí Na Míčance. *(Na jejím konci se dáme vpravo ulicí Šárecká a stoupáme do kopce, na konci kopce odbočíme doleva, kde se držíme značené 0078)*.

Ulice Na Míčance *Šárecká* nás přivede až k velké křižovatce nedaleko kostela sv. Matěje. *Zde zahneme doleva do Matějské ulice*. Na levé straně je stará budova bývalé fary z roku 1772. Opatrně překonáme hlavní silnici a hned se stočíme po červené TZ vpravo dolů z kopce. Sestoupíme 6 (9) schodů do ulice Nad Paťankou, která nás vede přes sídliště Baba společně s TZ ke zřícenině Baba, kde je neobvyklý výhled na Prahu. *Na Babě, přes ulici „Nad Paťankou“* společně s TZ ke zřícenině Baba, kde je neobvyklý výhled na Prahu.

Když se pokocháme pohledy na Prahu, vrátíme se zpět na modrou a *červenou TZ (stojí zde info tabule)* a pokračujeme po ní dále okrajem lesa až do míst, kde značka ubíhá doprava (z kopce dolů po cestě se železným zábradlím). Dáme se vlevo k vilám, ale hned před první uhneme podél jejího bílého plotu vpravo. Po asfaltové pěšině podrostlé kořeny stromů se dostaneme přímo až ke kostelu sv. Matěje, obklopenému hřbitovem.

U kostela zahneme vlevo a pak vpravo kolem restaurace U Matěje a sjedeme k rozcestníku TZ před prodejnou Julius Meisl (*Albert*). Dáme se po červené TZ doprava po směrovce Zlatnice (*cyklorase 0077*), která tento směr rovněž sleduje a zpočátku i modrá TZ. Od rozcestníku TZ Zlatnice (*zde je špatně viditelná TZ*) odbočíme dolů z kopce po nově zřízené červené TZ (do roku 2001 zde byla žlutá) *krajem lesa*. Pozor! Klesání je poměrně prudké, *sjíždíme po „kočičích hlavách“*. Dole jsou železné sloupky a cesta končí na hlavní silnici. Opustíme červenou TZ a po hlavní silnici pokračujeme vlevo. Asi po 600 m přijedeme na další hlavní silnici u Jenerálky. Jedeme po ní 150 m doprava dolů a před restaurantem Mlýn, hned za potokem, odbočíme doleva do ulice U Vizerky, kam přichází zprava červená TZ. Jedeme po ní přes potok po asfaltce kolem skály s **malou jeskyní** a stále Šáreckým údolím. *Nenechme se zmylit špatně viditelnou TZ: od jeskyně se držíme stále cestou vpravo.*

I když červená TZ odbočí doleva do svaku, pokračujeme stále údolím podél Šáreckého potoka, který několikrát přejedeme po lávce - *9x přejezd brodů*. Mezi divokými skalami dojedeme až pod hráz vodní nádrže Džbán.

Dívčí skok:



Odbočíme vpravo do kopce na opačnou stranu, než vede cesta na hrázů, a v serpentíně vlevo odbočíme doprava po žluté TZ a značené cyklotrase do Nebušic. Objedeme téměř po vrstevnici západní okraj Šárky.

Před dojezdem do Nebušic ještě neopomeneme v lese u hájovny odbočit a dojít se podívat (po značce od rozestníku) na nádhernou vyhlídku na Žabákovi (Nebušické skále).

Vrátíme se zpátky pokračujeme po červené a žluté TZ do obce a pak ulicemi dolů ke kostelu. Přetneme hlavní ulici - *ulicí K vodárně*, sjedeme k malému rybníčku (*požární nádrž*), vyjdeme krátké schody a po TZ dojedeme do lesa Hlásek k nebušickému hřbitovu.

Od něj pokračujeme po žluté TZ blízko okraje lesa až na silnici kolem domů vilového městečka. Stále sledujeme žlutou TZ kolem vodní nádrže, mezi zahrádky až na dno údolí k potoku. Cesta je místy podmáčená přivede nás k tunelu pod hlavní silnici na Jenerálce, kam přichází červená TZ. Pokračujeme tunelem po červené Z po úzkém asfaltovém chodníčku až k rybníku a ulicí K Dubovému mlýnu na hlavní silnici v Šáreckém údolí. Octneme se v místě, kam jsme sjeli od Zlatnice v první polovině trasy. Nyní však jedeme Šáreckým údolím doleva dolů a přes Podbabu, Podbabskou ulici až na =M= Dejvická (viz 1. varianta trasy – *To nejhezčí z Prahy*).

5.7.2 Varianta – zkrácená

ČD Praha-Veleslavín, Aritma Vokovice, hráz přehrady Džbán, Nebušice, Hlásek, Jenerálka, Dolní Šárka, Podbaba, =M= Dejvická

Délka: 18,5 km

Součet stoupání: 110 m

Od nádraží ČD Praha-Veleslavín až k rozcestníku TZ pod hrází přehrady Džbán jedeme po 1. variantě trasy *To nejhezčí z Prahy*. Dále po základní trase Okolo Šárky cestička.

5.7.3 Zhodnocení trasy

V této trase se cyklista mohl špatně orientovat hned z kraje trasy u stadionu Kotlářka, u bývalé prodejny Julius Meinl, restaurace U Matěje je rovněž zrušena. Možné nebezpečí v této trase se jeví sjezd po kočících hlavách od rozcestníku TZ Zlatnice. Upozorňuji zde tedy na možná nebezpečí při tomto sjezdu.

5.8. PŘES VINOŘ NA HRAD JENŠTEJN

5.8.1 Základní trasa

=M= Černý Most, Satalice, Vnoř, Přezletice, Nový Brázdím, Cvrčkovice, Jenštejn, Radonice, Horní Počernice, =M= Černý Most

Přístup: =M= Černý Most

Délka trasy: 25 km

Součet stoupání: 130 m

Vystoupíme na =M= Rajská zahrada, vyjdeme ze stanice a dáme se vlevo Cíglerovou ulicí mezi tubusem metra a domy sídliště. Asi po 500 m odbočíme před restaurací Na Chlumecké do podchodu *pod spirálovitě točenými schody* pod tratí metra a čtyřproudovou výpadovkou. Na druhé straně pokračujeme Svatojánskou ulicí mezi domky staré zástavby a z ní dále rovně ulicí K Viaduktu. Podjedeme železnici a pokračujeme ještě rovně až na okraj obce, kde odbočíme vpravo směrem na Satalice *za dopravní značkou STOP a za autobusovou zastávkou „Lipnická“*.

V Satalicích přejedeme železniční koleje (*pozor, silnice rozkopaná*) a asi 250 m za nimi odbočíme vpravo po směrovce Radonice, Vinoř. Po 300 m na další velké křižovatce jedeme šikmo vlevo dopředu do ulice K Radonicům. Když máme po pravé ruce hospodu U háje, odbočíme z asfaltky doleva průchodem v kamenné zdi do přírodní rezervace Satalická bažantnice. Za průchodem jedeme po cestě, která je nejvíc vpravo. Asi po 1 km narazíme na alej přicházející zprava mezi poli a dáme se po ní.

Když se přiblížíme k lesu (*stojí zde info tabule*), překřížíme polní cestu a stále ve stejném směru sjíždíme po širší pěšině do přírodní rezervace. Projíždíme kolem skal a rybníčků, *které i za sucha jsou spíše bažinami*.

Když přejedeme betonovou skruž, jíž protéká potůček z rybníčků, dáme se vlevo. Přijedeme k většímu rybníku, který máme po levé ruce. U jeho hráze jsou vpravo ve skalkách vytesaná sedadla.

Pokračujeme dál po výrazné pěšině (*cesta je sice lesní, ale za sucha velmi rychlá!*) přes závoru u malého rybníka až na silnici těsně za ním, po níž odbočíme doleva do středu Vinoře na náměstí ke kostelu Povýšení sv. Kříže. Dále pokračujeme téměř kolmo přes hlavní silnici Praha - Brandýs nad Labem *do ulice Bohdanečské* a za ní odbočíme první ulicí vpravo směrem na Přezletice, *do ulice Klenovská*.

Když se na levé straně silnice objeví les (*vedou do něj 4 betonové schody*), zabočíme do něj po žluté TZ a přejedeme jej až na druhý konec k rybníku.

Za rybníkem nás značená odbočka ze žluté TZ zavede k opravené Ctěnické tvrzi, kde je muzeum kočárů.

A: Vrátime se zpět na žlutou TZ a pokračujeme po prašné cestě až na okraj Přezletic. Žlutá TZ pokračuje rovně po hlavní silnici směrem na Veleň. My odbočíme za poslední přezletickou zdí doprava na asfaltku *do zákazu vjezdu a odbočení vpravo, po levé straně mineme hangár s plastovými výrobky*, a tato cesta nás vede kolem vyvýšeniny zvané Zlatý kopec.

Z kopce se svezeme až na hlavní silnici (!!), kde pokračujeme vpravo *mírně do kopečka* na Nový Brázdim. Odtud se dáme doprava *za výrazně žlutým domkem čp. 23* po polní cestě s červenou TZ směrem na Cvrčkovice a Jenštejn. Ve Cvrčkovicích, když červená TZ uhýbá ze silnice, jedeme dále po asfaltce, ale jen 50 m a na červenou TZ se vrátíme odbočením doleva na prašnou cestu. Po TZ pokračujeme k hlavní silnici Praha - Brandýs nad Labem. Zabočíme po ní vlevo a hned zase ji opustíme vpravo na vedlejší silnici, která nás s červenou TZ přivede až do Jenštejna. Tam nezapomeneme navštívit zříceninu známého hradu.

B: pokud je sucho a máme horská kola, můžeme si trasu z Přezletic do Jenštejna zkrátit po značené cyklotrase č. 0034, která nás vede již ze Ctěnic.



Dále pokračujeme po vedlejších silnicích *Radonickou ulicí* na Radonice a Horní Počernice, kam přijedeme *Libošovickou ulicí*. Překřížíme starou poděbradskou hlavní silnici a

první ulicí (Mezilesí) pokračujeme doprava. Přetneme Božanovskou ulici a jedeme asi 500 m Šplechnerovou. Ta se stáčí doprava, ale my zabočíme doleva do úzké ulice Zámezí a z ní doprava přes hráz rybníčka do ulice Stoliňské; po ní se dáme vlevo dolů do podjezdu pod dálnicí. Za ním přejedeme (*kruhový objezd*) rovně příjezdovou komunikací k nákupnímu centru Černý Most. Mezi Centrem obchodu Černý Most a centrem zábavy Village Cinemas pokračujeme rovně až do ulice Bryksovy a doprava až ke stanici metra Černý Most. Pokud máme ještě chuť k jízdě, jedeme ze stanice =M= Černý Most na =M= Rajská zahrada po nové cyklostezce, která vede po tubusu metra.

5.8.2 Zhodnocení trasy

U této trasy jsem kromě zaznamenaného kruhového objezdu popsala jen pár drobných orientačních změn v trase. Cesta je poměrně náročná svou délkou a vede převážně po asfaltových komunikacích. Proto tuto trasu nevidím jako vhodnou pro děti. "

5.9. PŘÍRODA KOLEM JZ MĚSTA

5.9.1 Základní trasa

=M= Lužiny, Velká Ohrada, Řeporyje, Zmrzlík, Zadní Kopanina, údolí Radotínského potoka, Lochkov, Slivenec, Chuchelský háj, Pražská čtvrť sídliště Barrandov, Klukovince, Prokopské údolí, Nová Ves, =M= Hůlka

Přístup: =M= Lužiny

Délka trasy: 25 km

Součet stoupání: 300 m

Ze stanice =M= Lužiny vyjdeme do vestibulu a odtud pravým východem. Před námi je centrum služeb a obchodu, nahoře v posledním patře u venkovního schodiště vidíme znak Klubu českých turistů, jehož ústředí zde sídlí. Jsme tedy na správném místě, a pokud bude otevřeno, můžeme získat zajímavé informace o činnosti klubu.

Dál naše trasa vede kolem bloku centra po levé straně. Piškovou ulicí jedeme doprava až ke značené *žluté A* cyklotrase, po ní postoupíme jen krátce doprava - buď vyjdeme schody hned vlevo, nebo stoupání objedeme. Dostaneme se před základní školu. Kolem jejího levého okraje pokračujeme k lávce přes čtyřproudovou silnici. Z lávky před sebou vidíme menší haldu porostlou keři - po její levé straně se dostaneme *ulicí Tlumačovská* na silnici, za níž vidíme panelové domy sídliště Velká Ohrada. Dáme se po ní asi 50 m doleva *doprava, překřížíme* jinou *ulici Červeňanského* a bezprostředně za ní odbočíme doleva po široké panelové cestě vedoucí podél silnice. Asi po 400 m se nám u domů postaví do cesty sloupky "protiautovky". Zabočíme u nich doprava na zámkovou dlažbu Ohradského náměstí.

Držíme se levé cesty, která nás přivede přímo k hotelu Franta. Za ním pokračujeme doleva a hned další cestou zabočíme doprava kolem velkých božích muk k velké haldě zeminy (*haldy neexistují*). Pokračujeme stále ve směru předchozí jízdy rovně po vyježděné pěšině přes pole směrem k domkům Řeporyjí. *TZ zelená se objeví u prvních domků.*

Když přijedeme k první vile do ohybu Koterovské ulice, dáme se *ulicí Nad Mušlovkou (zámková dlažba)* a po betonce jedeme až do míst, kde ulice zahýbá obloukem vpravo. Opustíme ji a pokračujeme rovně, po levé straně trafostanice prudce z kopce dolů *do zákazu vjezdu*. Strmě klesající asfaltka nás kolem zastávky naučné stezky Hlubočepy-Řeporyje přivede na můstek přes Dalejský potok.

Pokud se chceme podívat na cenný řeporyjský kostelík, pojedeme za můstkem stále rovně a asi 100 m po hlavní silnici na Řeporyjské náměstí.

Jinak za můstkem před Dalejský potok odbočíme vlevo, na hlavní silnici zase vlevo (*z kopce dolů*), pojedeme pod klenutým viaduktem železnici a za ním pokračujeme po levé straně rybníčka do dlouhého kopce ulicí k Západní Kopanině. Přejedeme dálnici a stále rovně pokračujeme na Zadní Kopaninu.

Projedeme kolem huculské farmy na zmrzlíku, v Kopanině se dáme vlevo a opatrně sjíždíme serpentinami do údolí Radotínského potoka. Projíždíme krásně zbarvenými vápencovými lomy mezi Cikánkou a radotínskou cementárnou. U ní zahneme doleva po velmi frekventované silnici - *směr Lochkov*. Jedeme tak do kopce asi 500 m a zatočíme na vedlejší silničku přes hráz malé vodní nádrže. Za ní pokračujeme doleva nahoru do Lochkova. Jedeme stále rovně ulicí Ke Slivenci, *kolem restaurace Na závisti*.

Ve Slivenci u raně gotického kostela Všech svatých odbočíme vpravo směrem na Barrandov.

Když vyjíždíme z obce a na pravé straně za tenisovou halou končí domy, odbočíme za nimi vpravo dolů. Po 100 m odbočíme vlevo k velkému hnědému skladišti. Podle něj jedeme vpravo z kopečka k Chuchelskému háji. Na kraji lesa se dáme vlevo po asfaltce. Po necelém 1 km odbočíme doprava dolů do lesa, po žluté TZ kolem areálu zdraví.

Na další křižovatce asfaltce odbočíme vlevo a přijedeme ke hřbitovu a ke kapli sv. Jana Nepomuckého.

Dále pokračujeme až k rozcestí u malé zoo. Tato malá zoologická zahrada rozhodně stojí za podívanou. Najdeme zde většinou zvířata, která žijí na našem území a která si jinak málokdy můžeme prohlédnout tak zblízka.

Opustíme žlutou TZ. Sjedeme kousek dolů, asfaltka končí. Pokračujeme v jejím směru polní cestou vzhůru do kopce. Po 250 m vystoupáme k dálnici, přímo u světelné křižovatky bez přechodů. Za dálničním obchvatem leží sídliště Barrandov.

Abychom se do něj bezpečně dostali, musíme asi 200 m vlevo po staré silničce a podchodem pod dálnicí u autobusové zastávky. Vedlejší ulicí na druhé straně dálnice se zase vrátíme ke světelné křižovatce, k níž jsme původně přijeli. Odtud sjedeme vlevo dolů přes sídliště Barrandov-Pražská čtvrť Štěpařskou ulicí (opatrně při rychlém sjezdu - křížíme hlavní silnici) a ulicí Do Klukovic až na dno údolí, kde přejedeme zpomalovadla, podjedeme železniční viadukt a ocitneme se na značené cyklotrase Prokopským údolím - doprava vede do Hlubočep, doleva na sídliště JZ Město ke stanicím metra.

5.9.2 Varianta – zkrácená

=M= Lužiny, Velká Ohrada, Řeporyje, Slivenec, Chuchelský háj, Pražská čtvrť sídliště Barrandov, Klukovince, Prokopské údolí, Nová Ves, =M= Hůrka

Délka: 18 km

Součet stoupání: 230 m

Po přejezdu dálnice mezi Řeporyjemi a Zmrzlíkem opustíme základní trasu odbočením vlevo na Slivenec. Velmi obezřetně přejedeme křižovatku dálnice před Slivencem a v obci u kostela pokračujeme doleva již po základní trase směrem na Barrandov.

5.9.3 Varianta – zkrácená

=M= Lužiny, Velká Ohrada - Ohradské náměstí, Řeporyje, kolem sídliště Velká Ohrada na stanici =M= Hůrka

Délka: 8,5 km

Součet stoupání: 90 m

Po základní trase jedeme až do Řeporyj, kde těsně před železničním viaduktem odbočíme doleva a hned doprava do Mládkovy ulice po zelené TZ. Ta nás vyvede až k sídlišti Velká Ohrada na cestu z betonových panelů, která začíná u výběžku lesa, po jehož okraji jsme přijeli.

Jedeme kousek dolů, zelená TZ odbočuje z betonky doprava. My však pokračujeme ještě asi 250 m dál po panelové cestě. U zátarasu z panelů přes cestu ve starém drátěném oplocení se dáme vlevo strmým svahem, na který vylezeme po vychozené pěšině vedoucí k chodníku uličky mezi školkami Korálek a Barvička. U nich odbočíme doprava Klausovou ulicí.

Jedeme kolem atriových domků a stále kolem sídliště proti směru hodinových ručiček. Když pěkná asfaltka zahne doleva, jedeme stále rovně po polní cestě podél vedení vysokého napětí. Cesta nás obloukem svede mezi velkou trafostanicí a malou výtopnou s pěti komíny.

Od komínů pokračujeme asi 100 m dolů po asfaltu a zase vjedeme doprava dopředu na polní cestu, která vede zarostlou plochou mezi staršími vilkami Malé Ohrady vlevo a novou vilovou čtvrtí vpravo. Překřížíme cestu ze zámkové dlažby, jež vede k novým vilám, a pokračujeme rovně až na asfaltku. Tu také přejedeme a směřujeme do podjezdu pod hlavní čtyřproudovou silnici. Za ním pokračujeme kolem vodní nádrže k tubusu metra, který vede přes vodu. Kolem tělesa metra vyjedeme po značené cyklotrase doprava ke stanici =M= Hůrka.

5.9.4 Zhodnocení trasy

Tato trasa mě při projíždění překvapila špatnou navigací směru, podrobně jsem popsala původně nepopsané ulice a také se zde objevila nová restaurace Závist. Trasa jinak nenáročná, povrch komunikací se zde střídá.

5.10. TO NEJHEZČÍ Z PRAHY

5.10.1 Základní trasa

=M= Hradčanská, Letná, Stromovka, Podbaba, Dolní Šárka, Horní Šárka, Jenerálka, Tichá Šárka, Divoká Šárka, Liboc, Hvězda, Vypich, Strahov, Petřín, Pražský hrad, =M= Hradčanská

Přístup: =M= Hradčanská, ČD Praha Veleslavín, ČD Praha Ruzyně

Délka trasy: 33 km

Součet stoupání: 250 m

Ze stanice =M= Hradčanská vystoupíme schodištěm směrem Letenská pláň. Na chodníku se dáme 20 m vlevo a širokým průchodem v proskleném domě projdeme mezi dvěma sloupky ke slepému konci ulice K Brusce. Jedeme po ní směrem k Písecké bráně, kterou vidíme před sebou. Před ní odbočíme doleva Míckewiczovou ulicí k Bílkově vile *čp. 15/240 - zde žila žena T. G. Masaryka, oddaná spolupracovnice našeho osvoboditele.*

Po přechodech před vilou přejdeme hlavní komunikaci do ulice Gogolovy. Poblíž Kramářovy vily se napojíme na značenou cyklotrasu.

Na rozcestí cyklotras se dáme vlevo přes Letenské sady. Pokračujeme kolem gymnázia Nad Štolou, Letohradskou za Národním technickým muzeem a zabočíme vlevo do Ověnecké ulice (*zoo 4 km*).

Přejedeme tramvajové koleje, v Ověnecké ulici (čp. 42 žil Vlaho Bukovac – významný chorvatský malíř). Na konci Ověnecké ulice projedeme brankou do Stromovky. Sjedeme doprava dolů ke vstupu na Výstaviště a zabočíme vlevo. Stále po cyklostezce pokračujeme kolem Planerátia Praha dále do hlubin Stromovky.

Na křižovatce cyklotras jedeme rovně (vpravo bychom odbočili do Troje k zoo). Sledujeme cyklotrasu č. 201 po lávce přes železnici až do Mlýnské ulice, kde se cyklotrasa dělí na směr Dejvice, Střešovice – doleva pod železnici. My však pokračujeme dále doprava – směr Dolní Šárka – Papírenskou ulicí kolem staré čističky vod. *Také kolem Ekotechnického muzea.*

V Podbabské ulici (*info tabule o přírodních památkách*) můžeme využít cyklostezku vyznačenou červenou zámkovou dlažbou na chodníku kolem ulice. Musíme však být obezřetní, protože nájezdy na chodník místy nejsou zkosené a občas je v červené dlažbě umístěn sloup nebo autobusová zastávka. Opatrně sjedeme ze stezky na silnici až při odbočování doleva pod železniční viadukt směrem do Podbaby. Jedeme asi 400 m po „kočičích hlavách“ a odbočíme doleva do Šáreckého údolí.

Zvolna stoupáme kolem potoka a krásných vil až zámečků, které mají poetická jména původních hospodářských dvorů: Pukrábka, Žežulka, Šatovka. Za posledně jmenovanou je na pravé straně koupaliště. Nad námi vlevo se objeví v dominantním postavení kostel sv. Matěje.

Při tom všem pozorování okolí musíme brát v úvahu, že jedeme po silnici pro motorová vozidla, zvláště když přijedeme na Jenerálku na hlavní silnici, po ní se dáme krátce doprava dolů. Asi po 150 m, hned za potokem a před hotelem Mlýn, opatrně odbočíme z hlavní

silnice vlevo do ulice U Vizerky. Po červené TZ, která přichází zprava, sjedeme k Šáreckému potoku a pokračujeme do údolí Tiché Šárky.

Hornoměřická ulice – zde se staví nové vily.

U jeskyně (*info tabule*) v buližnickové skále se dáme doprava a červenou TZ sledujeme až do míst, kde mizí ve stráni. Pokračujeme stále údolím kolem potoka až mezi rezecklané skály Žabák (*památní deska Rašina*) vpravo a Dívčí skok vlevo. *Cestou se můžeme zastavit v příjemné hospůdce.*

Po cestě Šáreckého potoka pojedeme po asfaltové cestě, hrabance, přejedeme 9 odvodů vody a 2x lávku. Dostaneme se ke koupališti a dojedeme až na hráz vodní nádrže Džbán. Dáme se vpravo a serpentinou vlevo až ke konečné tramvaji (k restauraci McDonald's).



Po přechodu přejdeme Evropskou ulici k restauraci Nad Šárkou a na druhé straně se dáme pár metrů vpravo kolem autobazaru a vlevo Špotzovou ulicí, která je prvních 100 m jednosměrná, takže vedeme kolo po chodníku. Na konci ulice opatrně překonáme složitou křižovatku a jedeme přes železniční přejezd, který vidíme před sebou. Za ním se dáme hned vpravo mezi přístřešky pro auta. Stále se držíme co nejbližší kolejí, jedeme asi 300 m po *asfaltové cestě* Rakovnickou ulicí a zabočíme doleva dolů Ledeckou ulicí. Opatrně překřížíme hlavní Ruzyňskou ulici a vjedeme bránou ve zdi do obory Hvězda.

Pokračujeme *doleva* do lesa po cestě z jemného štěrku. Hned za krajem lesa *se nám po levé ruce chlubí letohrádek* a cesta se stáčí doleva. Přejedeme potůček přitékající zprava a za ním se dáme doprava údolíčkem vzhůru do kopce kolem pískovcových skla a jeskyně. Novou cestu přetínají odvodňovací stružky (*pod listím!!!*), což je nebezpečné především při rychlejší jízdě opačným směrem.

Na prvním rozcestí odbočíme vlevo a na široké cestě již na rovině opět vlevo, abychom se dostali k letohrádku Hvězda.

Od letohrádku pokračujeme hlavní cestou k protilehlé bráně. Na dlouhé rovině je vyměřena přesná vzdálenost 1 km pomocí čtyřiceti patníků po 25m.

Branou vyjedeme na pěšinu k autobusové zastávce Na Vypichu, překonáme po přechodech Ankarskou a u zastávek tramvají také Bělohorskou ulici. Dáme se asi 100 m vlevo dolů a odbočíme vpravo na cyklostezku kolem bývalé hospodářské usedlosti Ladronka.

Jedeme příjemně profukovaným parkem, *který byl zrekonstruován a je zde nově otevřena půjčovna kolečkových bruslí*, k bývalému dvoru Spiritka, kde cyklostezka končí a cyklotrasa pokračuje po silnici. Pokračujeme stále rovně Atletickou ulicí, na druhé křižovatce necháme cyklotrasu odbočit doleva a směřujeme rovně dolů z kopce kolem starého sletového (později spartakiádního) stadionu. Kolem něho zahneme doleva, ale druhou ulicí - *Vaničkovou, kolem ambulance* - se dáme vpravo kolem menzy strahovských kolejí. Projedeme kolem vjezdu do Kinského zahrady, zdoláme malý kopeček (*pod ním je rozkopaný chodník*) Růžové zahrady a odtud již musíme kolo vést. Kolem Štefánikovy hvězdárny a horní stanice lanovky se dostaneme k bráně v Hladové zdi. Branou projdeme k Petřínské rozhledně.

Pokračujeme cestou mezi bludištěm a kostelem sv. Vavřince. Klesáme dolů *po zrekonstruované cestě*, překřížíme dráhu lanovky a serpentinami! se dostaneme až na cestu pod restaurací Nebozítek. Podejdeme dráhu lanovky a pokračujeme vrstevnicovou vyhlídkovou cestou kolem studánky Petřínky, restaurace v Seminářské zahradě a sochy Jaroslava Vrchlického až pod Strahovský klášter (zdejší obrazárna patří k nejvýznamnějším středoevropským klášterním sbírkám a proslulá knihovna uchovává vzácné rukopisy). Doprava se nám stále otevírají nádherné výhledy na starou Prahu.

Park opustíme z kopečka do ulice Úvoz. Tou se dáme, už zase v sedle kole, nahoru, ale hned zahneme vpravo Loretánskou ulicí.

Kolem Černínského paláce a Lorety *po kočičích hlavách* dojedeme na Hradčanské náměstí.

Kolo převedeme přes první a druhé hradní nádvoří, kde projdeme vlevo průjezdem, a nasedneme až za Pacassiho branou a Jelením příkopem.

Na hlavní silnici pokračujeme vpravo dolů po Mariánských hradbách. Děti do 10 let mohou jet po chodníku, ale nesmějí ohrozit chodce, kterých je tu v turistické sezóně zpravidla velké množství. U letohrádku královny Anny (Belvederu) zastavíme vpravo na odstavném místě a můžeme navštívit Královskou zahradu.



Potom přejdeme po přechodu silnici k tramvajovým kolejím a dáme se kolem 50 m dolů. Vlevo přes koleje vidíme Píseckou bránu.

Skrze bránu, pravou stranou parku Charlotty G. Masarykové a ulicí K Brusce sjedeme přímo ke stanici =M= Hradčanská, kde jsem trasu začínali.

5.10.2 Varianta zkrácená

ČD Praha – Veleslavín, Divoká Šárka, Tichá Šárka, Jenerálka, Horní a Dolní Šárka, Podbaba, Podbabská ulice, =M= Dejvická nebo Stromovka, =M= Holešovice

Délka: k =M= Dejvická 16 km, k =M= Holešovice 18 km

Součet stoupání: k =M= Dejvická 60 m, k =M= Holešovice 40 m

Od nádraží Praha – Veleslavín se vrátíme k závorám, přejedeme železniční koleje a směřujeme dolů na světelnou křižovátku. Překřížíme Evropskou ulici a zahneme doleva ke škole na kopečku. Jedeme po pravé straně školy ulicí U Vokovické školy. Na jejím konci, u novostaveb, se dáme vpravo do ulice Na luzích a odtud krátce doleva ulicí K Červenému vrchu a rovně po pravé straně tenisových kurtů ulicí Nad lávkou. Jedeme obloukem doleva kolem hřišť pražské Aritmy. Vpravo máme za plotem kempink.

Přejedeme velkou asfaltovou plochu a plot koupaliště Džbán nás vede vlevo po asfaltce přes Litovický potok, těsně před jeho ústím do přehrady, za přehradou se potok už jmenuje Šárecký. Cesta nás vyvede od vody mírně do kopečka a opět sjedeme až těsně k vodě u hráze vodní nádrže Džbán. Pod hrází odbočíme doprava do skalnaté soutěsky a pokračujeme údolím v protisměru základní trasy.

V Divoké Šárce jedeme stále poblíž potoka. Za usedlostí Vizerka se údolí nazývá Tichá Šárka. Zprava se připojí červená TZ, po ní jedeme až k restaurantu Mlýn na Jenerálce. U něho odbočíme doprava po hlavní silnici a po 150 m doleva na vedlejší silnici po značené cyklotrase (*nové vily*). Jedeme po jedné z nejdelších pražských ulic, která se jmenuje V Šáreckém údolí. Ta nás vede přes Horní a Dolní Šárku do Podbaby.

Tam odbočíme doprava a po „kočičích hlavách“ ulice V Podbabě pokračujeme, až podjedeme železniční viadukt do Podbabské ulice.

A: Hned za podjezdem se dáme doprava po pravém chodníku, na němž je cyklopruh z červených dlaždic. Jedeme opatrně, protože pruh vede občas do sloupu nebo přes autobusovou zastávku. Pokračujeme až za další železniční podjezd, kde cyklopruh končí. Dále sice pokračují čtyři metry široké chodníky, ale cesta pro cyklisty starší 10 let na nich není. Stoupáme tedy po hlavní silnici směrem ke konečné stanici tramvaje Podbaba u hotelu Crowne Plaza (původně International).

Pokračujeme po Koulově ulici, šikmo vpravo od hlavní silnice, přes parčík v Zelené ulici, kde zleva přichází značená cyklotrasa č. 201 směrem na Střešovice. Dáme se po ní pár metrů doprava a hned zahneme doleva do Stavitské ulice a na Flemingovo náměstí. Na jeho okraji značená cyklotrasa odbočuje vpravo, my pojedeme ještě 150 m rovně a stočíme se mírně doprava (ne však doprava zpět) do Studentské ulice. Zní odbočíme doleva mezi vysoké školy a přijedeme na Vítězné náměstí („Kulaťák“) k =M= Dejvická.

B: Pokud chceme dojet na =M= Holešovice nebo přes Stromovku do centra, přejdeme Podbabskou ulici hned za železničním viaduktem na chodník blíže k Vltavě, kde můžeme jet také po cyklopruhu. Ten končí v místech, kde doleva odbočuje Papírenská ulice. Po ní jedeme až na její konec a u rozcestníku cyklotras odbočíme doleva na Stromovku.

Ve Stromovce na další křižovatce cyklotras pojedeme doleva směr zoo-Troja (rovně je směr Letná, centrum) a po výjezdu ze Stromovky opustíme značenou cyklotrasu a pokračujeme doprava kolem Vltavy až za tramvajový most přes řeku, kde opatrně sledujeme koleje do podjezdu pod železnicí, za ním zamíříme doleva k =M= Holešovice.

5.10.3 Varianta – zkrácená

ČD Praha-Ruzyně, Hvězda, Vypich, Strahov, Petřín, Hradčany, Pražský hrad, =M= Hradčanská

Délka: 13 km

Součet stoupání: 60 m

V čekárně zastávky železniční stanice Praha-Ruzyně se můžeme z nástěnky dovědět něco zajímavého z historie Ruzyně.

Pak vyrazíme vlevo přes koleje. Po chodníku dojdeme až k přechodu přes Stochovskou ulici. Pokračujeme po něm stále rovně Drnovskou ulicí až ke vchodu do vazební věznice Ruzyně. Kousek za ní, před restaurací U Bastily, odbočíme vlevo do uličky podle zdi věznice a jedeme až k pouličním hodinám u obchodu s potravinami na začátku Statenické ulice. Tou pokračujeme doprava až do ulice Jinočanské a po ní jedeme doleva až ke zdi obory Hvězda.

Podle zdi se dáme 30 m vpravo ke klenutému vstupu do obory. Za ním odbočíme šikmo vlevo po širší cestě kolem dvojkmenu jasanu a půlky velkého pařezu až na cestu z jemného štěrku. Po cestě jedeme doprava (právě jsme vjeli na základní trasu) a za potokem stoupáme doprava údolíčkem k letohrádku Hvězda. Dále pokračujeme po základní trase.

5.10.4 Zhodnocení trasy

Tuto trasu bych pojmenovala trasou poznávací, tudíž vhodná pro starší děti. V trase jsem podrobněji popsala obtížná místa. Za zmínku stojí i krásně opravená Ladronka, kterou projíždíme. Vzhledem k velkému pohybu na silnicích je třeba zvýšit bezpečnost při jízdě.

6. DISKUSE

Porovnáváním cyklotras s pětiletým odstupem jsem objevila změny, které například výstavbou nových obchodních sítí podstatně narušily jinak klidné prostředí trasy. Do budoucna snad tyto zástavby nezmění nebo jinak neovlivní charakter dalších tras. Na druhou stranu doufám, že Magistrát dopravy hl. města Prahy zajistí opravu některých komunikací a cyklistům tak zpříjemní některé úseky. Cesty pak například budou moci sloužit nejen zdravým cyklistům, ale i handicapovaným spoluobčanům. Je nutné, aby si cyklista uvědomil, že povrch a charakter tras se mění v závislosti na počasí. Je tedy vhodné, například trasu podél Vltavy – Dražanskou roklí do Ďáblic (5.1.), pokud je deštivo přeložit na slunečné počasí. V případě trasy č. 5.3. se může právě v deštivých dnech stát, že přívoz, který

potřebujeme ke zdolání tratě, není v provozu. Je to z toho důvodu, že hladina řeky je vysoká a voda v ní je příliš rozbouřena. Pokud se tedy budeme držet této rady, předejdeme tak zbytečným komplikacím na tratích.

Při našich výletech jsem často postrádala občerstvovací stanice. Je tedy potřeba počítat s tím, že během celé trasy nemusíme narazit na žádný stánek s občerstvením, restauraci nebo jiná zařízení k tomu určená. Dobré tedy bude, přibalit si s sebou dostatek tekutin a něco k zakousnutí.

Dalším podstatným upozorněním je pro mne jízda v lesoparcích a frekventovanějších komunikacích. V prvním případě jízdu zpomalíme, na cestách se totiž pohybují pěší, malé děti s neuvěřitelným talentem plést se cyklistům do tratě. Nezapomínejme na naše čtyřnohé miláčky, kteří si s námi chtějí hrát na honěnou. A to by mohlo znamenat nebezpečí jak pro ně, tak i pro nás. Druhý příklad frekventovanějších silnic může být nebezpečnější a proto jízdu zde nesmíme podcenit a řídit se dopravními předpisy. Ovládáme přeci jen jednostopé vozidlo. Trasy vedou občas také po nezpevněných, kamenných, polních či jinak špatně sjízdných cestách. Je proto nutné rychlost jízdy přizpůsobit těmto možným nebezpečím. Abychom se těmto situacím vyhnuli a předešli tak možným úrazům, v každé trase tato nebezpečí označuji vykřičníkem. Trasy jsou tedy přesně označené, nabízejí možné zkrácené varianty, či výběr tras vhodnějších za suchého či mokrého počasí. V textu knihy *S dětmi na kolech Prahou a okolím* (Šafránek, Vaňková, 2001) autoři nepoužívali žádnou fotodokumentaci z důvodů vysokých nákladů na vydání knihy. Já jsem se rozhodla několik fotografií připojit a přiblížit tak čtenáři některá zajímavá místa v trasách.

V poznatecích zaznamenaných při projíždění tras jsem uváděla do textu rovněž povrchy tras, nebezpečné sjezdy či průjezdy křižovatkami či místa občerstvení. V případech míst s možnou budoucí zástavbou je nutné počítat s tím, že trasa tak jak je popisována v současné době se může za krátký čas změnit – stane se například neprůjezdnou nebo bude odkloněna od současného textu. Je proto třeba s touto možností počítat.

7. ZÁVĚR

Zachycením a vyhodnocením změn v uváděných cyklotrasách jsem částečně přispěla budoucím tvůrcům textů poznávacích cyklotras a zprostředkovaně i jejich uživatelům ke snadnější orientaci na trasách a lepším užitným vlastnostem textu popisu i s možností absolvovat trasu bez mapy.

8. SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

- 1) ŠAFRÁNEK, J., VAŇKOVÁ, H. S dětmi na kolech Prahou a okolím. 1. vyd. Praha: Portál, 2002. ISNB 80-7178-630-6
- 2) BRZÁKOVÁ, R. Pražské cyklotrasy. Diplomová práce. Praha UK FTVS 2003.

Další zdroje:

- 3) Přívoz přes Vltavu [cit. 15.8.2006]. Přístup z: <http://www.klecany.cz/>.
- 4) Klub českých turistů – Značení cyklotras. [cit. 10.8.2006]. Přístup z: <http://www.klubturistu.cz/> [cit. 15.8.2006]. Přístup z: <http://www.klubturistu.cz/>
- 5) Fotodokumentace. [cit. 12.8.2006]. Přístup z <http://www.doprirody.com/>
- 6) Fotodokumentace. [cit. 12.8.2006]. Přístup z <http://www.pozitivni-noviny.cz/043.html/>
- 7) Fotodokumentace. [cit. 12.8.2006]. Přístup z: <http://druidova.mysteria.cz/HISTORIE/JENSTEJN/JENSTEJN.htm>.

