



# PUTOVÁNÍ PO RYCHLEBSKÝCH HORÁCH

10. – 11. 9. 2016

*Nebaví Tě o prázdninách sedět doma? Máš rád dobrodružství? Chceš poznat další kus naší země? Pak pojed' s námi putovat po Rychlebských horách. Čeká nás pěší přechod z Lipové Lázně do Velké Kraše, celkem tedy asi 35 km za dva dny. Lepší než pěťihvězdičkový hotel je spát pod miliardami hvězd!*

**Komu je akce určena:** všem aktivním lidem starším 15 let, kteří se nebojí ujít kus cesty a strávit noc v přírodě (po domluvě je možná účast i mladších, fyzicky zdatných účastníků schopných ujít uvedenou trasu)

**Sraz:** v sobotu 10. 9. v 6:40 na vlakovém nádraží v Olomouci (pokud by měl někdo problém se ráno dostat do Olomouce, lze domluvit přespání v Olomouci). **Předpokládaný návrat:** v neděli 11. 9. v podvečerních hodinách.

**Plánovaná trasa:** v sobotu z Lipové Lázně k Žulové na lom Rampa (14 km), v neděli do Velké Kraše (16 km). Co po cestě uvidíme? Jeskyně Na Pomezí, Studniční vrch a Priessnitzovy prameny, zříceninu Kaltenštejn, zatopené lomy na koupání, Venušiny misky a spoustu dalších zajímavých míst.

**Jak budeme spát:** přespíme pod širákem nebo ve stanu. Duha Velká Medvědice může zapůjčit dostatek nepromokavých placht pro ty, co budou spát pod širákem. Kdo by chtěl spát ve stanu, musí si zajistit vlastní stan (omezený počet můžeme půjčit). Pamatujte na to, že i stan ponese s sebou na zádech - neberte proto obří těžké rodinné stany s hromadou předsíní apod. Ideální je, když se domluví více lidí na 1 stan, rozdělíte si jeho části do batohů a bude to lehčí. Do přihlášky proto uveďte, jak plánujete spát (viz dále).

**Kolik to bude stát:** účastnický poplatek je 30 Kč (platit se bude hotově na srazu), cena zahrnuje dopravu z Olomouce a zpět, vstupy do jeskyní i jiných míst, cena nezahrnuje stravu, tu si každý účastník zajišťuje sám

**Jak se přihlásit:** pošlete e-mail na [pojedu@medvedice.net](mailto:pojedu@medvedice.net), ať víme, že s vámi můžeme počítat. Uveďte své jméno, věk, telefon na rodiče nebo zákonného zástupce a zdravotní omezení, která máte (např. alergie,...). **Uveďte také, jak plánujete spát:** pod širákem (zajistíme vám plachtu); ve stanu a máte vlastní stan (napište i kolik máte volných míst ve stanu, můžeme vám tam někoho pomoci domluvit (s vaším souhlasem), ať stan nenesete sami); ve stanu, ale nemáte stan (půjčíme stan, nebo domluvíme někoho, kdo místo ve stanu má).

## Co je s sebou potřeba:

- kvalitní batoh, kam sbalíte všechny věci (není možné něco nést v ruce!)
- kvalitní spacák (v noci může být zima) a karimatku
- kvalitní boty (pohorky, trekové boty, které máte vyzkoušené a rozšlápnuté, ať vám neudělají puchýře), můžete přibalit i sandály večer na přezutí, ale na pochod si vezměte jiné, pevné boty!!
- sportovní oblečení (2 trika - jedno na pochod, druhé na převlečení; sportovní kalhoty - kraťasy i dlouhé, bundu)
- pláštěnka (ideálně i na batoh)
- lahev na vodu (ideálně 2 l), vodu budeme doplňovat ve studánkách
- dostatek suchých ponožek (klidně více než méně)
- jídlo na 2 dny (trvanlivé! - např. pečivo, tvrdý salám, zelenina, klobásy, instantní těstoviny a vaříč, pokud máte)
- šátek nebo jinou pokrývku hlavy
- baterku, kapesní nůž (pokud máte); ešus, lžící a vaříč (pokud máte, jinak si nějak popůjčujeme); zápalky
- kapesné
- **Pamatujte, že vše, co si sbalíte, ponese s sebou celou dobu na zádech. Rozhodně nepodceňte suché a teplé věci na převlečení, na druhou stranu to nepřehánějte, ať nemáte zbytečně těžký batoh!**
- **Co nebrat:** drahé věci a elektroniku (bude vám k ničemu), alkoholické nápoje, zbytečně moc oblečení, kosmetiku apod. (kromě hřebenu a kartáčku na zuby nic jiného nepotřebujete)

Vedoucí akce a více informací: Štěpánka Štrajtová, 723335585, [velka@medvedice.net](mailto:velka@medvedice.net)

**V případě nepříznivého počasí může být akce zkrácena na jednodenní nebo úplně zrušena. Budeme se řídit aktuální předpovědí počasí pár dní před akcí a v případě změn Vás budeme informovat!**