

Vážené kolegyně, vážení kolegové,

zveme Vás všechny na **JEDNODENNÍ TÚRU NALEHKO**,
která se uskuteční v **sobotu 24. 9. 2022**.

Cena pobytu s polopenzí 23. – 25. 9. 2022 dospělá osoba 1570,- Kč

Rekapitulace:

- program:
 - 23.09. pátek - příjezd účastníků (do 17,00 hod), večere, seznámení s programem a účastníky
 - 24.09. sobota - snídaně od 7,00 hod – do cca 18,00 hod celodenní horská túra, večere v zahradním altánku (opékání špekáčků, grilované masíčko, zeleninka, pečivo), volná zábava
 - 25.09. neděle - snídaně, pozvolný odjezd
- max. počet účastníků: 24 osob (12 pokojů)
- heslo: **HoryMiLove**

Popis trasy:

Půjdeme po značených horských stezkách bez exponovaných úseků. Celá trasa je dlouhá 24 km (Špindlerův Mlýn – Přední Labská), což znamená přibližně 8 hodin chůze. Sraz účastníků bude v 8,30 hod na autobusovém nádraží ve Špindlerově Mlýně (z Přední Labské možno dojít pěšky (+7 km) nebo dojet busem ze zastávky Bártlova lávka odjezd v 8,19 hod.). Největší převýšení je v úvodním výstupu po Staré Bucharově cestě na horu Krakonoš (1422 výškových metrů), pak budeme celý zbytek trasy již jen klesat :). Nejprve směrem z Krakonoše na Luční Boudu, pak údolím Bílého Labe po Weberově cestě kolem vodopádů na rozcestí U Dívčí lávky. Dále po Harrachově cestě do Špindlerova Mlýna a z centra po modré značce dojdeme na Zotavovnu Přední Labská. Trasu zvládne každý, kdo má zkušenosti s turistikou v českých horách, výdrž a elán.

Vzhledem k délce trasy nedoporučujeme jako vhodné pro děti.

Odkaz na trasu:

<https://mapy.cz/s/mokulunepu>

Doporučení na trasu:

- **Doklady a peníze:**
 - doklad totožnosti,
 - adekvátní množství finančních prostředků,
 - kartička zdravotní pojišťovny.
- **Oblečení:**
 - pohodlné a praktické, dle aktuální předpovědi počasí. Oblečení volte tak, aby se dalo vrstvit podle povětrnostních podmínek:
 1. vrstva: tričko, kraťasy, termoprádlo (funkční prádlo),
 2. vrstva: teplejší (mikina, dlouhé kalhoty...),
 3. vrstva svrchní: nepromokavé oblečení (např. membránové, "šust'ák").

Dále bude potřeba:

- pláštěnka nebo pončo (zakryje vás i batoh),
- trekové ponožky,
- pokrývka hlavy (proti slunci).

- **Boty:**
 - trekové boty (rozchozené, nejlépe nepromokavé, naimpregnované)

- **Ostatní:**
 - sluneční brýle s UV filtrem,
 - krém na opalování s vyšším ochranným faktorem,
 - sunblock na rty,
 - teleskopické hole,
 - čelovka,
 - malý batoh popř. s pláštěnkou (na jednodenní túru)

- **Strava:**
 - energeticky vydatný oběd/svačina (např. pečivo, tvrdé salámy, paštiky, tvrdý a měkký sýr, cereální tyčinky, čokolády, sušené ovoce, ořechy, hroznový cukr, oplatky, iontové nápoje, šumivé vitamíny atd.),
 - láhev na pití nebo hydrovak - minimálně 1,5 l.
 - po trase je také možnost zastavit se na občerstvení v boudách.

Mějte prima září, ať se vám daří.

Na viděnou se těší HoryMiLove a kolektiv Přední Labské