

in.ihned.cz/sport

trať Mira a červené Vega a Mercedes nejprve prudce padají do údolí, tam se jejich sklon zmírňuje a příjemnými muldami střídány odpočinkovými rovinami svádějí lyžaře k rychlým dlouhým obloukům.

Jinak vypadají sjezdy ze sousedního kopce Biolley (2350). Široký a bezvadně upravovaný červený svah Sardane nabízí vyžití vytrvalým a silným lyžařům. Sjet ho v jednom zátahu je velký nápor na nohy. Ne nadarmo tady trénují reprezentační družstva slalomářů a slalomářek.

Z jiného soudku je dlouhatánská modrá Inversens z vrcholu Roche de Mio (2700). Její atrakcí je tunel, kterým se podjíždí skalní hřeben. Okolí tratě, samotná sjezdovka a mnohdy i počasí na ní se neustále mění. Její sjetí je tak spíš turistická než sportovní záležitost.

### Prežít!

Pokud se vydáte na lyžích do terénu, informujte se o podmínkách v infocentrech nebo v kancelářích horských vůdců. Jsou v každé ubytovací vesnici.

Nejlepší sjezdy v Les Arcs vedou kuloáry pod ledovcem

Varet. Několik set metrů široký svah je přibližně vymezen sjezdovkou Aiguille Rouge zprava a Arandelieres zleva. Všechny trasy jsou velmi obtížné a hrozí tu laviny. Sklon odpovídá nejméně černé sjezdovce a často končí ve zmeti skalních stupňů a žlabů.

Pro extrémisty je přitažlivá stěna Aiguille Grive (2732), kam se musí částečně po svých. Jezdí se tu slavné snowboardové i lyžařské závody ve freeridu.

La Plagne nabízí skalnaté kuloáry v okolí vrcholu Roche Fendue. Až na jeho temeno lze vylézt po stezce zajištěné nataženým ocelovým lanem. Nejdelší a nejkrásnější terénní sjezdy vedou z ledovcového vrcholu Bellecote. Dva kilometry vysoká a čtyři kilometry dlouhá severní stěna nabízí především kuloáry. Pozor ovšem na fakt, že odtud se nevrátíte jinak než dolů! Zaskočí-li vás skalní stěnka, sněhový schod, ledový sérák či lavinězní prашan, musíte si pomoci sami. Padesátistupňový svah neumožňuje výstup nazpátek. ●

JAKUB TUREK

Autor je šéfredaktorem serveru [www.horydoly.cz](http://www.horydoly.cz)

den, a výhledy z nich jsou větší na okolní vrcholy. Proto se tu dá příjemně strávit dovolenou s přáteli nebo s většími dětmi.

**Plagne Soleil a Plagne Villages (2050 m)**

Souměstí dvou vesniček stojí poněkud dále od centra sjezdového lyžování, a je proto vhodné pro vyznavače klidu, běžek a sněžnic.

**Champagny (1250 m)**

Údolní obec na opačné straně hřebene než samotná La Plagne

a Les Arcs je zaměřená na běžecké lyžování. Zároveň ji lze doporučit kvůli nejromantičtějším sjezdovkám v oblasti.

**Les Coches a Montchavin** na jedné straně údolí, **Plagne 1800** uprostřed, **Montalbert a Aime La Plagne** na druhé straně údolí jsou menší areály na hranici lesa nebo dokonce pod ním, kde se dá dobře lyžovat i v době, kdy ve vyšších polohách fouká vítr nebo je tam špatná viditelnost.



FOTO: OFFICE DU TOURISME DE LA PLAGNE

## LA PLAGNE: KDYŽ SE NECHCE SJEZDOVAT



**Boby** – v údolí pod La Plagne postavila francouzská vláda před olympiádou v roce 1992 umělé chlazenou bobovou, sáňkařskou a skeletonovou dráhu. Její provoz je ovšem tak drahý, že veřejnost na úředníky tlačila, aby vymysleli způsob, jak aspoň část nákladů uspořít. Díky tomu se dnes může na závodní dráze svézt každý zájemce. Upozorňujeme, že to není zážitek úplně pro každého. Kdo se bojí v lunaparku na horské dráze, neměl by do bobu vůbec sednout. Svézt se lze ve sprážených soupravách bob-raftů bez řidiče, které za 33 eur dosáhnou rychlosti 80 km/h. Mono-bob za 95 eur pro jednoho jede devadesátkou. Taxi-bob za 80 eur, což je normální závodní bob se třemi pasažéry

a jedním profesionálním řidičem, dosahuje až 110 km/h. Pro srovnání: závodní čtyřboby jedou na konci rychlostí něco přes 130 km/h a sáňkaři jsou ještě o pár kilometrů rychlejší.

**Sněžné skútry** – večer po uzavření lanovek lze absolvovat výjízdku na sněžném skútru pod vedením instruktora za 70 eur. Po celý den je v provozu areál v Plagne Bellecote, kde můžete řídit na terénních čtyřkolcích za 10 eur na 15 minut.

**Sněžnice** – půldenní výlet na sněžnicích s instruktorem vyjde na 20 eur.

**Padáky** – slety od horních stanic lanovek na tandemových padácích stojí 70 až 150 eur.

**Brusle** – celodenní půjčení bruslí a vstup na zimní stadión pořídíte za 7 eur.

**Plavání** – Odpolední koupání ve venkovním vyhříváném bazénu vyjde na 5 eur..

**Běžky** – Vstup na perfektně upravené běžecké tratě je zdarma. Nejlepší stopy jsou v Champagny, kratší kolečky jsou upravovány v Montchavinu a Montalbertu.



## LES ARCS: ŠUSEM ROVNOU DOLŮ

Symbolem Les Arcs je sjezdovka pro rychlostní závody na letmý kilometr. Pravidelně tady padají rychlostní rekordy. Muži na ní překonali rychlost 250 kilometrů za hodinu, ženy 234 km/h, snowboardisté 202 km/h a na horském kole se tu jelo rychlostí 222 km/h.

Máte-li dost odvahy, můžete si to vyzkoušet i vy. Jak speciální svah, který se upravuje jen několikrát do roka, vypadá? Nijak zvláštně. Průměrný sklon nedosahuje ani černé sjezdovky. Zato je ovšem dokonale rovná a má dlouhý, relativně bezpečný dojezd.

Nejdůležitější je první stovka metrů, kde svah dosahuje 76 procent a závodník tu musí nabrat co nejvyšší rychlost. Poté se strmý svah pokládá do mostu červené sjezdovky, a to už musí být lyžař sbalený do per-

fektního vajíčka, protože se právě ocitá v měřeném kilometrovém úseku. Jediný nechtěný pohyb rukou nebo nohou ho může stát zlomek sekundy, o který prohraje. Zbytek dvoukilometrové sjezdovky tvoří mírný dojezd.

Pokud si chcete vyzkoušet, jaké to je, když se závodníci řítí bílou plání, můžete si to za poplatek vyzkoušet. Obvykle je to možné po závodech. Organizátoři vám půjčí vybavení a pustí vás z nejnižšího nájezdu. Pokud se osvědčíte, můžete postoupit o kousek výš.

Nejlepší rekreační lyžaři startují z hranice měřeného letmého kilometru, a vynechávají tedy jen startovní padák. „Dobrý lyžař bez problému dosáhne 110 km/h,“ říká zaměstnanec místního turistického střediska Stéphane Brun.