

## SLOVNÍČEK

● **Tradiční lezení** – komplexní disciplína, při které je nutné zakládat do skály vlastní jištění, odhadovat napřed své síly a při pádech hrozí největší nebezpečí.



● **Sportovní lezení** – nejobtížnější výstupy v hladkých kolmých až převislých stěnách, které potřeba nacvičovat krok po kroku, pády jsou většinou krátké do pevných skob zacementovaných ve skále.

● **Bouldering** – obtížné kroky těsně nad zemí bez lana.

● **Volné (čisté) lezení** – výstupy bez pomoci skob, které slouží pouze pro zajištění před následky případného pádu.

● **Lezecká cesta** – výstup popsán v průvodci, o kterém je známa jeho obtížnost, směr a většinou i možnosti zajištění proti pádu.

● **Lezečky** – speciální lehké a přilnavé lezecké boty.

● **Expreska** – dvojice karabin napevno spojená popruhem ulehčuje oproti samostatným karabinám zapínání lana do skob.

● **Vklínělec** – kovový hranol s okem pro uchycení karabiny, který horolezec při výstupu zaklíní do skály a jeho partner ho poté vyzvedne, vklíněnce oproti skobám neničí skálu.

● **Magnézium** – křídový prášek, který zabraňuje pocení rukou, horolezci ho nosí v sáčku za pasem.

→ Ve stráních na obou březích potoka je roztroušeno ještě dalších deset skal, na které vedou lezecké cesty.

Historie výstupů v Šárce je tak propletená, že u většiny cest nelze určit prvovýstupce, ale jisté je, že tu lezl snad každý z minulé i současné české horolezecké špičky. Tady se konávala reprezentační soustředění před odjezdem do Himálajů, na těchto skálách jsou zasvěcování do tajů lezecké techniky mnozí nováčci.

Živoucím démonem Divoké Šárky je horolezecká legenda Václav Širl. Bývalý špičkový reprezentant tu často leze bez lana, ačkoliv již oslavil šedesátku. Občas se na skále zjeví jako duch, doslova předběhne horolezce, který ve stejné cestě bojuje jako lev, a ještě mu poradí, kde se nejlépe chytit a kam stoupnout. „Už jsem všechno přepsal na pozůstalé,“ s úsměvem prohlašuje, když se ho někdo zeptá, jestli se nebojí.

### Holý vrch a Kozí hřbety

Únětický potok si prorazil cestu před mnoha miliony let skrz skalní hřeben nedaleko Suchdola. Z jeho práce zbyly památky v podobě nižší skalní bariéry Kozích hřbetů ve stráni na pravém břehu a třech podsaditých skalních věží na Holém vrchu po levé ruce. Dojít k nim lze po lesních cestách po zelené nebo žluté turistické značce ze Suchdola. Těto horolezecké oblasti občas říkají horolezci nesprávně Tichá Šárka, ačkoliv název je vyhrazen pro údolí o pár kilometrů vedle.

Holý vrch je po Divoké Šárce druhou baštou tradičního dobrodružného lezení v Praze. Délky zdejších výstupů dosahují až třiceti metrů. Stěny Kozích hřbetů jsou vysoké okolo patnácti metrů a jsou tedy vhodné pro první kroky na skále.

### Prokopské údolí

Teplé dny a chladné podvečery lákají do skal i v pracovní dny jen na krátké odpoledne. Pak jsou ideální Hlubočepy, kde končí Prokopské údolí.

Dvě obří, na jih orientované hladké plotny nabízejí teplo, malé chyty, bezpečné jištění a těžké sportovní výstupy.

Do Hlubočep se jezdí městským autobusem, romantické povahy mohou přijet vlakem po „pražském Semmeringu“. Pod skálami se kříží dva mohutné kamenné viadukty, a tak jízda motoráčkem může být větším zážitkem než samotné lezení.

Oblast berou místní borci především jako tréninkovou. Dá se tu naučit přesná práce nohou, na vápencových boudičkách zesílí prsty, a přitom je možné bez strachu spadnout. Nýtý zavrtané do skály každých pár metrů umožňují pohodlná přistání do napruženého lana a spuštění na zem po každé nepodařené akci.



Holý vrch

FOTO: JAKUB TUREK

### Pidiskalky

Mnoho pražských lezců vyrostlo v tzv. petřínském Yosemite. Studenti ze strahovských vysokoškolských kolejí tak nazývají pískovcové miniaturní městečko, které mají přímo pod nosem. Skalky najdete v parku na půl cesty mezi kolejemi a luxusní restaurací Nebozítek. Přijet lze nejen autobusem či tramvají, ale také pozemní lanovkou. K lezení se tady nabízí jedna skalní věžka a několik stěnek. Leze se tu především bez lana, čemuž se v hantýrce říká bouldering. Až na několik málo výjimek se výška cest pohybuje do pěti

metrů, což se v případě potíží dá seskočit.

Druhou boulderingovou skalku je možné navštívit na druhé straně velkoměsta pod hrází Hostivařské přehrady. Ve svahu nad pravým břehem potoka Botiče najdete pět metrů vysoký křemencový terénní zlom. Hladká kolmá stěnka nabízí středně těžké výstupy bez lana pro odvážné, protože doskoky jsou z prudkého kopce, nebo s lanem pro ostatní. Lano lze dobře uvázat pod i nad skálou, a proto hostivařskou skalku používají lezci k intenzivnímu tréninku.

### Strach v Řeži

Skalní útesy nad Vltavou v Řeži jsou rájem traditionalistického stylu lezení. Rovnováha mezi psychickým a fyzickým výkonem je tu zachována v plné míře. Rozuměj: není tu moc dobrých skob a nýtů, a proto se tu každý bojí spadnout. Mnohdy je potřeba pro zajištění aspoň částečné bezpečnosti vklíněvat do skalních spár kovové hranoly protažené ocelovým lankem, aby zastavily případný pád.

Zatímco v jiných oblastech je pravidly zakázáno chytat se po cestě skob nebo právě vklíněnců, v Řeži mnoho cest stále nelze přelést jiným způsobem. „Některé prvovýstupy jsme tímto způsobem lezli i celý den,“ vzpomíná horolezec Ivan Rigel, který v Řeži na přelomu sedmdesátých a osmdesátých let vylezl se spoluzeckem nejvíce nových směrů. Dnes je oněch padesát šedesát metrů záležitostí desítek minut, ale tehdy to byly úctyhodné výkony.

### Odvážné výstupy ve Svatém Janu

Podobně odvážné výstupy jako nad Vltavou v Řeži lze vykonat také nedaleko od Berounky ve Svatém Janu pod Skálou. Středočeskou horolezeckou stěnou stěna je bezesporu tamní skála Pod Křížem. Sto metrů vysoká a kolmá stěna přibližuje lezení horským dimenzím. Každý výstup na ní je impozantní. Začíná se lézt