

Alpy jsou nejvyšším a největším horským systémem Evropy, který dosahuje od Ligurského moře až po údolí Dunaje a Vídně. Jejich geologický vznik zapříčinilo alpské vrásnění, které mimo jiné vyzdvihlo vrchol Mont Blancu až do nadmořské výšky 4807 metrů a učinilo z něj nejvyšší bod celé Evropy.

Alpy mají rozlohu přibližně 220000 km² a v rámci tak obrovského území se dělí na množství horských masívů s nejvyššími vrcholy dosahujícími většinou nad hranici 3000 metrů nad mořem. V současné době zasahují Alpy do sedmi států, což jsou směrem od západu Francie (Alpes), Itálie (Alpi), Švýcarsko, Lichtnštejnsko, Německo, Rakousko (Alpen) a Slovinsko (Alpe). Některými projedeme i my...

*VEZMĚTE FOTOAPARÁTY, KAMERY
A PŘIJMĚTE NAŠE POZVÁNÍ NA CESTU...*

KLUB ČESKÝCH TURISTŮ ČESKÁ LÍPA

OVýT - ODDÍL VÝLETNÍ TURISTIKY

(s námi výlety pro turisty od 5-ti do 80-ti let věku...)

PŘINÁŠÍ INFORMACE K AKCI

***S OVýTem ALPSKÉ PRŮSMYKY
na kole i pěšky***

16.-23.srpna 2014

S OVÝTEM ALPSKÉ PRŮSMYKY NA KOLE I PĚŠKY

sraz účastníků a místo srazu

sobota 16.srpna 2014 v 16.50 hodin před KD Crystal v Parku generála Heliodora Píky v České Lípě
nebo v 18.50 hodin před budovou Hlavního (Wilsonova) nádraží ČD v Praze
(zastávka autobusů MHD ve směru od Holešovic na Brno)

podrobný program akce

1.den – sobota 16.srpna 2014: odjezd z České Lípy v 17.00 hodin, odjezd z Prahy v 19.00 hodin., přejezd okolo Plzně na Rozvadov (bezpečnostní zastávka s možností občerstvení) a v průběhu noci přejezd okolo Mnichova přes Garmisch-Partenkirchen do Rakouska.,

2.den – neděle 17.srpna 2014: časně ráno příjezd přes rakouský Landeck a Nauders do průsmyku **RESCHENPASS** (1504 mn.m.) na hranicích s Itálií a poté do průsmyku **PASSO DELLO STELVIO**, (2758 mn.m.), kde, doufejme v dobré počasí, budeme mít možnost pozorovat ranní východ slunce.

Zde možnost pěšího výletu nebo cyklistický sjezd do Bormia (18 km), příp. cyklistický výlet přes Bormio do Passo del Tonale (celé 52 km).



Nocleh v Passo del Tonale.,

3.den – pondělí 18.srpna 2014: jedinou snídaní v průběhu celého týdne máme v ceně ubytování právě tady, proto vyjedeme na další poznávání hned po ní. Nejprve nás čeká průjezd Bormiemi a hned poté výjezd do průsmyku **FOSCAGNO PASS** (2291 mn.m.), odtud do Livigna a do průsmyku **LIVIGNO PASS** (Forcola di Livigno)., přejezd do Švýcarska na **BERNINAPASS** (2323 mn.m.) a sjezd do lyžařského, sportovního a turistického centra **ST.MORITZ**. Zde krátká zastávka.

Cykloturistům doporučený výlet: Foscagno Pass-Livigno (20 km) a z Livigno Passu přes Berninapass do St.Moritz (25 km).

Ze St.Moritz pak po poledni přejezd zpět do Itálie k **JEZERU COMO**, krátká zastávka v městečku **MENAGGIO** na břehu jezera

LAGO DI MAGGIORE. Nocleh na italském území na břehu jezera, v Luinu.,

Odpoledne pro cykloturisty možnost výletu podél jezera z Locarna do Luinu (cca 40 km).

4.den – úterý 19.srpna 2014: z Luina poměrně dlouhý přejezd k Turínu a do obce Bardonecchia. Odtud začíná stará kamenitá a bahnitá cesta do nejvyšše položeného průsmyku, kam se dá dojet po cestě - na kole zcela jistě, mikrobusem **BEZ ZÁRUKY!**, do průsmyku **COLLE DEL SOMMEILLER** (2993 mn.m.).

Pro cykloturisty doporučený výjezd z obce, kde skončí asfaltová silnička do průsmyku – UPOZORNĚNÍ: délka trasy do průsmyku 22 km + zpáteční cesta a převýšení 1711 m! Pěší výlet buď v okolí průsmyku nebo částečný výstup do průsmyku (dle momentální situace).

Čas na turistiku bude takřka celé odpoledne (cca 6 hodin), večer přejezd do 50 km vzdálené horské obce Sauze di Cesana, ubytování, nocleh.,

5.den – středa 20.srpna 2014: po ránu přejezd do Francie a přes město Briancon výjezd do průsmyku **COL D'IZOARD** (2361 mn.m., známý průsmyk z etap Tour de France) a po návratu přes Briancon výjezd do průsmyku **COL DU GALIBIER** (2645 mn.m., Tour de France).

Cyklistům doporučený sjezd z Col d'Izoard do Brianconu (20 km).

Z průsmyku Col du Galibier přejezd přes Modane a Lanslebourg-Mont-Ceris a výjezd do průsmyku **COL DE L'ISERAN** (2764 mn.m.). Po sjezdu zastávka ve francouzském lyžařském a turistickém středisku **VAL D'ISERE**.

Doporučujeme pro cyklisty sjezd z průsmyku Col du Galibier do Val d'Isere (20 km).

V podvečer přejezd do **ALBERTVILLE**, dějiště ZOH 1994, kde máme zajištěný nocleh.

6.den – čtvrtek 21.srpna 2014: dopoledne výjezd do průsmyku **COL DU PETIT ST.BERNARD** (2188 mn.m.), přejezd do Itálie, zastávka v městečku **LA THUILE**.

Doporučená trasa pro cykloturisty: přejezd Col du Petit St.Bernard z Le Arcs do La Thuile (cca 40 km) nebo jen sjezd z průsmyku do La Thuile (cca 15 km).

Z La Thuile pojedeme údolím Aosty do města **AOSTA** (krátká zastávka) a odtud začneme stoupat do průsmyku **GRAND ST.BERNARD** (2469 mn.m.) na italsko-švýcarské hranici.



Pro cykloturisty doporučujeme výjezd do průsmyku na kole z jakéhokoliv místa na trase.

Průsmyk Grand Saint Bernard je zřejmě nejznámějším alpským průsmykem, proslaveným i chovem zdejších bernardýnů. Navštívíme hospic, kde se dodnes tento druh psů chová. Přímo v průsmyku máme také zajištěný nocleh.

7.den – pátek 22.srpna 2014: sjezd z Grand St.Bernard na švýcarskou stranu k městu Martigny a odtud výjezd do průsmyku **COL DE LA FORCLAZ** (1526 mn.m.), přejezd do Francie a sjezd do lyžařského a turistického střediska **CHAMONIX-MONT BLANC** pod nejvyšší horou Evropy – horou Mt.Blanc (4807 mn.m.). Zde možnost výjezdu jednou z nejdelších lanovek na světě na **Aiugille du Midi** do výšky 3842 mn.m., odkud se naskýtá nádherný výhled na hřeben Mt.Blancu i do údolí. Jízdné lanovkou je bez záruky 40.-€. Jinou možností je výlet ozubnicovou drahou k ledovci **Mer de Glace**, zpáteční jízdenka cca 20.-€. Po vystoupení z vlaku se můžete vydat kabinkovou lanovkou k o něco níže ležící ledové jeskyni, kterou zde každoročně hloubí do ledovce Mer de Glace.

Doporučený výlet pro cykloturisty: sjezd ze sedla Col de la Forclaz do Chamonix (celé cca 25 km) příp. sjezd z průsmyku Grand St.Bernard do údolí.

V podvečer přejezd ze Chamonix do 25 km vzdáleného místa ubytování v Plateau d'Assy., nocleh.

8.den – sobota 23.srpna 2014: časně ráno (s ohledem na večerní spoje z Prahy již v 6.00 hodin!) návrat přes Chamonix a průsmyk Col de la Forclaz do Švýcarska a cesta přes Sion do průsmyku **FURKA PASS** (2431 mn.m.) a dále do průsmyku **OBERALPPASS** (2044 mn.m.) do **CHURU** (dle časových možností krátká zastávka) a **VADÚZU** (dle časových možností krátká zastávka v hl.městě Lichtenštejnska). Okolo **BODAMSKÉHO JEZERA**, krátký přejezd Rakouska a přes Německo (okolo Mnichova a Regensburgu) návrat ve večerních hodinách do Česka. Předpokládané příjezdy: Praha 23.30 hodin, Česká Lípa v 1.00 h po půlnoci. (V Praze vlakové přípoje do Pardubic a Brna).

DALŠÍ DŮLEŽITÉ INFORMACE K AKCI

ubytování, stravování, spropitné

*Ubytování v rámci akce je zajištěno v hotelech** (dvoulůžkové pokoje) nebo v apartmánech s vybavením (2-lůžkové ložnice), vždy se sociálním zařízením na pokoji. POZOR! Ne všude mohou být oddělené postele, proto doporučujeme v případě ubytování dvou samostatně cestujících pánů nebo dam, vzít s sebou spací pytel.*

Stravování: v rámci akce jen 1x snídaně v hotelu v Passo de Tonale.

Potraviny a strava v bufetech je dražší než u nás. Budeme zastavovat prakticky každý den na nákup, občerstvení v průběhu cesty bude také možné!

Voda z vodovodní sítě je bezpečně pitná.

V restauracích se zpravidla dává spropitné ve výši 10% z účtu,

záleží na úrovni poskytovaných služeb. Naučtovaná částka nezahrnuje spropitné. V případě, že jste s poskytovanými službami spokojeni, je běžné dávat spropitné nosičům zavazadel, číšníkům, taxikářům, hotelové obsluze a obsluze čerpacích stanic.

cestovní formality

pro cestu stačí platný občanský průkaz nebo cestovní pas.

pojištění

Vzhledem k vysokým cenám za lékařské ošetření v Západní Evropě, naléhavě upozorňujeme na nutnost uzavřít ještě před cestou pojištění pro případ nemoci a úrazu u některé z českých pojišťoven.

lékařská péče, očkování

Lékařská péče je snadno dostupná a vysoce kvalitní.

Očkování není třeba.

Pohotovostní služba velkých nemocnic pracuje celých 24 hodin a ve většině měst jsou pohotovostní kliniky. Lékárny bývají otevřené do 21.00 hodin. V naléhavém případě volejte tel.č.112.

jaké bude počasí?

Průměrná denní teplota v tomto období je v celé oblasti v horských střediscích do 1000 metrů nad mořem 23 st.C, v oblasti vyšších částí 20 st.C a v průsmycích a v oblastech nad 2000 metrů nad mořem 18 st.C.

přeprava

Cestování je zajištěno 9místným klimatizovaným vozidlem..

výstroj a výzbroj

Pro cestu je vhodný lehký oděv, přednostně bavlna, co nejméně syntetických tkanin. Důležité jsou pokrývka hlavy a pevná obuv. Nezapomeňte na trička a krátké kalhoty, ale také na teplé svetry a větrovky do vyšších oblastí hor! Vhodná je také pláštěnka nebo deštník pro případ deště. Cykloturistům doporučujeme vzít s sebou i rukavička a příp. čepici. Všem pak kšiltovku nebo šátek na hlavu a sluneční brýle! Pro pěší turisty jsou vhodné jako obuv pohorky! Zmínka o oblečení již v kapitole „Jaké bude počasí?“



jazyk

V Rakousku, Lichtnštejnsku, Švýcarsku a v Německu němčina, v jižních kantonech Švýcarska a v Itálii italština, v západní části Švýcarska a ve Francii francouzština. Většina obyvatel alpských států mluví také anglicky.

čas

V oblasti Alp platí střeoevropský letní čas, tedy stejný čas jako u nás.

nákupy, clo

Ve velkých městech jsou obchodní centra, která mají vysoký standard a kde lze koupit prakticky vše potřebné. Jejich součástí jsou i potravinové supermarkety. Otevírací doba je zpravidla 08.00-21.00 hodin, o sobotách 08.00-18.00 hodin. Mezi jednotlivými státy Evropské unie a do Švýcarska byste neměli převážet potraviny jako masné a mléčné výrobky, ovoce, zeleninu!

bezpečnost

V centrech velkých měst, jakož i v centrech menších měst je bezpečno, přesto se vyvarujte některých skutečností: nezacházejte na opuštěná místa, nechoďte po setmění sami vylidněnými ulicemi, neupozorňujte na peníze, nenoste nápadně šperky, fotoaparáty apod. Místní policie je vstřícná a lze ji kontaktovat 24 hodin denně.

elektřina

Do sítě je dodáván proud o napětí 220 voltů. Zásuvky jsou stejné jako u nás.

náboženství

Hlavním náboženským vyznáním je křesťanství.

měna, doporučené kapesné

Ve většině zemí se platí eurem (€), ve Švýcarsku pak švýcarskými franky, které lze směnit v našich směnárnách. S kartami Eurocard/Mastercard a VISA můžete vybírat hotovost z bankovních automatů ve všech navštívených zemích.

Současný kurs: 1.-€ = cca 28.-CZK, 1.-CHF = cca 22.-CZK.

KAPESNÉ: některé vstupy jsou uvedeny přímo v textu u programu akce, stejně tak lanovky a vlaky. Doporučené celkové kapesné je 100.-€ a příp. 20.-CHF na občerstvení při průjezdu Švýcarskem.

DALŠÍ CENY:

Ceny vybraných jídel:

Káva, čaj cca 2,50 €

Coca cola ... cca 2.50 €

Jídlo v samoobslužné jídelně od 9.-€

Ceny dalších služeb:

Pohlednice ... od 0,30 €

Známka do CZ ... 1.-€

Večeře v restauraci od 12.-€

telekomunikace a pošta

Vnitrostátní i mezinárodní telekomunikace jsou automatizovány a mají velmi dobrou úroveň. Telefonní spojení do České republiky: 00420+účastnické číslo.

Pracovní doba na poštách je od 08.30 do 16.30 hodin ve všední dny a od 08.00 do 12.00 hodin v sobotu.

**Přejeme Vám klidné přípravy na naši společnou akci
S OVÝTem Alpské průsmyky na kole i pěšky
a jen hezké zážitky z tohoto koutu světa!**