

Jaromír Zaoral

KORUNA EVROPY

Průvodce po nejvyšších vrcholech Evropy



Koruna Evropy

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.cpress.cz
www.albatrosmedia.cz



Jaromír Zaoral
Koruna Evropy – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2020

Všechna práva vyhrazena.
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována
bez písemného souhlasu majitelů práv.



Věnováno všem, kteří mi pomohli expedici realizovat, a zejména mé rodině, která se o mě sice celou dobu bála, ale ani na vteřinu mě nepřestala podporovat.



Varování

Hory jsou nádherné, ale často zrádné. Bohužel bývají neúprosné vůči těm, kteří nerespektují jejich zákony. Nepřeceňujte vlastní síly a nepodceňujte nebezpečí hor. Vždy vybírejte výstupy podle své zdatnosti, dbejte na rizika povětrnostních podmínek a nepodceňujte výbavu. Při psaní této knihy jsem se snažil zmínit co nejvíc rizik spojených s cestováním po horách, aby bylo jasné, že zdolávání vrcholů není žádná procházka parkem. Každý je zodpovědný sám za sebe a nese vlastní riziko. Před každým výstupem doporučuji zjistit si aktuální informace o podmínkách na dané hoře a zkontrolovat předpověď počasí. To platí dokonce i pro nejvyšší horu Dánska Møllehøj (171 m n. m.). I tam si prý při „náročném“ dvouminutovém výstupu jistý turista dokázal zlomit nohu.

Východ slunce u nejznámější islandské hory Kirkjufell. Která hora Evropy je nejkrásnější?





O autorovi

Jarda Zaoral je cestovatel a profesionální fotograf žijící střídavě ve Stockholmu a v České republice (Olomouc a Praha). Než se stal fotografem na plný úvazek, vystudoval bakalářský program Mezinárodní obchod na Vysoké škole ekonomické v Praze a magisterský program Podnikání a internacionalizace na Umeå University ve Švédsku. Poté pracoval na české ambasádě ve Stockholmu v agentuře CzechTrade, ale touha po focení a dobrodružstvích byla tak silná, že opustil vyhřátou kancelář a vrhnul se do svých vlastních fotografických a cestovatelských projektů. Nyní se zabývá zejména focením svateb, interiérů, měst a krajiny a pořádá přednášky z vlastních expedic. V posledních letech ve volném čase mířil převážně do hor – a právě o evropských horách bude následující kniha.

Doporučení

Mapy, novinky, další fotografie a více zajímavostí o nejvyšších evropských bodech najdete na webové stránce www.korunaevropy.cz.

Proč na nejvyšší body evropských zemí? A proč ne?

Dnešní uspěchaná doba je stereotypní. Většina lidí nejdříve vystuduje a pak nastoupí do kolotoče práce – víkend – práce – víkend – dvakrát za rok dovolená a pak zase práce – víkend – práce – víkend. I se mnou to vypadalo, že nebudu nijak vybočovat z normálu. Vystudoval jsem ekonomku, našel jsem si první zaměstnání a pracoval na zajímavých projektech. Pohodlné místo v kanceláři mě ale rychle omrzelo. Uvnitř jsem cítil, že chci ještě něco zažít. Něco ryzího. Nějaké dobrodružství. Přece je ještě čas, než v tom kolotoči navždy zůstanu. Než si vydělám na první auto, než si vezmu hypotéku a založím rodinu. Rozhodl jsem se, že ještě skutečným „svou expedici“. Vždy jsem obdivoval dobrodruhy, kteří dobyli severní či jižní pól, vystoupali na Mount Everest nebo objevili novou civilizaci. Co by ale mohla být *ta moje expedice*?

Až do studia na vysoké jsem zájem o cestování moc neměl. Spokojeně jsem studoval na gymnasiu, ve volném čase neúspěšně balil holky, hrál florbal za Olomouc a fotbal za legendární tým FC Hněvotín v poslední lize a na dovolenou jsem jezdil do Chorvatska. Další rozptýlení jsem nehledal. To přišlo, až když jsem se přestěhoval za studiem magisterského programu do Švédska. Díky zahraničním kamarádům jsem zjistil, že svět je malý a že cestování je vlastně dost velká zábava. Při tehdejší expanzi nízkonákladovek to navíc šlo velmi levně a snadno. No a pak už se to roztočilo samo. Z cestování se mi stala lehčí droga a během pěti let jsem navštívil padesát zemí světa.

„Pro nás slunce zapadlo. Hory je vidí dál.“

Na světě najdete spoustu neuvěřitelných věcí. Rozumím tomu, že lidem učarují karibské pláže nebo světoznámé metropole. Mě ale nejvíc zaujaly hory. Vždy jsem byl fascinován jejich velikostí. Člověk už dokázal dobýt a zastavět pralesy, pouště, ledovce nebo v případě Holanďanů dokonce moře, ale na nejvyšší hory je stále krátký. Poté, co jsem viděl vysoký Himaláj, ostré štíty v patagonských horách, bolivijskou náhorní plošinu Altiplano, legendární osadu Machu Picchu v peruánských Andách nebo co jsem se zkušenými vůdci vystoupil na Mont Blanc, zjistil jsem, že právě v horách se cítím jako doma. I když byla většinou pěkná kosa a výstupy byly fyzicky náročné, z výhledů se mi tajil dech. Když jsem tak později přemýšlel, co bude *ta moje expedice*, věděl jsem, že určitě bude mít něco společného právě s horami.

Jako soutěživého jedince, který v dětství ani jednou nenechal svého o pět let mladšího bratra zvítězit ve hře Dostihy a sázky, mě nenapadlo nic lepšího než sáhnout po Guinnessově

knize rekordů. Mám šanci některý z nich pokořit? Se svými relativně malými zkušenostmi jsem raději přeskočil rekordy z Himálaje a jiných velehor. Minul jsem výzvy typu Koruna světa (výstup na nejvyšší vrchol každého kontinentu) či Koruna Himálaje (výstup na všechny osmitisícovky) a podíval jsem se na ty evropské. A vida: nejrychleji člověk zdolal nejvyšší bod každého státu Evropy za 835 dní. Co na tom může být těžkého?

**„Získám Korunu Evropy
v rekordním čase.“**

Podíval jsem se na mapu Evropy a otevřel Wikipedii. Nadmořská výška nejvyšších vrcholů jednotlivých států se hodně liší. Více než polovina hor má nad 2000 metrů, z toho tři dokonce nad 4000 metrů, naopak třetina vrcholů nedosahuje 1000 metrů. To se mi líbí. To bude velmi pestrá a zajímavá cesta. Objevím každou zemi Evropy a zažiju nespočet dobrodružství. Ideální pro fotografa. A tak jsem se rozhodl: Získám Korunu Evropy v rekordním čase a krásy evropských hor zdokumentuju.

Prozatím nejkrásnější výhled mého života jsem zažil na norských Lofotech. Najdu na své cestě po Evropě nějaký hezcík?



Co je vlastně Evropa a které hory mě čekají?

Upodrobnějšího zkoumání projektu Koruna Evropy jsem se ocitl u prvního problému. Které hory vlastně budu muset zdolat? Definice hranic Evropy je několik. Stejně tak se statistiky neshodují ohledně počtu evropských států. Existuje tedy několik pohledů, které hory do nejvyšších bodů Evropy zahrnout. Já jsem se rozhodl pro ten, s nímž pracuje Guinnessova kniha rekordů. Ta definuje rekord názvem „Nejrychlejší zdolání nejvyšších bodů ve všech současných evropských zemích (geografická Evropa)“. S definicí geografické Evropy se dále odkazuje na Organizaci spojených národů. Podle OSN se v Evropě k datu psaní této knihy nachází 44 zemí.

Další problém je, že některé země jsou zčásti autonomní a zčásti leží na jiném kontinentu. Podle definice Guinnessovy knihy rekordů musí nejvyšší bod země ležet v Evropě a zároveň nesmí být součástí autonomní oblasti. Níže proto představuji sporné země a jejich vrcholy.

Island – zhruba dvě třetiny ostrova patří Evropě a jedna třetina Asii, ale nejvyšší hora země leží v Evropě, a tak zde problém nenastává. Vydám se právě na Hvannadalshnúkur (2110 m).

Rusko – zhruba čtvrtina země se nachází v Evropě a nejvyšší horou země je Elbrus (5642 m). Tato hora také leží v Evropě (hranice mezi Asií a Evropou se nachází na rozvodí Kavkazu a Elbrus pak pohodlně v evropské části), a tak se na ni vydám.

Turecko – nejvyšší horou země je Ararat s nadmořskou výškou 5137 m. Tato hora nicméně leží v Asii, a tak se vydám na nejvyšší bod evropské části, kterým je Mahya Dağı s nadmořskou výškou 1031 m. Díky, Turecko. Mám ulehčenou práci.

Velká Británie – ke království patří několik ostrovů různě po světě, a pokud bychom počítali i je, byl by nejvyšším bodem Velké Británie Mount Hope s 3239 m. Ten byste ale našli na Antarktidě. Já se vydám na nejvyšší bod v rámci Evropy, a sice Ben Nevis (1345 m) ve Skotsku.

Nizozemsko – podobně jako Velké Británii patří i Nizozemskému království několik ostrovů v Karibiku. Kdybychom je počítali, nejvyšším bodem by byl Mount Scenery s 887 m na ostrově Saba. Nicméně ani tento bod nespadá do Evropy, a tak se vydám na horu Vaalserberg (322 m).

Dánsko – do Dánského království spadá několik ostrovů. Jenže ty mají rozsáhlou autonomii, a proto se jejich hory za nejvyšší bod Dánska všeobecně nepovažují. Patří mezi ně Gunnbjørn Fjeld s nadmořskou výškou 3694 m (Grónsko) a Slættaratindur s 880 m (Faerské ostrovy). Zde mám tak výrazně ulehčenou práci. Vydám se na horu Møllehøj (171 m).

Španělsko – nejvyšší bod Španělska leží mimo Evropu. Jedná se o horu Teide s 3718 m na Kanárských ostrovech. Vzhledem k tomu, že Kanáry leží v Africe, zdolám horu Mulhacén (3479 m).

Portugalsko – nejvyšším bodem Portugalska je Mount Pico (2351 m) na Azorských ostrovech. Tato hora je však součástí autonomní oblasti Azory, a tak ani ji do výčtu nejvyšších bodů evropských států nezařazují. Já se vydám na vrchol Torre (1993 m) ležící v pevninském Portugalsku.

Dále by se dalo polemizovat o dalších zemích Evropy, které některé státy uznávají a jiné ne, jako je například Podněstří. To nicméně dnes uznává jen pět členů OSN (Rusko, Sýrie, Nikaragua, Venezuela a Nauru), proto tuto zemi do projektu nezačleňuji. Oproti tomu zahrnuji Kosovo, které v současnosti uznává zhruba polovina členů OSN a většina zemí EU. Tímto máme seznam téměř hotový. Přidávám už jen nejvyšší horu Kypru, který sice geograficky do Evropy nepatří (patří do Asie), přesto je součástí Evropské unie. Vzhledem k tomu, že se v první fázi expedice chystám zdolat nejvyšší body všech zemí EU, vydám se i na tento. Celkem se tedy v knížce podíváme na 45 vrcholů.

Připravit na expedici se dá výborně v Tatrách.



Jak se v knize orientovat?

Přemýšlel jsem, jak jednotlivé vrcholy v knize řadit, a jako nejlogičtější se ukázalo představit hory chronologicky, jak jsem je postupně zdolával. Náročnost se až na výjimky stupňovala a s každým dosaženým vrcholem jsem se naučil něco nového. To ostatně podle mých zážitků brzy poznáte. Kromě nich naleznete u každé hory taky základní informace:

-  **Nadmořská výška**
-  **Zákazy a omezení**
-  **Nejjednodušší cesta na vrchol**
-  **Cenová náročnost oblasti**
-  **Vhodná doba pro výstup**
-  **Dostupnost vody a občerstvení**
-  **Převýšení**

Vzdálenost k vrcholu

Ve statistikách udávám pouze jeden směr. Při plánování tak nezapomeňte, že po výstupu na vrchol budete mít za sebou jen polovinu cesty.

Časová náročnost

Uvádím časovou náročnost jak výstupu, tak sestupu v letních podmínkách. V zimě může být výstup mnohem náročnější.

Vysokohorská pivní prémie

Jak jsem už naznačil, mé dobrodružství nemělo být jen odškrtáváním hor ze seznamu. V každé zemi jsem chtěl něco zažít a zároveň si pochutnat na něčem místním. Abych si každý výstup zpestřil, a hlavně abych se na vrcholu za tu námahu odměnil, otevřel jsem si na nejvyšší hoře každého státu jedno lokální pivo.

Mapky

Mapky v knize jsou spíš orientační. Před samotnou cestou do hor si pořídte buď aktuální tištěné mapy, nebo kvalitní GPS mapy. Já jsem nejčastěji využíval mapy v aplikacích Mapy.cz a Suunto propojené s mými GPS hodinkami. Chcete-li se spolehnout na aplikace v mobilu, hlavně nepodceňte baterku. V horách je zima a baterka se rychle vybíjí. Power banka je nezbytná.

★ Hodnocení

Z vlastních zkušeností musím říct, že každá země má co nabídnout a ve všech zemích Evropy se mi vlastně líbilo. Moje expedice se netýkala jen zdolávání vrcholů. Když byl vrchol v některé zemi nudný, našel jsem si něco jiného zajímavého. V každé zemi jsem se vždy snažil nasát co nejvíce atmosféry, pobavit se s místními a navštívit památky. V rámci hodnocení hvězdičkami nicméně hodnotím samotný výstup. Co jsem při něm zažil? Jaká byla v okolí příroda? Co výhledy? Snažil jsem se být objektivní, ale měřit zážitek ještě tak docela neumíme. Samozřejmě mě ovlivňovalo počasí, a tak mi nezbývá než vám doporučit, abyste mé hodnocení ověřili na vlastní oči. Samotného by mě zajímalo, jak se vám na kterém vrcholu bude líbit.

▲ Náročnost a vybavení

Vybrat stupnici, podle které ohodnotím náročnost výstupů na nejvyšší hory Evropy, nebylo jednoduché. Horolezeckých stupnic se užívá celá řada, a aby se v nich člověk vyznal, musel by na to vystudovat nejméně jednu vysokou školu. Pro zjednodušení jsem proto vymyslel vlastní stupnici (viz následující stranu). Náročnost posuzuju podle letních podmínek. V zimních podmínkách může být výstup samozřejmě mnohem náročnější, ne-li nemožný.

Vám čtenářům, kteří hledáte inspiraci pro vlastní horská dobrodružství, doporučuji postupovat dle hvězdiček (viz následující stranu). Pokud jste zvládli *** a cítili jste se dobře, můžete přistoupit k ****, rozhodně ale hned nepřeskakujte k *****. Od *** výše se obtížnost rychle stupňuje a člověk musí nejprve získat zkušenosti, aby se dostal dál. Já měl v životě štěstí. Vždy se kolem mě pohybovali kamarádi s většími zkušenostmi, a tak jsem se od nich postupně naučil zdolávat náročnější a náročnější vrcholy. Mé skromné přání při psaní této knihy je, aby horalé nepřeceňovali své možnosti. Jak se dočtete v některých kapitolách (například u Mont Blancu), nedostatečné zkušenosti a podcenění hor můžou vést k tragédiím.

Aby to bylo zajímavější, zhruba dvě třetiny hor jsem zdolal v letních podmínkách a zbytek v zimních. Podle toho je knížka rozdělená a odlišená i barevně.



Co se týče vybavení, pro náročnosti 1-2 hvězdičky nepotřebujete prakticky nic. Důležité je jen přizpůsobit oblečení počasí. Pro náročnost 3 hvězdičky doporučuji kvalitní obuv, ideálně pohorky. Pro náročnost 4 hvězdičky jsou nezbytné pohorky, doporučuji i trekové hole. Pro náročnost 5 hvězdiček je kromě pohorek a trekových holí nutný ferratový set (na via ferratě) nebo mačky, sedák a lano (v případě pohybu po ledovci) a helma, dále ledovcové brýle + lyžařské brýle. Pro náročnost 6 hvězdiček je nutné vše z předchozích bodů a navíc cepín a výbava na vytahování z ledovcové trhliny.

Pro žádnou z náročností by v batohu neměla chybět svačina, dostatek pití ideálně v termosce (detailní popis jídla a pití naleznete v kapitole o Švédsku), nůž, čelovka (pro případ, že zatmíte), lékárnička, opalovací krém, mapa / navigace v mobilu, nabitý telefon + powerbanka, opalovací krém, sáček na odpadky, zápalky, a hlavně kreditní karta / peníze, pojištění a pas. Kdybyste cokoliv zapomněli, většina z výše uvedených věcí se dá v cizích zemích koupit.

V některých případech je nutné dokonce stanování, a tak na některé vrcholy budete potřebovat i krosnu, karimatku, spacák, stan, outdoorový vaříč a nádobí.

Tabulka náročnosti

★	žádná náročnost, na vrchol se dá dojet autem
★★	minimální náročnost, na vrchol se dá dojít pěšky několik set metrů
★★★	snadná túra bez očekávaných komplikací
★★★★	túra s možnými komplikacemi (větší převýšení, náročná navigace apod.)
★★★★★	vysokohorská turistika s jednoduchým pohybem po ledovci nebo po via ferratě
★★★★★★	náročná vysokohorská turistika, nutné horolezecké nebo ledovcové vybavení, bez zkušeností se nedoporučuje v žádném případě zdolání bez horského vůdce
+	doporučuji den navíc, ++ dva dny navíc (nebo i déle)



Rozhovory a rady expertů

Mé texty v knize jsou doplněny krátkými rozhovory s významnými českými horolezci a dalšími zajímavými osobnostmi. Během expedice jsem si několikrát uvědomil, jak málo o horách a cestování vím. Vy čtenáři tak máte tu výhodu, že si cenné rady přečtete už před cestou do hor, ne jako já až po ní. Jejich tipy naleznete v knize v rámečcích Pohledem experta. Mé velké díky patří těmto odborníkům:

Adam Ondra - (*1993, Brno) český lezec, který se již ve dvanácti letech zařadil mezi deset nejlepších na světě v lezení na obtížnost. Přes deset let vede žebříčky skalních lezců a světová média ho nazývají českou senzací sportovního lezení. V září 2017 jako první přelezl novou nejtěžší cestu světa Silence (vlastní projekt obtížnosti 9c), a opět tak posunul hranice lezení.

Radek Jaroš - (*1964, Nové Město na Moravě) nejúspěšnější český himálajský profesionální horolezec. V roce 2014 úspěšně vystoupil na svou poslední, čtrnáctou osmitisícovku K2 a zapsal se do síně slávy světového horolezectví. Stal se prvním Čechem a teprve 15. člověkem na světě, který tímto způsobem – bez použití umělého kyslíku – získal Korunu Himálaje. Získal také Korunu světa, když vystoupil na nejvyšší vrchol každého kontinentu.

Renata Chlumská – (*1973, Malmö) švédská horolezkyně a cestovatelka českého původu, která jako první Švédka i Češka zdolala v roce 1999 Mount Everest. V prosinci 2014 dokončila horolezecký projekt Koruna světa. Nyní se chystá na expedici do vesmíru.

Zdeněk Hák – (*1980, Most) český skialpinista, horský vůdce, horolezec a pískovcový lezec. Žije v Malé Skále. Jako druhý na světě sjel na lyžích sedmitisícový Noshag. Má několik prvovýstupů v Karákóramu a Himálaji. Za prvovýstup západní stěnou osmitisícovky Gasherbrum I obdržel spolu s Markem Holečkem nejprestižnější světové ocenění Piolets d'Or (Zlatý cepín).

Ladislav Zibura – (*1992, České Budějovice) český spisovatel a cestovatel. Na své výpravy se vydává pěšky, popřípadě stopem a píše o nich knihy, které v současnosti patří mezi nejprodávanější české cestopisy. Můžete se těšit na Ladislavovy cestovatelské zkušenosti, které nasbíral během tisíců kilometrů na pěších poutích.

Oblečení

Od té doby, co jsem se přestěhoval do Švédska, se snažím řídit skandinávským rčením „neexistuje špatné počasí, pouze špatné oblečení“, takže jsem do vybavení investoval. Vyznávám pravidlo vrstvení, abych mohl oblečení přizpůsobit podmínkám v terénu (1. vrstva – tričko s dlouhým rukávem a kapucí z vlny merino, 2. vrstva – teplejší mikina s kapucí, 3. vrstva – bunda s membránou Gore-Tex proti větru a dešti, 4. vrstva – péřová bunda pro přestávky a velkou zimu. Podobně je vhodné vrstvit podle podmínek i oblečení na spodní část těla. Dále je dobré mít dvojce rukavice (jedny tenké na výstup, abyste se mohli dobře přidržovat skal či lan, a teplé, ideálně péřové, pro případ velké zimy. Podobně mívám s sebou všude dvě čepice, jednu tenkou při pohybu a jednu lyžařskou s bambulí kvůli teplu a hezkým fotkám :).)

Další vybavení už je na vás. Já si s sebou do hor беру tyto maličkosti, které mi příjemněji pobyt v přírodě: trekové hole (naučil jsem se je používat až nedávno a už na ně nedám dopustit), hodinky s GPS a výškoměrem (je úžasné, kolik statistik člověk po výletě z hodinek získá), pantofle (perfektní na večer, aby si nohy odpočinuly od pohorek), sluchátka / špunty do uší (nezbytné, když má člověk spát v noclehárnách), placatka plná slivovice (pro navázání přátelství a na vypálení červa) a samozřejmě fotovybavení.



Druhá vrstva

Druhá vrstva by měla být teplejší „mikina s kapucí“, odolnější proti větru a měla by mít kapuci v případě špatného počasí. Nejvhodnější materiál je Polartec Power Stretch.



Třetí vrstva

Třetí vrstvou by měla být goretexová bunda, která je nezbytná pro deště, sněžení a při větrném počasí.



Základní vrstva

Základní vrstva by měla být z merinové vlny. Tato vrstva je ze všech nejdůležitější a merino vlna ze všech materiálů nejvhodnější. Merino produkty dostatečně zahřejí, ale zároveň jsou i tenké, aby rychle uschly. Skvělá věc na vlně je, že je velmi příjemná na kůži, protože nesvědčí. Další výhodou je, že merino vlna ani po týdnu používání nepáchne.



Poslední vrstva

Poslední vrstvou je péřová bunda, která se používá zejména při přestávkách. Peří příjemně zahřeje, i když se člověk nehýbe. Péřové bundy jsou velmi lehké a dají se sbalit do malé kuličky.



Extra vrstva

Na mimořádně zimní výpravy (v mém případě na cesty do Švýcarska, na Island a do Ruska) je vhodné přibalit ještě expediční péřovou bundu, ve které by vám nebyla zima ani na severním pólu.

Od nápadu ke skutečnosti

Nechtěl jsem být naivní. Dobře jsem věděl, že na tak dlouhou cestu bude nezbytná důkladná příprava. Vycházel jsem z toho, že jsem před pár lety dokázal vystoupat s horskými vůdci na nejvyšší horu Alp Mont Blanc. Tak proč bych neměl zvládnout i ty ostatní? Vždyť Mont Blanc je druhá nejvyšší hora ze všech, které mě mají potkat.

Hledal jsem možnosti, jak se před svou cestou co nejvíc dozvědět o horách a o tom, jak se vlastně na takovou expedici připravit. A měl jsem štěstí. Když žijete v cizí zemi a navíc pracujete na ambasádě, seznámíte se se spoustou krajanů. Jedním z nich byla kamarádka Simona, vášnivá lyžařka a cestovatelka. Ta mi pověděla o zajímavém, rok dlouhém kurzu Adventure Academy, který pomáhá obyčejným lidem připravit se na jejich vlastní expedice. Sama jím prošla a nemohla si ho vynachválit. Hned jsem věděl, že to je přesně to, co hledám!

O kurz byl velký zájem. Zaslých jsem, že zájemců je přes 100 a vybráno bude pouze 20. Mám vůbec šanci se do kurzu dostat? Já, imigrant, proti rodilým Švédům? Úspěšní uchazeči byli vybíráni mimo jiné na základě vysněné letní expedice, a tak jsem nenechal nic náhodě. Přišel jsem s nápadem vystoupat na nejvyšší vrchol každého státu Evropské unie. Spočítal

S Adventure Academy jsme stanovali i na střeše.



jsem si, že bych to mohl zvládnout zhruba za dva a půl měsíce. To vyjde akorát na celé léto a měl bych tak víc než polovinu evropských kopců za sebou. Uvidíme, jestli mě přijmou.

Nervózní jsem byl týden. Během jednoho slunečného podzimního odpoledne mi přišel e-mail: „Vaše expedice zní velmi zajímavě. Vítejte v kurzu Adventure Academy. První lekce bude za týden!“

Jak plánuje své projekty Adam?

Já jsem byl při uskutečňování vlastních projektů úspěšný zejména proto, že jsem byl realistický. Cítil jsem vždy na ten následující projekt. Vždy byl o kousek těžší než ten předchozí, ale zároveň jen o kousek. Takže jsem věřil, že když trochu potrénuju a trochu se zlepším, měl bych ten následující projekt zvládnout. Vždy po kousíčku jsem se zlepšoval, až jsem se dostal na vysokou úroveň. Pro mě je důležitá nejen ambicióznost projektu, ale i moje mysl musí věřit, že to zvládne.

Trošku lidi odrazuji a říkám jim, aby si nestanovovali příliš velké cíle, protože svou hlavu jen tak neoklamete. Když půjde o projekt, kterému věříte, ať už bude jakýkoliv, s největší pravděpodobností ho zvládnete.

Jakou strategii k uskutečnění cestovatelských snů doporučuje Ladislav?

Myslím, že lidi mají mnohem zběsilejší cestovatelské sny než já. Co se týká relativně běžných putovních cílů, jako jsem měl já, na tom vlastně není nic složitého. To prostě jen dlouho trvá. To je na tom jediné složité. Doporučil bych lidem, ať se toho nebojí, protože když to zvládlo tolik jiných před nimi, nemůže to být žádná věda. I když si něčím nejsou jistí, všechno se naučí po cestě, a kdyby jim cesta nebyla vůbec příjemná, můžou se kdykoliv vrátit a dokončit ji třeba s více zkušenostmi příští rok. Nejdůležitější je začít. Když nezačneš, neuděláš vůbec nic.



V Adventure Academy jsme si vyzkoušeli, jaké to je propadnout se do zmrzlého jezera.

Důkladná příprava je základ

Na úvodní schůzce jsem se seznámil se zajímavými dobrodruhy, kteří se například chystali putovat mezi ledními medvědy na Špicberkách nebo obeplout švédské pobřeží na kajaku. To bude zajímavý rok plný dobrodružství. Během kurzu jsem se naučil nezbytné dovednosti, bez kterých se člověk na horách neobejde. Ve svých 28 letech jsem se konečně naučil lézt a jistit na horolezecké stěně. Na lekci o hypotermii jsem si vyzkoušel, jaké to je propadnout se do ledového jezera. Poprvé jsem jel na dlouhou výpravu na kajaku na švédském moři. Účastnil jsem se krátkého lavinového kurzu a připomněl jsem si všechny možné praktiky přežití v přírodě – od rozdělání ohně pomocí křesadla přes navigaci s kompasem až k přenocování ve volné přírodě.

Vítejte v pekle

Nejvíc jsem ale vděčný za poslední lekci v rámci akademie, kterou byl kurz přežití v přírodě s epickým pojmenováním „Hell Week“. Na ten do smrti nezapomenu. Před tímto „Pekelným týdnem“ bylo mně a dalším 19 studentům řečeno, ať se připravíme na čtyři dny v divočině. Nic víc. Nevěděli jsme, kam pojedeme ani co se bude dít. Dozvěděli jsme se jen, že bude otestováno vše, co jsme se za rok v Adventure Academy naučili.

Strach z neznámého se u mě projevil naplno, a tak jsem zvolil taktiku: Čím víc jídla budu s sebou mít, tím víc budu mít energie a tím větší šanci, že kurz zvládnu. Vytvořil jsem si několik po domácku vyrobených balíčků se sušeným ovocem a ovesnou kaší, nakoupil jsem několik porcí sušených večeří, sušeného masa a energetických tyčinek a věřil jsem, že mě nemůže nic překvapit.

Přišel jsem na sraz v centru Stockholmu zvědavý, co mě čeká. Než jsem se stihl s ostatními kamarády pozdravit, instruktoři už mi zabavili zavazadlo a sebrali všechno jídlo. Kdo mě zná, ví, co to pro mě znamenalo. Já nevydržím bez jídla déle než půl dne. Hlad mám prakticky pořád. Má hlava tak chtě nechtě začala přemýšlet, jak bude vypadat smrt z nedostatku jídla.

Byli jsme na cestě neznámo kam. Podle značek jsem viděl jen, že míříme někam na sever. Mně a mým kolegům to v každém případě nedalo a pokoušeli jsme se od našeho řidiče zjistit co nejvíce. „Kam jedeme? Co se bude dít? Kdy dostaneme jídlo?“ Byl ale na slovo skoupý. Pověděl nám jen jedno: „Člověk potřebuje k přežití pět základních věcí: jídlo, vodu, spánek, teplo a informace. Když člověku odeberete jednu z nich, je mu nepříjemně. Když odeberete dvě, je mu úzko a okamžitě tyto nedostatky řeší. Když odeberete tři, ztrácí nad sebou kontrolu. Odeberete čtvrtou – welcome to Hell Week.“

Až po absolvování Pekelného týdne jsem zjistil, odkud název Hell Week pochází. Říká se tak čtvrtému týdnu základního výcviku u amerického námořnictva. Studenti mají za úkol trénovat v různých disciplínách po dobu pěti dnů a pěti nocí s maximálně čtyřmi hodinami spánku. Na rozdíl od nás ale dostávají čtyři jídla denně v neomezeném množství.

Auto se nakonec zastavilo až ve švédských horách, poblíž hranic s Norskem u vesnice Ramundberget. Naším jediným, zato náročným úkolem prvního dne bylo překročit rozvodněnou ledovcovou řeku a na druhé straně postavit tábor. Bez batohu a s teplým jídlem bych do toho šel i rád, ale v tomto případě jsme byli promrzlí na kost. Zahřál mě až kamarádův nápad vypít teplou slanou vodu. Voda byla jediná z pěti základních věcí k přežití, kterou nám neodepřeli.

Další den ráno jsme se probudili v osm hodin. Poměrně dlouhý spánek ale kompenzovala první výzva: Byli jsme na náhorní plošině okolo 700 metrů nad mořem, na které bylo několik desítek tisícimetrových vrcholů. Kdo zdolá nejvíc hor vysokých tisíc metrů během 12 hodin, dostane cenu. To byla motivace. Co když to bude jídlo? Byl krásný jarní den, na začátek června překvapivě teplý. Loni touto dobou se tu ještě lyžovalo. Skvělý čas pro horskou turistiku, ale bez jídla?

Dvanáct hodin s dvacetikilovým batohem na zádech proměnilo veselého Jardu v Jardu na smrt unaveného, leč překvapivě už ne tak hladového. Úvodní neúnosný hlad přešel. Co mi odebíralo energii nejvíc, byly spaleny na krku a rukách. Ano, švédské slunce může překvapit. Doufám,

že jsem se z této chyby propříště poučil. Soutěž o výstup na co nejvíc kopců jsme s mojí skupinou vyhráli. Ceny v podobě jídla jsme se ale nedočkali. Dostali jsme nevkusnou kšiltovku s logem lyžařského střediska. Usínali jsme za hlasitého dupání sobů kolem našich stanů.

Vypadalo to, že naši instruktoři objednali Hell Week all inclusive. Byli jsme už 36 hodin bez jídla, spálení sluncem, unavení po celodenní turistice. A pak nás překvapil budíček ve 2:30 za silného deště. Oblečení jsem měl úplně durch. Teď to máme kompletní. Chybí mi čtyři z pěti základních potřeb k přežití: jídlo, teplo, spánek a informace. Jediné, co mám, je dostatek vody, bohužel i v oblečení.

Mé tělo automaticky přešlo na režim přežití. Všechnu aktivitu jsem minimalizoval na to nejzákladnější. Přestal jsem i mluvit. Divili byste se, jak mluvení bere energii! Plán na následující den byl ještě nabitější. Kromě dlouhých pěších túr nás čekala plavba na kajaku na rozlehlém jezeře a lezení via ferratou nad hlubokým údolím.

Vyčerpání jsme všechny úkoly zvládli. Po via ferratě jsme se dostali na vrchol vysoké skály, odkud byl fantastický výhled. Jediné, co nám chybělo ke skutečnému štěstí, bylo vychlazené pivo a pořádná večeře. Na to jsme však mohli zapomenout. S energií jsme na tom už byli zle. Naši instruktoři viděli, že potřebujeme nějakou podporu, abychom přežili zbytek Hell Weeku, a tak nám nakonec darovali dvě čerstvě chycené ryby z jezera, na kterém jsme se plavili na kajaku, a několik kousků zeleniny. Nebylo to moc jídla pro devatenáct hladových krků, ale dost na to, aby nám alespoň na chvíli dodalo energii. Posledními společnými silami jsme ryby ugrilovali a nevím, jak se nám to podařilo, ale v ten moment mi to připadalo jako to nejchutnější jídlo v mém životě.

Další den ráno po slušném spánku jsem se probudil obrovsky vyčerpaný a s neuvěřitelným hladem. Když jsme začali sestupovat z hory zpět do údolí, abychom si vyslechli další plán našich instruktorů, měl jsem krizi. Myslím, že můj metabolismus se po spořádání ryby opět spustil a tělo tak vypnulo režim přežití. Když jsme se setkali s našimi vůdci, bylo nám řečeno, že nás čeká den na horském kole. Během celého Hell Weeku mi nejvíc vadilo, že mi chybí informace. Nikdy jsme nevěděli, co nás čeká. Nikdy jsme se nemohli psychicky připravit a to bylo dokonce horší než hlad a nedostatek spánku. Tentokrát však informace úlevu nepřinesla. Byl jsem si docela jistý, že bez nové energie nemám jízdu na kole šanci zvládnout. Byl jsem připraven s Hell Weekem skončit.

Po cestě k půjčovně kol jsem přemýšlel, jak ve švédštině oznámím, že to vzdávám. Když vtom nás instruktoři najednou navedli jiným směrem, do domu naší vedoucí. Tam nás repráky přivítaly písní z filmu Rocky a šéfkiny děti nás pohostily švédským stolem s tou nejpestřejší

snídaní, co jsem kdy viděl. Zvládli jsme to. Hell Week byl za námi. Většinou u jídla nebrečím, ale tentokrát mě pohled na slatinu s vajíčkem dohnal k slzám štěstí. Dokázali jsme to!

Tento kurz byl neuvěřitelně náročný, ale poznal jsem díky němu své limity. Nikdy dříve bych si netípl, že zvládnou přežít 60 hodin bez jídla a navíc v extrémní zátěži. Nejhorší část hladovění pro mě paradoxně byla ta v autě. Trvalo asi dvanáct hodin, než se žaludek uklidnil a moje tělo začalo využívat energii z vlastních zásob. Až do osudné rybí večere jsem hlad vlastně neměl. Měl jsem v žaludku jen podivně prázdný pocit. Tak jako tak pro mě kurz Adventure Academy a zejména Hell Week připravily řadu těžkých zkoušek a ukázaly mi, že když budu chtít, dokážu se poprat i s náročnými podmínkami. Věřím, že na expedici mě kurz připravil.

Více jsem se už fyzicky nepřipravoval. Jsem typ člověka, který nemá lásku k tréninku. Když jsem jako dítě hrával fotbal a florbal, nikdy jsem nechápal, proč musíme dělat různá cvičení. Vždyť nejvíc se člověk naučí při hře. Do posilovny jsem zavítal jen jednou v životě. Vypracovaný kulturista mě podlým smíchem při pohledu na mé hubené tělo a otázkou „Začátky jsou těžké, že?“ přiměl už se nevracet. Jediné, čeho se snažím držet, je běhání a míčové sporty s kamarády, které mě udržují v kondici. Ve Stockholmu a okolí stejně žádné hory nejsou. Abych mohl trénovat výstup na kopce, musel bych do nejbližších hor cestovat tři hodiny autem. Rozhodl jsem se tedy jen poskládat vrcholy tak, abych šel od jednodušších po náročnější. Uvidíme, jak to půjde.

Třetí den na Hell Weeku. Síly pomalu docházejí.



Finance a čas

Kromě fyzických aktivit jsme v rámci Adventure Academy měli také sérii přednášek. Bylo nám vysvětleno, jak sehnat na expedici sponzory a také jak spolupracovat s médii. Zbývalo jen přenést poznatky do praxe.

To hlavní, co jsem si z přednášky o sponzorech a médiích měl odnést, bylo, že jedno nefunguje bez druhého. Proč by vás měl někdo sponzorovat, když o vás nebude slyšet? Tuto poučku jsem ale tvrdohlavě přeskočil a hned jsem se pustil do hledání sponzorů. Koho vlastně budu potřebovat? Vycházel jsem ze svých očekávaných nákladů a největší položkou mělo rozhodně být cestování. Projet 27 zemí Evropské unie nebude levná záležitost, a tak jsem se rozhodl kontaktovat společnost Interrail. Tato firma nabízí jízdenky vlakem po Evropě, což by mi vyhovovalo hned dvakrát. Má cesta by byla značně flexibilní a nebyla by tak „uhlíkově“ náročná. Poučka se však obratem ukázala býti pravdivá. Interrail mi odpověděl, že děkuje, že má expedice zní zajímavě, ale pro sponzoring už bohužel mají jiné partnery.

Chtěl jsem se poučit z chyby, a tak jsem začal hledat mediálního partnera. Přemýšlel jsem, kterého zvolit. V autě mě bavilo poslouchat v rádiu nejrůznější rozhovory.

Přišlo mi, že by bylo zajímavé dělat reportáže z jednotlivých vrcholů, proto jsem se rozhodl oslovit s mým horským plánem na léto jednotlivá česká rádia. Rádiu Impuls se plán tak líbil, že jsme se rychle domluvili na reportážích z celé letní expedice.

Splnil jsem si tak přání pracovat pro rádio a zároveň jsem získal potřebnou pozornost, abych byl zajímavý pro potenciální sponzory. Myslel jsem si, že to bude marný pokus, ale ještě jednou jsem napsal e-mail společnosti Interrail: „Domluvil jsem se na reportážích s největším

českým rádiem. Máte zájem o spolupráci?“ A do hodiny jsem dostal odpověď: „Ano, posíláme vám flexibilní kartu Interrail na dva měsíce.“ V Adventure Academy měli pravdu.

NÁKLAD	CENA V CZK
Interrail karta – dvouměsíční	25 000
Trajekt Stockholm – Pobaltí	1 500
Letenky (8)	25 000
Půjčení auta (12×)	25 000
Půjčení kola	2 000
Ubytování 35 nocí	20 000
Jídlo 77 dní	20 000
Horský vůdce	15 000
Pojištění	5 000
Další náklady	5 000
CELKEM	143 500

Nejvyšší hory všech států EU

Letní výstupy

Počet zemí: 28

Počet vrcholů: 27 (Francie a Itálie sdílí Mont Blanc)

Celkové převýšení: 25 380 m

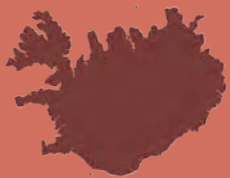
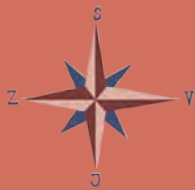
Počet dní na cestě: 88

Teplota: od -5 do 35 °C

Počet kamarádů a členů rodiny na cestě: 19

Počet pořízených fotek a videí: 26 823

Cesta ujetá vlakem: 8400 km



Atlantský
oceán

Severní
moře

Baltické
moře

dánské

Biskajský
záliv

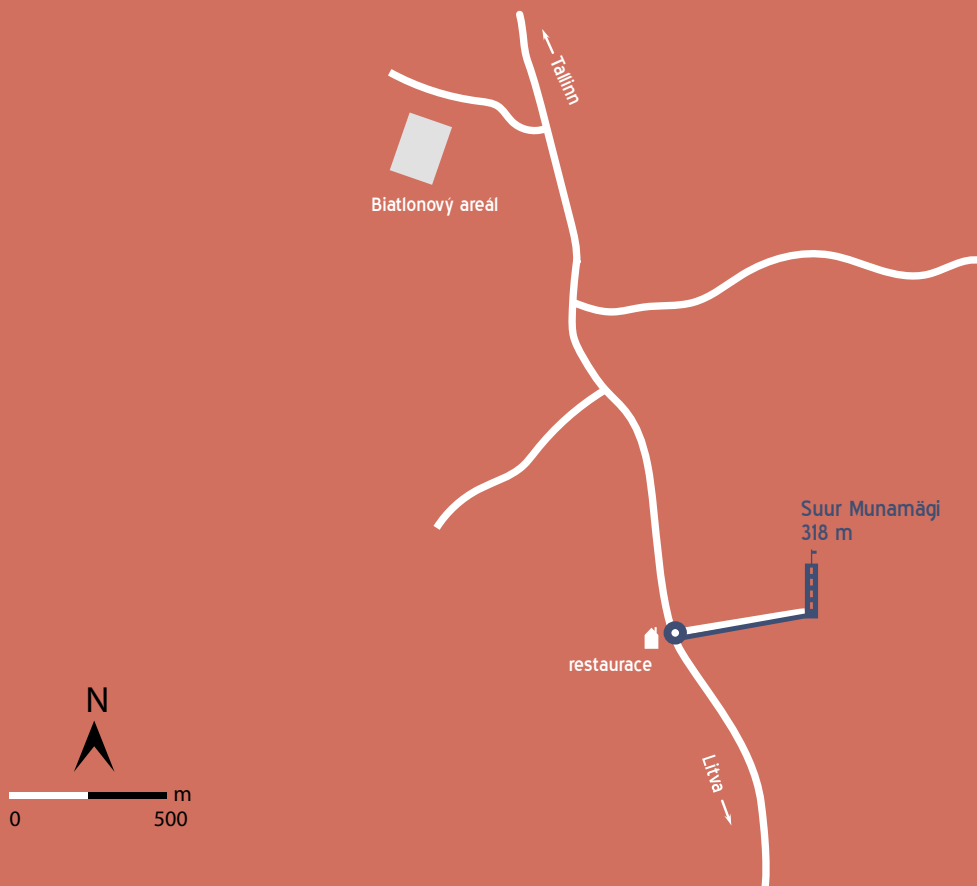
Konec

Černé
moře

Středozemní
moře



Suur Munamägi



318 m n. m.

pěšky od restaurace Kohvik Suur Muna

300 m

celoročně

36 m

výstup 5 minut, sestup 5 minut

Suure Munamäe vaatetorn ★★★★★★

ne

★★★★★★

★★★★★★

★★★★★★

v restauraci u parkoviště a v kavárně u rozhledny



Komáři se ženili

Pobaltí rozhodně nepatří mezi horské velmoci. Nejvyšší hora všech pobaltských států se nachází v Estonsku a měří pouhých 318 metrů. Nejvyšší bod Estonska je zarostlý lesem, a vidíte-li vrchol z ptáčích perspektiv, má vejčitý tvar. Ostatně podle tvaru získala hora i své jméno. Suur Munamägi znamená v překladu Velká vejcová hora (Great Egg Hill).

Hora, nebo spíše kopeček Suur Munamägi, byla mojí vůbec první zastávkou expedice. Podle výšky kopce je patrné, že zdolat ho nebude velký problém. I když je tato hora nejvyšším bodem celého Pobaltí, „pyšní“ se jen 318 výškovými metry a výstup vám zabere pět minut.

Nechtěl jsem proto jen tak obyčejně přijet autem. Chtěl jsem si cestu na nejvyšší bod Estonska zpestřit, takže jsem si plánoval půjčit skútr. Kvůli lepšímu spojení ze Stockholmu pro mě bylo logisticky jednodušší zamířit na horu Suur Munamägi z hlavního města Lotyšska Rigy než z Tallinnu. Jako problém se nicméně ukázalo právě vypůjčení skútru. Obvolal jsem šest různých firem a nikde neměli skútr k dispozici. Zachránil mě až hokejista místního týmu Dinamo Riga hrající KHL, který měl jako vedlejší byznys opravnu a půjčovnu skútrů Vespa. Můj

nápad navštívit nejvyšší bod Estonska a Lotyšska mu přišel zajímavý, a tak mi svěřil jeden ze svých nejoblíbenějších skútrů a popřál mi na cestu hodně štěstí.

Chybu jsem udělal, když jsem se zeptal, zda je dobrý nápad vzít si s sebou na skútr těžký batoh s fotovybavením. „To bude v pohodě. Já jezdím na tréninky na skútru s celou hokejovou výzbrojí. To taky zvládneš.“

Trasu jsem si vybral delší, zato horší cestou. V každém případě ale byly estonské okresky na skútru zajímavější, než kdybych jel po hlavní silnici autem.

Po cestě Estonskem jsem se cítil velmi svěže. Byl jsem totiž víceméně pořád v lese. Estonsko je po Švédsku a Finsku území s nejvyšším procentem lesů v Evropě.

K hoře Suur Munamägi jsem dorazil na české poměry pozdě večer se silnou bolestí zad. Jet s těžkým batohem na skútru je pěkná hloupost. V Estonsku našťestí v létě zapadá slunce až po desáté, a tak jsem přijel ještě za svitu slunce. Po pětiminutovém výstupu od parkoviště jsem dorazil k vrcholu, kde mě čekala 29,1 metru vysoká rozhledna, která se tyčí až nad okolní les. Měl jsem štěstí, protože jsem k rozhledně dorazil pět minut před zavíračkou. Na vrcholu jsem pochopil, proč je rozhledna jedním ze symbolů země. Takový výhled v Estonsku nikde jinde nevidíte. Mohl jsem si prohlédnout celý národní park Haanja looduspark a při trošce představitivosti jsem dohlédl až do Tallinnu. Vychutnal jsem si na rozhledně první vrcholové pivo expedice, použil největší estonský vynález Skype a pochlubil se svým prvním výstupem své přítelkyni. Počkal jsem si na západ slunce, pořídil jsem několik fotek a vydal jsem se zpět dolů k parkovišti.

Až tam jsem narazil na první problém své expedice. Zapomněl jsem si s sebou vzít stan a spacák. Byl jsem tak nadšený, že se konečně vydávám na cestu, až jsem v půjčovně skútrů při přebalování zavazadla odložil to nejdůležitější. V okolí bylo už vše od restaurací

po ubytování zavřené, a tak mi nezbylo nic jiného než poprvé otestovat, jak mi jde bivakování. Rozhodl jsem se přenocovat na lavičce u rozhledny, ale hejna komárů mi nedala spát. Na to nás v Adventure Academy nepřipravili. Přišlo mi navíc, že s každou minutou se počet otravného bodavého hmyzu násobí, takže jsem horu Suur Munamägi musel potupně opustit.

Na cestě z Rigy



Hledal jsem přívětivější místo pro nocleh a nakonec se jako nejlepší ukázalo přespat na tribuně u biatlonového areálu nedaleko vesnice Haanja. Díky rozlehlému betonovému parkovišti a střelnici tam komáři neměli dostatek útočišť, a tak se mi nakonec podařilo usnout. Budil jsem se nicméně zimou, takže jsem se nemohl dočkat, až vyleze slunce. Ve čtyři ráno čekání skončilo a náplastí na probdělou noc mi byl nádherný východ slunce nad rozkvetlými loukami národního parku. Příroda v okolí estonského nejvyššího kopce se mi moc líbila a rád národní park navštívím znovu. Tentokrát už se sprejem proti komárům a s předem objednaným ubytováním nebo se stanem.

Ladislav radí, jak správně bivakovat

Bivakuju tak, že si lehnu na zem pod širákem a když si nejsem nějakým místem jistej, tak jdu spát po setmění a vstanu v 6 ráno. Mám zásadu, že mám vše sbalené v krosně a nemám kolem sebe nic roztahaného. Když mě někdo náhodou najde nebo když začne pršet, tak jsem připraven utéct. Jako úkryt před deštěm na cestách potkáš spoustu různých budek, skalních převisů nebo opuštěných objektů. Nikdy se mi nestalo, že bych nenašel místo ke spaní. Rád říkám: Problém s hledáním místa na spaní se vyřeší nejpozději další den ráno.

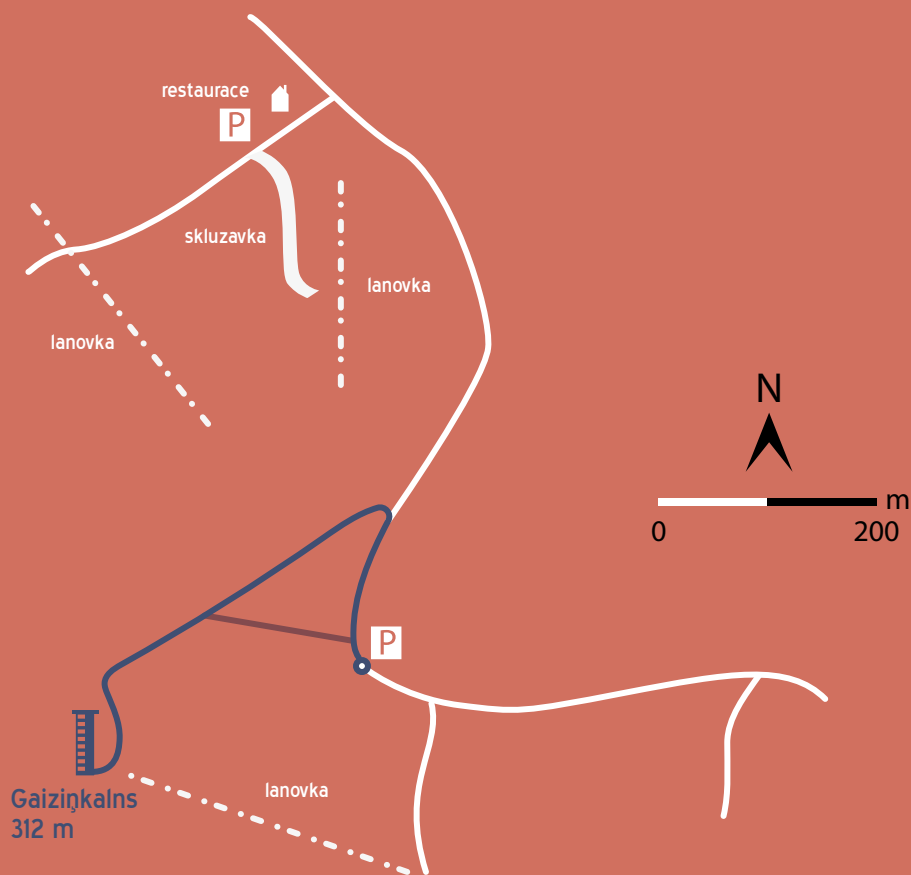
Nemáš strach při bivakování z lidí?

Jasně. Dřív jsem měl strach. Ale myslím si, že vrazi, kteří chtějí ublížit jiným lidem, po lesích nechodí. To by byl vlastně strašně smutnej příběh člověka, který chce někomu ublížit a celou noc pročesává les, aby tě našel ve spacáku. Vem si, jak je těžký najít hříb, a myslím, že je ještě mnohem těžší najít v lese spícího člověka. Myšlenka, že tě někdo bude vraždit v lese, je prostě mylná. Proti strachu se musí bojovat racionalitou.

Máš nějaký tip, jak bojovat proti komárům?

Proti komárům existuje jeden výborný trik. Stačí se ubytovat vysoko nad zemí. Komáři se totiž snaží hledat potravu jen u země. Ve výšce je jich mnohem míň. Stačí si najít nějaký posed nebo si lehnout na střechu a tam jich tolik nebude.

Gaiziņkalns



🚩 312 m n. m.

➔ pěšky z parkoviště u sjezdovky

⚠️ 480 m

📅 celoročně

🏔️ 60 m

🕒 výstup 7 minut, sestup 7 minut

☑️ Lāčplēsis Amber ★★★★★★

🚫 ne

💰 ★★★★★★

🏔️ ★★★★★★

★ ★★★★★★

💧 v restauraci u Golgāts atpūtas kompleksa