

Tipy pro cyklisty i pěší

Ať jezdíte na kole či chodíte pěšky, možná znáte jen své nejbližší okolí. Inspirací pro objevení dalších tras může být pro vás i pořad **Cyklotoulky** vysílaný na stanici ČT - Sport. Díl, kde byla představena zajímavá místa Ladova kraje, byl odvysílán loni v červnu a naleznete jej na webu Ladova kraje v rubrice Cykloturistika nebo přímo na stránkách Cyklotoulek (www.cyklotoulky.cz).

Nový díl Cyklotoulek se bude točit už v červenci v Kališti, Ondřejově, Hrusicích, Mirošovicích, Senohrabech, Mnichovicích a Černých Voděradech, obcích, které stojí za to navštívit.

Hrusice jsou srdcem Ladova kraje, leží sice na jižní hranici s mikroregionem Posázaví, ale jako rodiště Josefa Lady jsou symbolem celé oblasti. Odměnou za návštěvu této malé vesničky vám bude prohlídka Památníku J. Lady, občerstvení v umělcově zamilované hospůdce U Sejků a pět panelů s výjevů z Ladových pohádkových knížek. **Vedou zde cyklostezky Hrusický okruh (24,5km) a okružní stezka Krajem J. Lady (76km), jejichž popisy naleznete na „ladovském“ webu.**

Krásný okruh vede Voděradskými bučinami (16 nebo 18,5km), který je známější na Říčansku. Přilehlá obec **Černé Voděradky** má zajímavou trojúhelníkovou náves a pomník s bustou Boženy Němcové. Je pojmenována po hustých černých lesech, které se v okolí vyskytují. V minulosti to bylo místo s množstvím milířů, tedy velkých hranic dřeva, ve kterých se pomalým spalováním vyrábělo hnědé uhlí. Místní naučná stezka patří k jedné z prvních v Čechách.

Pro cyklisty může být zajímavá odbočka v úseku cyklotrasy 0023 do Louňovic k lomu Kaménka. Kámen odtud byl použit ke stavbě Národního divadla. A pokud byste měli náladu se vykoupat nebo si dopřát jen občerstvení, zastavte se určitě **na přírodním koupališti Vyžlovka**. Cyklotrasa vede většinou krásným a klidným prostředím po zpevněných mírně zvlněných cestách vhodných i pro rodiny s dětmi.

Velkou výhodou „ladovských“ turistických i cyklistických tras je existence železniční trati z Prahy do Benešova, kde se dá lehce cestovat i s kolem. Z mnoha nádraží na trati jsou cyklotrasy navíc přímo vedeny.

Pokud chcete šlapat do pedálů, pak se vydejte po trase 0020 přes Strančice z Říčan do Senohrab. V Senohrabech v létě oceníte možnost občerstvení, ale hlavně koupání u soutoku Mnichovického potoka se Sázavou na Senohrabské plovárně. V sousedství říčních lázní a přívozu je letní bistro Baštírna a nad ním se tyčí zřícenina hradu Zlenice zvaného Hláska, kterou znáte z kreseb právě Josefa Lady. **Na cyklistické trati 0020 leží i Mirošovice, nejsou jen 21 sjezdem z dálnice D1, ale i moderní a zelenou obcí.** Západní část zdobí revitalizovaný Štičí rybník s novým „workoutovým“ hřištěm na břehu. Naproti přes cestu v areálu volnočasových aktivit si lze zahrát tenis, kopanou, basketbal, volejbal nebo ping pong a je tu lezecká stěna i hřiště pro nejmenší. Pokud budete projíždět obcí Hladov, nesmíte minout restauraci u Císaře, před kterou je nové hřiště na petanque s jednou jamkou i pro cvrnkání kuliček.

Cestou zpátky do Říčan se zastavte v Mnichovicích, kde mají zajímavé náměstí postavené do kopce, nad nímž ční Kostel Narození Panny Marie. V červnu se tu každoročně koná Mnichovické kramaření, charitativní bazar na podporu místních i jiných dobročinných aktivit. Ve sportovním areálu Šibeniční vrch se koná běžecký závod Mnichovická běhna určený pro všechny generace. Je to zároveň finále běžeckých závodů Poháru Ladova kraje. **Na září se už nyní chystá dvoudenní Mariánská pouť (8.-9.9.) a pochod „Po stopách kocoura Mikeše“ (14.9.),** kde si můžete zvolit z méně i více náročných tras po okolí. Podle zvolené trasy můžete jít do Hrusic, Mnichovic, Ondřejova a Senohrab.

Přes všechny tyto obce vedou cyklotrasy, které naleznete v rubrice Cykloturistika na www.laduv-kraj.cz). Zatím poslední díl pořadu Cyklotoulky z Ladova kraje je k dispozici na www.cyklotoulky.cz.

Přejeme vám pohodové letní výlety za poznáním, ať už to bude na kole, vlakem či pěšky!

Hana Bolcková, Ladův kraj (www.laduv-kraj.cz)