

### **3. Krátké cyklovýlety vhodné i pro rodiny s dětmi**

#### **3.1.**

#### **Horní Počernice**

I v rámci Počernic můžete na kole prožít několik příjemných projížděk. Můžete si projet na jihu klidové zóny směrem ke Klánovickému lesu, koupališti, Xaverovskému háji, golfovému areálu, projet si obytné zóny se zahrádkami, restauracemi, zmrzlinou, lze posedět na bývalých návších s kapličkami, případně přitom navštívit četná dětská hřiště ([http://zdravehornipocernice.cz/?page\\_id=140](http://zdravehornipocernice.cz/?page_id=140)). Postupně se zlepšuje cyklistická infrastruktura, bezpečnější značení, cyklostojany, zlepšují se informace, zvyšuje se počet míst, kde je příjemné posedět.

Nejlépe ze směru od Chvalského podhradí, Řešetovskou ulicí, Vršovkou, okolo kostela Sv. Ludmily můžete navštívit Chvalský areál včetně zámku, Informační středisko ([www.chvalskyzamek.cz](http://www.chvalskyzamek.cz)), využít zdejší posezení i občerstvení a dovědět se zde více nejen o Počernicích. Dozvíte se, že na některých zajímavých místech v Počernicích máme stejně zajímavé informační tabulky. Do konce června je zámek a IC mimo provoz.

S dětmi je takový výlet možno kombinovat např. s návštěvou dalších zdejších atraktivit, z největších třeba středověké tvrze Hummer ([www.hummer.cz](http://www.hummer.cz)), nebo se světem motokár (<http://www.pragaarena.cz/>), ale to již je na Vás. Do tvrze Hummer mohou všechny děti, kola je možné si odstavit za pokladnou.

V rámci Počernic si můžete např. udělat krátký půldenní výlet na jejich jihu v kratší (<https://mapy.cz/s/DwIG>), nebo delší – golfové variantě (<https://mapy.cz/s/DwIX>). Vždy si však dejte pozor při přecházení silnice Počernice – Běchovice.

Někteří volí projížďku na kole, či pěší procházku v intravilánu pod názvem „Prachovská“ dle pískovcových útvarů a tvarů, v jednodušší verzi bez přechodu frekventované Náchodské na Chvalský lom - <https://mapy.cz/s/CJ1D>. Mimo vegetační sezónu bývají někde z místních laviček zajímavé výhledy jižním směrem.

Někteří z nás si jezdí různé **okruhy okolo Počernic**, zčásti vedené po místních silnicích, ulicích, zčásti po cyklostezkách. Ty nejkratší mají cca 26 km – např. <https://mapy.cz/s/Dynz>. Zde již ale opatrně s dětmi, především v úseku Svémyslice - Zeleneč – Klánovice, přes běchovickou silnici a na Černém mostě.

Dle počasí, času, nálady je možno si z takového okruhu dělat zajímavé odbočky např. na hrad Jenštejn, do Klánovického lesa, Xaverovského háje, podél Rokytky v Kyjích – Hloubětíně, v Satalické oboře na –Vinoř – Jenštejn.

#### **3.2.**

## **Xaverovský háj a Klánovický les**

**Vychutnejte si několik hodin nebo i celý den příjemnou zeleň Xaverovského háje a Klánovického lesa**

Lesní komplex mezi lokalitami Horní a Dolní Počernice – Běchovice – Úvaly – Jirny – Klánovice má kilometry vhodných cest, které si můžete kombinovat dle své momentální volby. Nejlepší přístupovou trasou je bezkolizní přímá cyklostezka a poměrně značně využívaná aglomerační trasa - nyní cyklostezka č. 8100, zanedlouho č. 50, mezi počernickým hřbitovem a Klánovicemi. Klidnými přístupy jsou neznačené cesty od Xaverovského háje na jih od našich rybníků Barbora a koupaliště (Eliška) (<https://mapy.cz/s/CkH7>), nebo od Xaverova (<https://mapy.cz/s/Cn6n>). Silniční charakter má přístup Božanovskou ulicí (<https://mapy.cz/s/CndM>).

Problémy s některými úseky cest zde mohou nastat ve vlhčím období.

I když se nám podařilo stávající přejezd mezi Xaverovským hájem a Klánovickým lesem v ohybu silnice HP – Běchovice, na modré turistické značce, výrazně zlepšit, tak si zde stále dávejte velký pozor!!

V současné době končí poměrně nepříjemné objížd'ky v centru Úval u železnice, ale začnou další v důsledku rekonstrukce zdejších silnic.

Občerstvení si snadno zajistíte v Klánovicích, ale i v dalších okolních sídlech včetně jihu Horních Počernic. Koupání je možné v Klánovicích, Úvalech, Horních i Dolních Počernicích. Během rekonstrukce železničního koridoru ve směru na Kolín byly dost poškozeny cesty vedené bezprostředně podél této tratě, postupně jsou opravovány. V Klánovicích můžete železniční koridor Praha – Kolín mimoúrovňově přejet po nadjezdu komunikace Klánovice – Újezd nad Lesy a ještě snadněji případně podejít bezbariérovým podchodem v uvedené železniční stanici. Na obou stranách této železnice lze rovněž danou silnici podjet pod jejím nadjezdem v západovýchodním směru.

Frekventovanou kolínskou železnici můžete mimoúrovňově podjet mezi Dolními Počernicemi a Úvaly ještě několika dalšími místními podjezdy.

[http://cs.wikipedia.org/wiki/Kl%C3%A1novick%C3%BD\\_les](http://cs.wikipedia.org/wiki/Kl%C3%A1novick%C3%BD_les)

Za silnicí na Kolín lze navštívit [Škvoreckou oboru](#) s kvalitní naučnou stezkou. Pozor při přejíždění frekventované kolínské silnice.

Někdy se potkáte s jezdci na koních, občas je to zpestření

***Lesní porosty Xaverovského háje i Klánovického lesa mají různé stupně své ochrany. Proto využívejte i pro cykloturistiku především vhodné lesní cesty, zbytečně nevjíždějte a nevstupujte do vlastních porostů.***

### 3.3.

#### **Polabí.**

Z Horních Počernic vyjedete v Čertousích na cyklotrase 017, EV4 na Zeleneč, na počátku je z odpočívadla krásný výhled na České středohoří, při dobré viditelnosti až na Krkonoše. Potom začne stezka klesat a od Zelenče sjedete k Labi celkem o více než 100 výškových metrů - to vše na cyklostezce bez aut. Některé citlivější cyklisty po rychlé změně nadmořské výšky, otřesech z jízdy potom i bolí hlava. Trasa je ve spodní části úseku Zeleneč – Lázně Toušeň nově zrekonstruována, pozor na přejezd silnice Lázně Toušeň – Mstětice a železná průjezdná brána u ní.

Z Počernic nyní dojedete až do Lázní Toušeň (<http://laznetousen.cz/?strana=9>) po chráněných cyklostezkách, o to větší pozor si dejte na počátku městyse Lázně Toušeň, který Vás náhle uvítá přejezdem místní železniční trati a frekventované silnice č. 245, Brandýs n. L. – Čelákovice.

Dále většinou dojedete podél Labe do nedalekých Čelákovíc (<https://cs.wikipedia.org/wiki/%C4%8Cel%C3%A1kovice>) nebo do Brandýsa nad Labem (<http://www.brandysko.cz/volny-cas-a-turistika/ms-56/p1=56>). Donedávna zavřený průjezd pod brandýským zámekem je nyní už pro cyklisty opět otevřen.

**V Polabí** si již snadno vyberete mezi klidovými cyklostezkami podél Labe (zatím mezi Kostelcem n. Labem až Kolínem) i trasami v jeho širším okolí, které vás někde zavedou do rozlehlých lesů (<http://www.vyletnik.cz/cyklotrasy/stredni-cechy/polabi/1217-cisarskymi-lesy/>) a jinde okolo řeky Jizery (<http://www.vyletnik.cz/cyklotrasy/stredni-cechy/polabi/507-kolem-reky-jizery/>).

Významné postavení zde má **nadnárodní a národní trasa Labská cyklostezka**. Zdaleka ne všechny její úseky jsou však asfaltované.

Např. proto bude v úseku Čelákovice – Nymburk, dle rozhodnutí Rady Středočeského kraje ze 13. června 2016 nově realizována v délce 20 km včetně lávky pro pěší a cyklisty přes Labe mezi Kostomlaty n. Labem a Hradištěm dlouhé až 370 metrů. Tím vznikne její ucelený asfaltovaný 70 km systém mezi Kostelcem n. Labem a Kolínem.

Labská cyklostezka v úseku Kostelec n. Labem – Mělník je sice vedena mimo silnice, ale nemá zpevněný povrch, je nevhodná pro silniční - treková kola. Často zde narazíte na kameny, které vám uvolní i ty vaše ledvinové. Proto je trasa méně frekventovaná, což zase někteří cyklisté přijímají s povděkem. Je vcelku dobře proznačená. Slabé místo – frekventovaný starší most přes Labe v Kostelci n. Labem, včetně odbočení vlevo na jeho konci ve směru na Mělník. Celkově využití tohoto úseku závisí na vašem zaměření.

Pozitivní je také i dostupný seznam cykloservisů na trase - [http://www.labskastezka.cz/ladmin/soubory/labskastezka/File/dokumenty/CYKLOSERVISY\\_SCK.pdf](http://www.labskastezka.cz/ladmin/soubory/labskastezka/File/dokumenty/CYKLOSERVISY_SCK.pdf).

Další informace:

<http://www.livetouring.com/cs/track/0186-podebrady>,

<http://www.cd.cz/zazitky/kam-na-vylet/1328-cyklostezka-nymburk-podebrady>,

<http://www.ceskojede.cz/rubriky/cyklotipy-pro-rodiny-s-detmi/11:stredocesky/185:kolin-botanicus-po-labske/>,

<http://www.turistika.cz/trasy/video/rewrite/celakovice-brandys-nad-labem-kostelec-nad-labem>,

Velmi blízkou a zajímavou lokalitou jsou **Čelákovice**. (<http://www.celakovice.cz/>).

Často využíváme např. trasu EV4 z Počernic přes Lázně Toušeň, dále proti proudu Labe a potom návrat vlakem – tím nymburským, nebo kolínským do Klánovic, dle toho, kam si dojedeme. Případně lze trasu dobře jet i obráceně.

Cyklostezky v této oblasti můžete kombinovat s dalšími zajímavými místy pro děti. Nedaleko řeky Labe se na Nymbursku nachází centrum řemesel **Ostrá** (<http://www.botanicus.cz>), postupně rozšiřovaný skanzen **Přerov n. Labem** (<http://www.polabskemuzeum.cz/prerov-nad-labem/sbirky-a-expozice>), písečný přesyp **Písty** (<http://www.topvylet.cz/index.php?detail=235>) či vzdálenější muzeum hraček v **Benátkách nad Jizerou** ([www.muzeumbenatky.cz](http://www.muzeumbenatky.cz)). K tomu si můžete vybrat vhodné naučné stezky (<http://www.stezky.info/naucnestezky/ns-udolim-labe.htm>), či pro doplnění využít četné možnosti přírodního koupání (např. Ovčáry, Lhota, Proboštský rybník, Grado, Ostrá, Stará Lysá, Sadská či poděbradské Jezero s aquazorbingem - <http://khsstc.cz/koupaliste.aspx>).

Vzdálenější, ale zajímavý je **Nymburk**. Pokud jej budete chtít navštívit, věnujte mu určitý čas. Město je neopakovatelnou kombinací polabské gotiky, památek pozdějších věků okořeněnou vzpomínkami na Bohumila Hrabala.

<http://www.mesto-nymburk.cz/infocentrum/index.php>

<http://www.hrabal-nymburk.cz/>

Opět můžete kombinovat s vlakem z H. Počernic, přitom si zde můžete projet i takzvané **Nymburské kolo**. (<http://www.vyletnik.cz/cyklotrasy/stredni-cechy/polabi/1208-nymburske-kolo/>). Jeho trasa vede po místních klidných silnicích, kde uprostřed rovin např. najednou vjedete do Hrubého Jeseníku (zde obec) se zajímavou rozhlednou, ale protože jste na Nymbursku, tak s jednou z nejnižše položených rozhleden v ČR.

Zajímavou lokalitou je **Lysá nad Labem** (<http://www.mestolysa.cz>) tradiční středisko, barokní dominanta středního Polabí, To dokládá např. znovuotevřené Muzeum světoznámého místního rodáka Dr. Bedřicha Hrozného (<http://www.polabskemuzeum.cz/lysa-nad-labem/vystavy>) - že jej neznáte?? - kdysi rozluštil nejsložitější jazyk - chetitský. Celkově však město zatím zůstává dlužno odkazu svých předků. Přeji mu, aby se dalo do pohybu, obnovilo své postavení včetně toho, že začne rozvíjet základní cykloinfrastrukturu.

Pro cykloturistiku má Lysá n. L. sice výborný potenciál daný polohou, přímým železničním spojením i s H. Počernicemi, půjčovnou kol na nádraží. Zároveň Vás však musím upozornit na nebezpečnou přetrvávající absenci nejzákladnějších cyklostezek. Chybí např. ve směru přes Labe, na Milovice, kdy je rozhodně lepší využít cyklostezky přes Starou Lysou, kde je navíc, zejména v létě, výborné koupání."

S dětmi si také můžete podniknout zajímavý 30 km dlouhý cyklovýlet **do Milovic** (<http://www.mapy.cz/s/j8oa>) – na Mirákulum (<http://www.mirakulum.cz/>) a rovněž další vojenské zajímavosti (<http://www.mesto-milovice.cz/priroda-pamatky-a-jina-zajimava-mista/ds-1070/p1=4469>) včetně muzea Milovicka.

Milovicko je kupodivu ekologicky docela pestré. Za sovětské okupace zde vojáci svoji činností nahrazovali přirozené narušování homogenních porostů prováděné v přírodě celá tisíciletí velkými sudokopytníky. Navíc jejich 20leté dílčí kácení dřevin zde ještě více zvýšilo zastoupení typů travin a souvisejících křovin. Charakter vegetace s vysokým podílem často vzácných trav je zde při projíždění patrný ještě nyní. Vojáci se naštěstí nevrátí a tak je zde

ověřován přirozenější návrat k původnímu ekosystému (<http://www.ceska-krajina.cz/1240/vzacne-horce-zaplavily-pastvinu-v-milovicich-diky-divokym-konim/>), kdy zde byli vysazeni polští zubři <http://ekolist.cz/cz/zpravodajstvi/zpravy/do-ceska-miri-stado-sedmi-zubru-past-se-budou-v-milovicich>, divocí koně. Nedávno zde pokřtili tři jejich mláďata keltskými jmény – Samhain ((Bílé světlo), Aife (Kráska) a hřebce - Fionntan. Projížďky v tomto území jsou nejenom zdraví prospěšné, ale i zajímavé. Naleznete je na těchto místech - <https://mapy.cz/s/Cnj5> a <https://mapy.cz/s/Cnmf>, která se budou rozšiřovat. Zároveň se ale stádo možná bude dělit, protože o zvířata mají zájem také v Národním parku Podyjí, na Vysočině, v Doupovských horách – pospěšte si.

Z Milovic lze do Počernic využít přímý vlak, který vás do půlhodinky pohodlně dopraví domů.

Případně můžete po této trati z Počernic do Milovic dojet a vychutnat si tam navazující klidný cyklovýlet pokračující odtud na sever: <http://www.vyletnik.cz/cyklotrasy/stredni-cechy/polabi/1210-milovickym-vojenskym-prostorem/>.

Zajímavou, i když vzdálenější, rovinatou oblastí je též **Poděbradsko** s kombinací klidových cyklostezek, lázeňského i historického charakteru města a zajímavého okolí. (<http://www.cd.cz/zazitky/kam-na-vylet/489-podebrady-lazne-kde-vam-bude-dobre>). Můžete navštívit upravené představení Jiříka z Poděbrad a jeho doby - (<http://www.polabskemuzeum.cz/uvod-podebrady/pamatnik>). Poučné a příjemné je zajet si také na nedalekou slavníkovskou Libici nad Cidlinou (<http://www.hormandl.estranky.cz/clanky/blog-o-toulkach-a-vyletech/libice-nad-cidlinou---slavnikovci---o-vzniku-statu.html>).

Zejména pro dětské zpestření výletů můžete využít i pravidelné plavby **lodí Blanice** mezi Nymburkem – Hradištěm – Kostomlaty – Kerskem a Ostrou ([www.polabinalodi](http://www.polabinalodi)), případně plavbu lodí Král Jiří mezi Poděbrady a soutokem Labe s Cidlinou ([www.kraljiri.cz](http://www.kraljiri.cz)). Zpravidla vám na loď přepraví i jízdní kola. Doporučuji vám však předem si ověřit Vaši plavbu a její podmínky.

***Pokud se budete vracet z Polabí, třeba přes Zeleneč po EV4, pozor na poměrně častý, ostrý protivítr na otevřených pláních mezi Polabím a Počernicemi, který Vám může hodně znepříjemnit závěry výletů.***

### 3.4.

#### **Cyklohráček do Slaného /Zlonic/**

I letos jej můžete s dětmi využít - <http://www.cd.cz/zazitky/kam-na-vylet/812-i-letos-se-muzete-svezt-cyklohrackem>, <http://www.cd.cz/volny-cas/cyklohracek/o-cyklohracku/-20507/>. Jeho cykloturistické využití je oslabeno absencí cyklotras a vhodných terénů pro cyklistiku v okolí i ve vlastním i když zajímavém historickém městě Slaný, ale při ojedinělém průjezdu mezi Hostivicemi – Středokluky a Podlešínem nabízí např. návštěvu blízkého hradu Okoře, pro některé Notounic, či poměrně neznámé rotundy v Budči atd. Cyklohráček určitě má svůj význam pro poznání a pohyb dětí.

[www.hrad-okor.cz](http://www.hrad-okor.cz)

[https://cs.wikipedia.org/wiki/Bude%C4%8D\\_\(hradi%C5%A1t%C4%9B\)](https://cs.wikipedia.org/wiki/Bude%C4%8D_(hradi%C5%A1t%C4%9B))