

## **1 – Úvodní informace**

### *Vážení příznivci cyklistiky!*

Městská část Praha 20 – Horní Počernice (dále Počernice, nebo HP.) se pro Vás snaží postupně zlepšovat podmínky pro cyklistiku – spolupracujeme na **celkovém zklidňování dopravy**, v jejím rámci na **zlepšování cyklistické průjezdnosti obce, jejího okolí, na zlepšování cyklistické infrastruktury, včetně sítě cyklostezek, jejichž lepší přeznačování po schválení Cyklokoncepce probíhá.**

Pomoci můžete i Vy - **bezpečným a předvídatým stylem jízdy, udržováním dobrého stavu vašeho kola, vaší výbavy, aktivním využíváním bezpečnostních prvků.**

**Jako cyklokoordinátor mohu Vás, rovněž návštěvníky Počernic i jejich webových stránek, také podporovat informacemi s náměty na možné cyklovýlety. Ostatně ty jsou při dnešním rozkolísání klimatu, zlepšování kvality kol, vybavení a svém odpovídajícím rozsahu téměř celoročně možné.**

**K tomu si můžete využívat základní informace např. o:**

cyklovýletech v ČR: <http://www.vyletnik.cz/cyklotrasy/>  
<http://sport.mraveniste.cz/cyklistika-a-cyklovylety/>  
<http://www.nakole.cz/akce/2029-cyklovylety.html>  
<http://www.cykloserver.cz/>, <http://www.cykloserver.cz/cykloatlas>  
<http://www.ivalo.cz/trasy/>

v Praze - [na mapě](#), [v tipech na výlety](#), při cestování [podél zdejších vodních toků](#), při [přepravě jízdních kol v PID](#) - v [Pražské integrované dopravě](#).

- v sousedním Středočeském kraji: <http://middleczech.kr-stredocesky.cz/cs/category/turistika/cykloturistika/>
- např. v **Královéhradeckém kraji**: <http://www.hkregion.cz/dr-cs/s-cyklovylety/#skat=40;r=0> .

o cyklovýletech s dětmi: <http://www.vylety-zabava.cz/>

**o počasí na:** [předpovědi počasí](#) na aktuální mapě, [Windy](#) nebo [Aladin](#) či [YR](#), o [stávajícím počasí v republice](#), o počasí na [českých horách](#).  
také o [rozhlednách](#)

**kvalitě vody na koupání v Praze:**

ve středních Čechách: <http://khsstc.cz/koupaliste.aspx>.  
v České republice:

## **Jak se na cyklovýlet můžete připravovat?**

Využijte kvalitní informace i konzultace u infocenter sdružených v Asociaci turistických informačních center České republiky - [zde](#).

Z bližších pak doporučuji IC [Brandýs nad Labem](#), TIC [Čelákovice](#), - TIC [Benátky nad Jizerou](#), TIC [Český Brod](#), TIC [Milovice](#), TIC [Sadská](#) a TIC [Mšeno](#).

**Pozor na čtené opravy komunikací!** Nenechte se překvapit nečekanou objížd'kou!  
proto:

Využijte aktuálních informací k [Omezení provozu Českých drah v ČR](#),  
[Omezení provozu na silnicích a dálnicích](#) v ČR.

Praktická je [aktuální informace o dopravě na silnicích v Praze](#).

## **Nespoléhejte pouze na cyklistické značení!**

V daném území jsou ještě trasy se slabým proznačením, kde je každý suverénněji se pohybující cykloturista vítaným orientačním bodem.

V bloku Cyklovýletů jsou postupně připraveny následující kapitoly:

Nechte se inspirovat jednotlivými kapitolami:

2. **Veřejná doprava**  
*Praha - MHD, PID, metro,  
Železnice*
3. **Dálkové cyklotrasy v okolí Počernic**  
*Trasy Eurovelo  
Národní dálkové cyklotrasy*
4. **Krátké cyklovýlety vhodné i pro rodiny s dětmi**  
*H. Počernice  
Xaverovský háj a Klánovický les  
Polabí  
Cyklohráček do Slaného /Zlonic/*

**Cyklovýlety s příběhem:**

5. **Cyklovýlety méně náročné:**

*Severopočernický*  
*Svatováclavský*  
*Vyšehořovický*  
*Českobrodský*  
*Průhonický*  
*Krajem Josefa Lady*  
*Údolím Vltavy*

6. **Cyklovýlety jednodenní, náročné**

*Zámky dolní Vltavy*  
*Máslovice*  
*Renesanční kraj Rudolfa II.*  
*Hrabalovský*  
*Vývoj středočeské vesnice*  
*Pruský*  
*Historické Kouřimsko*  
*Pražská obranná čára*  
*Labské kouzlo*  
*Okolo Prahy*

7. **Vzdálenější oblasti:**

*Kokořínsko – Máchův kraj*  
*Slánsko*  
*Rakovnicko – Křivoklátsko*  
*Brdy*  
*Posázaví*

8. **Výrazné hory na obzoru**

*Milešovka*  
*Lovoš*  
*Říp*  
*Sedlo*  
*Vráteňská hora*  
*Bezděz*  
*Ještěd*  
*Hradešín*

9. **Chvalský mír - Štěrboholy 7.7.2016**

**Pruská projížďka 7.7.2017**

10. **CV Anthropoid**

**Anthropoid - výlet**

11. **Za Josefem Vaňkem**

12. **Do Újezda nad Lesy za kulturou**

13. **Projížďka po Eurovelo 4 dne 20.9.2017**

Jízdní kola potřebují kvalitní [domáci-servis](#), informace.

Zde jsou:

[Jak správně vybrat kolo](#)

[Jak na prodavače](#)

[Nastavení kola](#)

[Jak si zabalit na kolo](#)

[Pláště na kolo](#)

[Jak vybrat sedlo](#)

[Nastavení jízdního kola](#)

[Boty na kolo](#)

[Značení plášt'ů a duší.](#)

[Doplňky na kolo](#)

[Jak vybrat brašny](#)

[Co vozit na kole](#)

[Brýle](#)

[Oblečení](#)

[Jak umýt kolo](#)

[Výměna cyklistických šlapek](#)

[Jak hustit](#)

[Jak řadit](#)

[Jak mazat](#)

[Jak na vrzání kola](#)

[Jak na rychloupínák](#)

[Jak opravit řetěz](#)

[Jak zazimovat kolo](#)

[Odlehčování kola](#)

[Ochrana cyklistické helmy](#)

[Jízda na kole](#)

[Jak po pádu](#)

[Zajímavé dárky](#)