

pokračování ze str. 16



Prohlídku hlavního města a současně krátkou jednodenní aklimatizaci zakončujeme na místních sportovištích. „Kinley, dáme si závod ve sprintu?“ vyzývám průvodce oděného do sukně k mezinárodnímu porovnání sil v běhu na 50 metrů. „Ne, ne, já běhat neumím!“ vyhýbá se souboji.

### PUTOVÁNÍ PO POLOPRÁZDNÝCH SILNICÍCH

Z Bhútánu posíláme každý domů i cenný suvenýr. Přimo na poště se nás totiž úřednice v okýnku ptá, zda chceme na pohled nalepit klasicou či speciální známku. Obě stojí stejně, ovšem ta druhá zmiňovaná ponese naše vlastní portréty! Dominik zpočátku váhá, ale nakonec ho s Davidem k poměrně netradičnímu suvenýru přemlouváme. Naše role ve výpravě máme předem jasně rozdělené. Já mám na starosti plán cesty, David je ve funkci servismana a Dominik funguje jako tlumoč-

ník. Než vyrazíme na cyklistický okruh po západní části Bhútánu, musíme ještě vytáhnout kola z krabic. Všechno správně smontujeme a necháme zkontrolovat Davidovi. Ten ovšem nejdříve musí nakoupit nejnnutnější vybavení na opravu kol. Nedorazila mu totiž jedna taška právě s tímto potřebným obsahem. Netradiční cykloturistiku s doprovodným vozidlem v zádech si už od prvních kilometrů parádně užíváme. Nejdříve jedeme dvěma nádhernými údolími podél řek Thimphu Chu a Paro Chu. Jedeme většinou pomalu na lehčí převody, protože se neustále rozhlížíme po okolí. Večer zjišťujeme, že jsme opravdu ujeli jen neobvyklých 65 kilometrů, ale zážitků bylo nepočítaně. Velmi mile nás překvapuje kvalitní povrch místních komunikací. Jsou sice poměrně úzké, ale většinou asfaltové. „Za silnice jsme tu velmi rádi,“ říká Kinley po dojezdu do nového hotelu a pokračuje v zajímavém vyprávění: „Ještě před pár desítkami let, než byla postavena asfaltová silnice od indických hranic do hlavního města, trvalo zdolání tohoto 170 kilometrů dlouhého horského úseku šest dní. Dnes to auta zvládnou asi jen za sedm hodin,“ uzavírá povídání průvodce.

### KE KLÁŠTERU PĚŠKY

Silnice po pár kilometrech končí a dále pokračujeme po svých. Šplháme se do velmi strmého kopce po udržované pěšině. Vede totiž k významnému buddhistickému klášteru Tygří hnízdo, jehož návštěva patří díky unikátní poloze k největším lákadlům celého království. Je postavený na 800 metrů vysoké skalní stěně ve výšce 3120 metrů. „Běžně výstup od parkoviště trvá tři hodiny. Pokud se chceme podívat i dovnitř, musíme si pospíšet,“ zdůrazňuje Kinley. Naše plíce dostávají pořádně zabrat. Snažím se ho držet, ale za mnou se ozývá: „Zpomalit!“ volá Dominik s Davidem. Ke konci výstupu jsme všichni tři překvapivě chytli druhý dech a je to naopak náš mladý průvodce, na kterého nakonec musíme čekat. Za hodinu stojíme všichni u vstupních dveří kláštera. Bez bot, jen v lehké zapáchajících ponožkách, vstupujeme na prohlídku. „Opravdu magické místo!“ shodujeme se při sestupu všichni tři.

### SNĚHOVÝ CYKLOKROS

Další směr cesty již nepokračuje údolím, ale přes sedlo Chelela (Čele la). Za městem Paro šplháme do dlouhého nekonečného kopce vedoucího lesem. Vrchol se nachází asi o 40 kilometrů dál. Jedná se o nejvyšší místo, kam se dá v Bhútánu dokonce vyjet i autem. Začínáme ve 2000 metrech za pěkného slunečného počasí. Úzká silnice je suchá. Ovšem kolem 3 000 metrů se začínají ve stinných místech objevovat první sněhové zbytky. Postupně jich přibývá až do té míry, že jsme nuceni kola přenášet. Připadáme si jako na cyklokrosu. Hůř na tom ale je naše doprovodné vozidlo. Začíná mít problémy s projetím větších sněhových úseků. Průvodce s řidičem sice se sněhem počítali, proto mají s sebou lopatu, krumpáč a čtyři pytle pilin. Bohužel nemají řetězy, ty se prý v Bhútánu sehnat nedají. Ubíhá asi hodina a my se nikam neposouváme. Za naším uvízlým autem zastavuje terénní džíp. Vystupují z něj tři chlapci a ptají se: „Do you need help?“ Prohodím unaveně k Davidovi: „Pomocníci se šiknou, co?“ A oni odpovídají naší rodnou řečí: „Vy jste Češi?“ Neuvěřitelné! Stojíme ve výšce 3 200 m vzdáleni tisíce kilometrů od Prahy a první cizinci, které tu potkáme, jsou krajané! Život je prostě nevypočitatelný. Jedná se o tři české piloty Standu, Pepu a Honzu, kteří létají do Bhútánu s místními aerolinkami. „V životě jsem Dominika na vlastní oči neviděl, ale že ho potkám zrovna tady na střeše světa, mi přijde dost absurdní!“ komentuje neuvěřitelnou náhodu jeden z pilotů. Pak



## Šípek celý plod



Šípky zvyšují celkovou odolnost organismu, snižují lámavost kapilár a normalizují srážlivost krve. V první řadě se šípkou používají ve formě čaje při chřipce a nachlazení, ale i při cévních onemocněních a parodontóze. Plody šípkové růže mají též svíravé, močopudné, protianemické, očišťující a celkově posilující účinky

Plody šípkou jsou významnou součástí denního preventivního chuťového čaje, například v kombinaci s borůvkou, jahodou, mátou a podobně. Šípky se zpracovávají do posilujících sirupů a ovocných nápojů, džemů a marmelád, jež jsou v lidovém léčitelství oblíbenými prostředky k prevenci a léčení nemocí z nachlazení.

### Použití Šípek

Plod šípkou má příznivý vliv na posílení těla při astmatu, chřipce, rýmě a nachlazení, při avitaminóze, močových kamenech, kataru močového měchýře a močových cest. Šípkový čaj dobře pomůže při průjmu, zácpě, škrkavkách, krvácení, stavech nervové podrážděnosti a nespavosti a při celkovém vyčerpání.

### Příprava Šípek

Sušené plody spařte vodou 70°C teplou a nechte déle vylouhovat, aby se co nejméně zničil jejich vzácný obsah. Šípky lze krátce povařit -asi 10g drcených plodů louhujeme 1 hod v 0,5l studené vody, uvedeme do varu, necháme odstát. Nejšetrnější způsob přípravy je šípkou louhovat několik hodin ve studené vodě a před konzumací si čaj přihřát na požadovanou teplotu. Na litr vody použijeme asi 20-30g šípkou.

### Lidové názvy

Šípek, stolistka, psí růže

Nakupujte se slevou 10 %  
Slevový kód LET02018

— inzerce —



**AUTOCAMP  
TRANSIT**  
Kutná Hora

### Nabízíme:

Ubytování v chatkách a mobilheimu - max 28 lůžek.  
Dále prostor pro vaše stany a karavany, el. přípojky,  
společné sociální zařízení, kuchyňky, posezení  
s grilem, víceúčelové hřiště a dětský bazén.  
Wi-Fi připojení a psi jsou zdarma!  
1. 4.-30. 9. je cena lůžka od 160-317 Kč.



Adresa:  
K Malínskému Mostu 35  
Kutná Hora

Mobil tel.: +420 606 232 533

e-mail: egidylada@seznam.cz

www.autocamp-kutnahora.eu

pokračování na str. 40