

Čo nové v cykloturistike?

CYKLOTURISTICKÉ NOVINKY

2/2019





www.bikefest.sk



Jubilejný 10. ročník BikeFestu už pozná svoj dátum

Najväčší bicyklový festival na Slovensku sa tento rok uskutoční už desiaty krát! Posledný májový víkend si nenechajte ujsť najväčší bicyklový festival na Slovensku.

Dobre si poznačte do kalendára dátum tohtoročného Birell Bikefestu 2020. Ten sa v areáli Kellys Bikeparku Kálnica uskutoční už tradične posledný májový víkend 29. až 31. mája 2020. Tešíme sa na vás!

Na jubilejný desiaty ročník najväčšieho bicyklového festivalu na Slovensku pre vás chystáme viacero novinek, o ktorých budeme už čoskoro informovať. Už teraz sa však môžete tešiť na maratón, ktorý bude prvýkrát zaradený do kalendára Medzinárodnej cyklistickej únie UCI. Chýbať nebudú ani nové trate a opäť preteky svetového formátu.

Aktuálne novinky môžete sledovať na facebookovej stránke BikeFestu alebo na webe www.bikefest.sk.



PRIHOVOR PREDSEDU SCK	3
OKRUŽNÁ TRASA MURÁNSKEJ PLANINY	4
KAKTUS BIKE BRATISLAVSKÝ MTB MARATÓN	5
20 ROKOV ZA NAMI - SCK SLOVENSKÝ KRAS	6
25. VÝROČIE SCK - REPORT Z OSLAVY	7-8
OBNOVA CYKLOTURISTICKÉHO ZNAČENIA V KRAJOCH	9-12
DOPLNKOVÁ INFRAŠTRUKTÚRA	13
VEĽKÝ PRÍBEH MALÉHO MOSTA	13-14
CYKLOPLATFORMA SLOVENSKA	15-16
KALENDÁR PODUJATÍ SCK NA ROK 2020	16
AKO SOM SI POTYKAL S E-BIKOM	17-20
CYKLOPOTULKY S SCK ĎUMBIER	21
ZHODNOTENIE SEZÓNY – ŽENSKÁ REPREZENTÁCIA	22-24
RADY - AKO VYBRAŤ BRZDOVÉ PLATNIČKY	25-26
11 KORÚN	27-30
GARMIN BEH SÚLOVSKÝMI SKALAMI - 5. ROČNÍK	31-32
RADY - ČO BY NEMALO CHÝBAŤ VO VÝBAVE NA VÝJAZD	33-34
STAŇTE SA SÚČASŤOU SLOVENSKÉHO CYKLOKLUBU	35-37
POZVÁNKA NA STRETNUTIE CYKLISTOV	38



ÚVOD

PRÍHOVOR PREDSEDU SCK

■ **Michal Hlatký**
■ **predseda SCK**

Rok 2019 bol veľmi hektický, výnimočný a zároveň znova ubehol ako voda. Slovenský cykloklub oslávil 25 rokov od svojho vzniku veľmi vydarenou akciou spojenou samozrejme cyklojazdou.

V našom spravodaji nájdete sumár toho najdôležitejšieho, čo sme v tomto roku realizovali, kde sme boli a čomu všetkému sa venovali. Okrem toho sme do tohto čísla doplnili články aj z našich klubov a sú naozaj pestré. Počnúc testom bicykla, ktorý veľmi dobre spracoval Maroš Kasala, až na tip na výlet od Štefana Makšeho. K článkom od našich členov pripájame ďalšie od nášho partnera – MTBiker, kde sa dočítate všeličo užitočné pre servis vášho bicykla.

Ja by som v tomto roku chcel vyzdvihnúť najmä dve aktivity, ktoré mi urobili radosť. Tou prvou je práca s našimi klubmi a členmi SCK. Už v roku 2018 sa nám podarilo „upratať“ v členskej základni a tá sa nám odvtedy mierne rozrástla o nových členov. Podarilo sa nám oživiť aj klubovú spoluprácu, ustálili sme počet klubov a niektoré opäť prebudili k väčšej aktivite. Vďaka podpore našich partnerov a získanej dotácii sme mohli konečne výraznejšie podporiť jednotlivé kluby. Dobrou správou je, že v novom roku 2020 by sme mali mať po dlhých rokoch nový klub SCK.



Druhou aktivitou, ktorá ma potešila je množstvo cykloturistických trás, ktoré sa tento rok podarilo obnoviť. Veľká vďaka patrí celému tímu SCK, bez ktorého by sme sa k takému výsledku nedopracovali. Vďaka patrí aj našim klubom, ktoré sa veľkou mierou aktívne pričínili o množstvo obnovených kilometrov v rôznych regiónoch Slovenska.

Prehľad projektov a vybraných obnovených trás nájdete aj na stránkach tohto spravodaja. Verím, že naše vynaložené úsilie a práca je vidieť po celom Slovensku a že nasledujúce roky budú minimálne rovnako úspešné. Prispieť by k tomu mal aj novo prijatý zákon o podpore cyklo dopravy a cykloturistiky, na tvorbe ktorého sa cykloklub podieľal a konečne po dlhých rokoch vstúpil do platnosti. Veľkou pozitívnou správou je aj vyčlenenie finančných prostriedkov na toto opatrenie.

Na druhej strane mi nedá nespomenúť skutočnosti, ktoré ma v tomto roku sklamali. Aj keď sa dá povedať, že sa jedná už o takú "slovenskú obyčaj", ktorá by nás nemala veľmi prekvapovať. A tým je stále dosť veľká nespokojnosť v oblasti cykloturizmu na Slovensku. Stále máme potrebu vymýšľať teplú vodu a robiť veci „inak“. Táto zázračná formulka sa objavuje pomerne často a to nielen pri spojení s oblasťou cykloturistiky. Bohužiaľ to však neznamená, že sa bude robiť kvalitnejšie. Práve naopak, častokrát sa stretneme pri týchto iných projektoch s utajovaním, neochotou o komunikáciu či poskytnutie informácií. Mnoho projektov tak ostáva zahalených rúškom tajomstva a aj v dobe internetu je dopracovanie sa k základným informáciám priam detektívna práca. Namiesto toho, aby sme ťahali za jeden povraz, snažili sa robiť projekty koordinovane a spolupracovať, tak sa obchádzame. Preto sa napríklad SCK ako národný koordinátor trás EuroVelo musí dozvedieť, že niekto chce prekladať trasu EuroVelo bez toho, aby sa o tom poradil s relevantnými inštitúciami. Je to žiaľ smutný fakt aj v 21. storočí.

Napriek tomu považujem rok 2019 za veľmi vydarený a teším sa na nové výzvy v roku 2020. Rád by som na záver ešte poďakoval aj mojej Soničke za veľkú podporu počas celého roka. Všetkým želim úspešný a pohodový rok 2020.

OKRUŽNÁ TRASA MURÁNSKEJ PLANINY

TIP NA CELODENNÝ VÝLET

■ Štefan Makši
autor

Koncom októbra sme absolvovali jednu z posledných jesenných akcií nášho klubu. Pestrá farebná škála nádhernej prírody nás doprevádzala celý deň.

Začínali sme v sedle Zbojská (735 m), známe rozvodie prítokov riek Rimava a Hron a tiež dôležitá spojnica Gemer-Malohontu s Pohroním. Cez rekreačnú oblasť Zbojská a údolím potoka Rohozná sme vystúpili na Javoriny-Lešník (1305 m). Náročný výstup bol odmenený nerušeným výhľadom na charakteristickú siluetu Klenovského Vepra a na Poľanu. Odtiaľ by bol len kúsok pešo na najvyšší vrchol NP Muránska Planina - na Fabovu hoľu (1439 m).

Široká lesná zväžnica nás bezpečne navigovala popri lesníckej chate Pšenično do doliny Gajdošova a následne do Pohronskej Polhory, najdlhšej dediny v okrese Brezno. Za obcou je krásna horská asfaltka na sedlo Diel, križovatka až siedmich lesných ciest. Pred niekoľkými rokmi na túto cestu bola odklonená automobilová a nákladná doprava počas rekonštrukcie cesty 1/72 cez sedlo Zbojská.

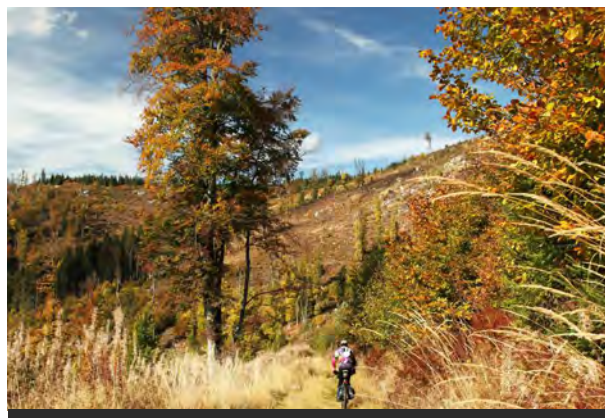
Pokračovali sme popri kameňolome na rozhľadňu - zároveň kaplnku nad Zbojskou. Z pôsobivej drevenej rozhľadne sa nám naskytol panoramatický výhľad na Nízke Tatry a na okolité kopce. V regióne pôsobil známy zbojník 17. ho storočia, Jakub Surovec so svojou družinou. Družina organizovane zbíjala na Horehroní a svoj rajón rozšírili od Lučenca, cez Oravu až do Poľska. Úžasná logistika na tú dobu... Útočiskom zbojníkov bývali aj salaše v sedle Zbojská, kde sme zakončili našu cyklotúru.



Veľkého medveďa sme síce nestretli, ale zato sme videli nemenej nebezpečnú vretenicu obyčajnú (lat. Vipera berus).



Našu trasu v záverečnej fáze sprevádzali značené cyklotrasy z Pohronskej Polhory na sedlo Diel (žltá č. 8583) a odtiaľ na sedlo Zbojská (modrá č. 2570).



Urazili sme niečo cez 30 km s celkovým prevýšením 900 m. Pomer asfalt/kamenistá lesná cesta je 40/60 %. Horeuvedenú stredne náročnú trasu doporučujeme pre horské a trekové bicykle, je zjazdná aj po daždivom počasí. Príďte si zajazdiť do nášho regiónu :)



Kaktus Bike Bratislavský MTB Maratón

PREKVAPIL NOVÝMI TRAĎAMI



Viac ako 500 pretekárov sa v poslednú septembrovú sobotu stretlo v Amfiteátri v Rači v Bratislave. Ani dážď neodradil rekordný počet bikerov, ktorí sa vydali na tri nové trate v Malých Karpatoch.

O 10:00 hod odštartovali ako prví bikeri na **80 kilometrovej trati**, ktorá s prevýšením 2033 metrov rozhodne potrápila. Najrýchlejšie ju zvládol **Martin Kostelníček** z Greenbike Aloha Teamu za **3:22:47**. Na najdlhšiu trať sa vydali aj tri ženy. Najrýchlejšia bola **Zuzana Juhasová** z Bike Team Juhasky, ktorá si s náročnou traťou poradila za **4:29:14**.

Na strednej, **52 kilometrov dlhej trati**, bol najrýchlejší **Vladimír Hojdík** z Proefect Teamu, ktorý trať s prevýšením 1255 metrov zvládol za **2:04:49**. Na štart 52 kilometrovej trate sa postavili aj pretekári na **e-bikoch**. Najrýchlejší v kategórii OPEN bol **Drahomír Komár** z LMX, ktorý trať zdolal za **1:41:35**. Obe tieto kategórie na štarte povzbudil a odštartoval starosta mestskej časti Bratislava Rača Michal Drotován.

Najžiadanejšou bola najkratšia **22 kilometrová trať**, ktorú najrýchlejšie – za **47:44**, zdolal pretekár z kategórie juniorov **Marek Trnka** z Kaktus Bike Teamu. Túto trať okúsili aj rodinné tímy, kde sa v sprievode rodiča zapojili aj naozaj mladí bikeri. Najrýchlejší boli **Kristián a Marek Radovichovci**, ktorí 22 kilometrov zvládli za **1:06:01**.

Vyzdvihnúť by sme však chceli najmä **fair play** správanie bikerov, ktorí uprednostnili záchranu života pred vlastným umiestnením. Aj vďaka nim sa všetci účastníci maratónu vrátili domov v poriadku. Ďakujeme Lucia Krištofičová, Peter Schmidt, Lucia Králiková a Izabela Rafanidesová.

Dážď neodradil ani najmenších

Kúsok od štartu MTB Maratónu, v areáli letného kúpaliska, čakala úplne nová trať aj najmenších bikerov. Ani tí na odrážadlách sa nezľakli dažďa a za hlasného povzbudzovania rodinných príslušníkov bojovali o čo najlepšie umiestnenia. Každý kto odštartoval, dostal za svoj výkon zaslúženú medailu.

Filip Nagy
redaktor



20 ROKOV ZA NAMI

SCK SLOVENSKÝ KRAS



Zuzana Tömölová
autor

Pre SCK Slovenský Kras je rok 2019 jubilejný. Oficiálne nás v roku 1999 zaregistrovali na Ministerstve vnútra. Uvádzam to len z toho dôvodu, že sme ustanovujúcu schôdzu mali ešte v roku 1998, ale kvôli parlamentným voľbám nás zaregistrovali až v roku 1999.

Jubileum sme oslávili v rámci Medzinárodnej cykloturistickej akcie Karstvelo 19. ročník. Túto organizujeme spoločne s Aggteleckým národným parkom poslednú júlovú sobotu už 19 rokov. Cyklotúra sa stala aj tradičným programom Dní obce Gemerská Hôrka. Bola to obojstranná dobrá voľba, lebo sme sa po namáhavej letnej túre ocitli medzi chutnými miestnymi jedlami, mohli sme sa osviežiť v bazéne miestneho kúpaliska a potom v kolotoči kultúrnych programov sa spolu ešte zabaviť.

Teraz sme dostali priestor aj na prezentáciu našej 20 ročnej práce v hlavnej sále kultúrneho domu. Výstavu sme otvorili so starostom obce v prítomnosti médií a bola k dispozícii všetkým návštevníkom obecných dní. Obec nás prekvapila pamätnými plaketami. My sme účastníkov prekvapili jubilejnými tričkami. Mali sme čo vystavovať, boli to plodné roky.

Legalizácia prebehla na panenskej pôde a bola veľmi náročná. Na území dvoch štátov (Slovensko a Maďarsko), dvoch územných celkov (Košický a Banskobystrický), v štyroch okresoch (Rožňava, Revúca, Rim. Sobota, Košice vidiek) v troch NP (Slovenský kras, Aggtelecký kras, Slovenský raj).



Máme za sebou cca 500 km značených cyklotrás, vyše 80 organizovaných cykloturistických podujatí, z toho vyše 20 medzinárodných a jednu celonárodnú. Značenými cyklotrasami sme spojili 56 obcí historického horného Gemera a Slovenského krasu.



Pri organizovaných cyklotúrach sme sa zamerali hlavne na spoznávací cykloturizmus. Medzi naše aktivity sa zaradila aj záchrana krasových vyvieraciek a ponoru na území Gemerskej Hôrky v počte 6. Vybudovali sme 8 km dlhý 3 jazyčný náučný chodník Krasové javy Hôrky.



Zaslúžili sme sa o otvorenie dvoch zelených hraníc pre cykloturistov a peších turistov medzi Maďarskom a Slovenskom ešte pred Schengenom. Reprezentujú nás aj stále obnovované klubové dresy, ktoré sme prvýkrát dali vyrobiť pri organizovaní celonárodného zrazu v Gombaseku a štvorjazyčné cykloturisticke mapky.

Venujeme sa aj vzdelávacím aktivitám akým bol napr. regionálny projekt DAMO /Danosti a možnosti regiónu pre rozvoj turizmu a cykloturizmu/ a propagačnej činnosti.

Hoci sa za 20 rokov veľa zmenilo a zakladajúcim členom už vlasy obeleli, činnosť klubu sa stále obnovuje prísunom mladých nadšencov cykloturizmu. Všetci sme mladí, máme 20 rokov a 20 rokov je pred nami!



25. VÝROČIE SLOVENSKÉHO CYKLOKLUBU

REPORT Z OSLAVY

■ Juraj Hlatký
■ autor a čestný predseda

Ako rýchlo ten čas uteká, si určite povedali všetci pozvaní hostia na oslave 25. výročia založenia občianskeho združenia Slovenský cykloklub. 30. júna 1994 skupina nadšencov založila združenie, ktorého hlavným cieľom bolo spopularizovať cykloturistické trasy, odvážny plán bol zlegalizovať a vyznačiť prvé cykloturistické trasy na Slovensku.

Na oslave sa stretli viaceré generácie členov, sympatizantov, podporovateľov SCK a tak určite bolo na čo spomínať. Zo skupinky nadšencov sa klub vypracoval na celoslovenskú organizáciu, ktorá mala v čase najväčšieho rozmachu 22 pobočiek- klubov po celom Slovensku a takmer 2000 členov.

V súčasnosti má v správe v rôznych regiónoch Slovenska asi 15 000 km legálne vyznačených cyklotrás, vyškolila profesionálnych značkárov, stala sa členom malej Európskej únie pre cyklistov- Európskej cyklistickej federácie v Bruseli, zástupcovia sa vyškolili za odborníkov na posudzovanie a hodnotenie trás EuroVelo („európskych diaľnic pre cyklistov“).

Celé podujatie začalo v Parku miniatúr v sobotu 7. septembra 2019 okolo obeda a uviedol ho súčasný predseda SCK Michal Hlatký. Privítal všetkých prítomných a poďakoval im, že aj napriek nie príliš priaznivému počasiu sa zišli v hojnom počte. Stručne uviedol celý program a slovo dal bývalému predsedovi, Jurajovi Hlatkému, ktorý tento post zastával 23 rokov. SCK založil spolu s dvoma kamarátmi a rozvíjal potom spolu s ďalšími kolegami jeho činnosť.



Na úvod svojho príhovoru pozdravil všetkých prítomných a postupne spomínal na „staré časy“. Zhodnotil aktivity, spomenul kolegov a spolupracovníkov, ktorý sa okolo SCK pohybovali od začiatku. V kluboch sa menili predsedovia, členská základňa, prebiehala generačná výmena medzi značkármi SCK. Každého aspoň v krátkosti spomenul vo svojom príhovore.

Minútou ticha si všetci prítomní uctili pamiatku 2 členov, dlhoročných predsedov klubov, Petra

Patscha z SCK Záhorák Malacky a Igora Štreita z SCK Ružomberok, ktorí už nie sú medzi nami, ale zanechali nezanedbateľnú stopu v činnosti organizácie. Poďakoval aj zástupcom donorov a podporovateľov organizácie – menovite p. Šoltýsovej, ktorá kedysi pracovala na Úrade vlády SR, p. Orlovskému, ktorý pracoval v ZSE v spolupráci s Nadáciou Pontis, ako aj p. Medvedovi a celej Nadácii Ekopolis. Tá podporila aj toto samotné stretnutie v rámci projektu Cykloplatforma.





A slovo odovzdal všetkým pozvaným, ktorí chceli prítomných aspoň krátko pozdraviť. Peter Ištoňa, dlhoročný podpredseda SCK a predseda SCK Stará Turá, Marián Kasala, druhý podpredseda SCK a predseda SCK Bicyglo Trnava, Ján Ščerbík, dlhoročný bývalý predseda SCK Ďumbier Brezno, proste každý kto mal chuť sa zúčastneným prihovoriť. Program pokračoval odmeňovaním všetkých dlhoročných spolupracovníkov a členov SCK, ktorí sa významnou mierou zaslúžili o rozvoj SCK. Nasledoval prípitok a ako každý oslávenec aj Cykloklub mal pripravenú tortu s číslom 25.

Program pokračoval občerstvením, prítomní si mohli pochutnať na výbornom guláši a pečenej baranine. Pre záujemcov bol zabezpečený spoločný cyklovýlet na Čachtický hrad a po atraktívnom okolí. Večer si ešte účastníci posedeli pri ohni a zaspomínali na viaceré podujatia, vymieňali vzájomné zážitky.

Program pokračoval aj v nedeľu spoločným cyklovýletom na Bradlo. Po ňom prišiel čas rozlúčiť sa a zaželať si všetko dobré do ďalších 25 rokov!



REALIZÁCIA NOSNÝCH PROJEKTOV

OBNOVA A VYZNAČENIE NOVÝCH CYKLOTURISTICKÝCH TRÁS V SAMOSPRÁVNÝCH KRAJOCH V ROKU 2019

Rok 2019 pokračoval v znamení dobrej spolupráce so samosprávnymi krajinami. Pracovali sme na systematickej obnove cykloturistických trás a značení nových cykloturistických trás v Nitrianskom, Trenčianskom, Trnavskom a Bratislavskom kraji.

Ľuboš Krajčík
autor

Podarili sa nám všetky práce ukončiť v riadnych termínoch s vypätím všetkých síl aj vďaka spolupráci s našimi regionálnymi značkárskymi klubmi. Prevedieme Vás jednotlivými aktivitami podľa krajov.

SPOLUPRÁCA S NITRIANSKYM SAMOSPRÁVNÝM KRAJOM



NITRIANSKY
SAMOSPRÁVNÝ
KRAJ

Obnova cykloturistických trás (344,3 km):

002		Vážska cyklomagistrála (Horný Čepč - Sereď - Šaľa)	19,7 km
010		Pohronská cyklomagistrála (Starý Tekov - Jur nad Hronom)	22,7 km
019		Ponitrianska cyklomagistrála	75,0 km
020		Cyklomagistrála Naprieč Inovcom (hranica NSK - Topoľčany)	20,0 km
044		Okolo Považského Inovca (Kulháň - Svrbice)	46,4 km
2101		Okruh Duchonka	35,6 km
2103		Podhájska - Radava	12 km
2111		Šahanský okruh	42,1 km
5101		Duchonka - Záhrada	16,2 km
5106		Bojná - Nová Lehota	12,6 km
5114		Podhorany - Mechenice	3,5 km
5118		Machulince - Zubria Obora	24,6 km
8114		Nitrianska Blatnica - Výtoky	9,1 km
8126		Spojka nad Novou Lehotou	2,5 km
N5101		Okruh Topoľčianskym parkom	2,1 km
N8101		Spojka v Topoľčianskom parku	0,2 km



Vyznačenie nových cykloturistických trás (29,5 km):

5124		Levice - Horšianska dolina	17,2 km
8140		Odbočka na Vápnik	0,3 km
8240		Radošina - Hubina	12,0 km



Prvky v teréne:

94 nových cyklosmerovníkov, 224 veľkých cyklosmeroviek, 35+8 emblémových tabuliek, 45 donorských tabuliek, 41 špeciálnych tabuliek, 105 tabuliek miestneho názvu, 40 obrázkových smeroviek

Ďalšie aktivity projektu:

GPS rekognoskácia trás a spracovanie dokumentácií k povoľovaciemu konaniu (30 km)

Kosenie na hrádzach okolo cyklosmerovníkov

Aktualizácia cykloportálu (NR.cykloportal.sk) o nové trasy + novinky

Inštalácia cykloservisných stojanov - 3 ks

Inštalácia veľkoplošných máp - 5 ks

Inštalácia drevených stojanov na bicykle - 5 ks

Podakovanie regionálnemu klubu za spoluprácu:

FINAL Nitra – Ingrid Bechná a Pavel Zákopčan

Braňo Pagáč

SCK Cyklo Tour Súľov - Slavomír Strečanský

SPOLUPRÁCA S TRENČIANSKYM SAMOSPRÁVNYM KRAJOM



**TRENČIANSKY
SAMOSPRÁVNÝ
K R A J**

Obnova cykloturistických trás (162,9 km):

044		Okolo Považského Inovca (Kálnica - Kulháň)	48,7 km
053		Javornícka magistrála	19,9 km
2313		Chata pod Inovcom - Dubodiel	16,6 km
5302		Brezová pod Bradlom - Priepasné	5,5 km
5306		Bohunice - Krivoklát - Bolešov	19,7 km
5318		Žiarska radiála	19,1 km
8304		Veľká Javorina - Podkozince - Topolecká	19,0 km
8307		Pruské - Vršatské Podhradie - Červený Kameň	10,8 km
8307a		Odbočka k Vršateckému hradu	0,7 km
8340		Papajské sedlo - Čertov	2,9 km

Vyznačenie nových cykloturistických trás (5,2 km):

8335		Spojka pri izbe	0,7 km
8345		Brezová pod Bradlom - Mohyla M.R. Štefánika	4,5 km



SPOLUPRÁCA S TRENČIANSKYM SAMOSPRÁVNÝM KRAJOM



Prvky v teréne:

25 nových cyklosmerovníkov, 3 drevené koly, 7 malých cyklosmerovníkov, 4 obnovy cyklosmerovníkov, 61 veľkých cyklosmeroviek, 6 malých cyklosmeroviek, 3 emblémové tabuľky, 19 donorských tabuliek, 9 špeciálnych tabuliek, 33 tabuliek miestneho názvu

Podakovanie regionálnemu klubu za spoluprácu:

SCK Stará Turá - Ján Lukáč a Ladislav Pribiš
Braňo Pagáč

SPOLUPRÁCA S BRATISLAVSKÝM SAMOSPRÁVNÝM KRAJOM



BRATISLAVSKÝ
SAMOSPRÁVNÝ KRAJ
NAJLEPŠIE MIESTO PRE ŽIVOT

Obnova cykloturistických trás (129,4 km):

EV-6		Eurovelo 6 (Prístavný most - Hamuliakovo)	19,0 km
EV-6		Eurovelo 6 (Prístavný most - Rajka)	16,8 km
001a		Dunajská cyklistická cesta (Čuňovo - Dobrohošť)	15,9 km
2003		Studienka - Malacky	17,3 km
5002		Devínska Nová Ves - Marianka	10,9 km
5003		Stupavský okruh	27,2 km
5012		Rača - Biely Kríž	4,4 km
8002		Gajary - EuroVelo 13	1,1 km
8003		Malé Leváre - EuroVelo 13	2,0 km
8008		Devínske Jazero - Stupava - Marianka	9,5 km
8017		Figaro - Kamzík	3,2 km
8031		Harmónia - Kamenný Most	2,1 km



Prvky v teréne:

48 nových cyklosmerovníkov, 3 malé cyklosmerovníky, 10 obnovených cyklosmerovníkov, 97 veľkých cyklosmerovíek, 11 malých cyklosmerovíek, 22+2 emblémových tabuliek, 23 donorských tabuliek, 22 špeciálnych tabuliek, 32 obrázkových tabuliek, 50 tabuliek miestneho názvu

Ďalšie aktivity projektu:

BA.cykloportal.sk - nový web s cykloturistickými trasami v kraji

Inštalácia veľkoplošných máp - 5 ks

Inštalácia drevených stojanov na bicykle - 15 ks

Podakovanie regionálnemu klubu za spoluprácu:

Bohuš Konečný, Michal Bednárík

SPOLUPRÁCA S TRNAVSKÝM SAMOSPRÁVNÝM KRAJOM

**Obnova cykloturistických trás (129,4 km):**

002		Vážska cyklomagistrála (Hlohovec - Horná Streda)	27,7 km
043		Hrebeňovka Inovca (Kostolný Vrch - Havran)	16,4 km
2205		Rieka Morava - Vytržina - Holíč	4,2 km
2206		Okruh Vinohradmi	6,0 km
2208		Moravany nad Váhom - Jelenie Jamy	14,9 km
2210		Po stopách vodných mlynov (Galanta - Čierna Voda - Jelka)	64,2 km
2211		Šintava - Hlohovec	25,0 km
5202		Skalica Vinohrady - Kátov	8,4 km
5203		Bresty - Unín - Radošovce	12,9 km
5204		Moravský Svätý Ján - Kúty - Brodské	16,9 km
5213		Hubina - Gonove Lazy - Horáreň Modrová	10,3 km
8201		Ducové - Ducové (hradisko)	1,2 km
8203		Brodské (CLO) - Gbely - Petrova Ves - Letničie - Štefanov - Unín	22,7 km
8214		Košolná - Dolné Orešany - Boleráz	6,2 km
8220		Jablonica - Suchánka	6,9 km
8222		Zlatnícka dolina - VN Mlyny	2,7 km
8223		Zelená trasa (5208) - Mokry Háj	1,6 km
8224		Mokry Háj - Vinohrady	0,6 km
8225		Vrádište - Vinohrady	1,7 km
8227		Nad Zlatníckou dolinou	2,6 km
8237		VN Striebornica - Striebornica	2,2 km
8238		Kúpeľný Ostrov - Ahoj - Havran	5,9 km
8247		Starý Háj - Tomášikovo	3,9 km
8248		Galanta - VN Kráľová	5,4 km
8249		Odbočka k Némethovmu mlynu	0,2 km
8343		Stará Lehota, Nový Majer - spojka	1,6 km

Prvky v teréne:

113 nových cyklosmerovníkov, 8 malých cyklosmerovníkov, 9 obnovených cyklosmerovníkov, 244 veľkých cyklosmerovíek, 55 malých cyklosmerovíek, 22+5 emblémových tabuliek, 54 donorských tabuliek, 35 špeciálnych tabuliek, 42 obrázkových tabuliek, 110 tabuliek miestneho názvu, 1 cykloservisný stojan, 3 veľkoplošné mapy

Podakovanie regionálnemu klubu za spoluprácu:

FINAL Nitra, SCK Bicyglo Trnava, SCK Záhorák Malacky



DOPLNKOVÁ INFRAŠTRUKTÚRA

UŽITOČNÝ MOBILIÁR

■ **Michal Hlatký**
■ *predseda SCK*

V roku 2019 sme sa rovnako ako v minulých rokoch zamerali aj na doplnkovú cykloinfraštruktúru. Snažíme sa najmä robiť osvetu a veľa hovoriť o potrebe realizácie doplnkovej infraštruktúry na cykloturistických trasách. Zásadným problémom sa stále ukazuje jej obnova a údržba. Niektoré prvky sú už v dezolátnom stave a najmä samosprávy sa o údržbu vôbec nestarajú. Aj preto sa snažíme hľadať každoročne finančné prostriedky nielen na nové prvky, ale aj na obnovu a údržbu existujúcich.

Vďaka dotácii z Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu sa nám aj v tomto roku podarilo obnoviť niekoľko mapových stojanov. Obnova

prebieha veľmi komplexne a okrem samotného náteru sa menia poškodené kusy stojanov. Celkom nová je aj samotná mapa, ktorá je nielen aktualizovaná, ale najmä vyrobená najmodernejším technologickým postupom.

Mapa má UV a taktiež lamino ochranu, aby bola odolnejšia voči mechanickému poškodeniu. Tento rok sa nám podarilo obnoviť 12 mapových stojanov.

Okrem samotnej obnovy sme v rámci značenia cykloturistických trás osadili aj 13 nových mapových stojanov a jeden cykloservisný stojan. Ďalšie pribudnú počas zimy a na jar.



VEĽKÝ PRÍBEH MALÉHO MOSTA

CYKLOLÁVKA V NIMNICI

■ **Juraj Hlatký**
■ *autor*

V roku 2018 otvoril Trenčiansky samosprávny kraj druhý 4,1 km dlhý úsek Vážskej cyklo dopravnej trasy medzi mestom Púchov a obcou Nimnica. Jeho súčasťou je aj menší mostík ponad Nimnický potok. Na informačnej tabuli umiestnenej na severnom okraji mesta Púchov, v mieste kde začína vybudovaný úsek cyklotrasy, sa okrem iného píše: „Do pozornosti verejnosti dávame aj oceľový pozinkovaný mostík so špeciálnym protišmykovým povrchom.“ Tento parádny mostík však mal svojho jednoduchšieho predchodcu, ktorého história bola špecifická.

Tento článok preto slúži ako príspevok k histórii nielen tohto mosta, ale aj cykloturistiky a cyklo dopravy v TSK.

V rokoch 1999-2000 Slovenský cykloklub Piešťany a jeho pobočka Slovenský cykloklub Stará Turá v partnerstve s mestom Stará Turá a moravskou obcou Žitková v rámci bilaterálnej cezhraničnej spolupráce získali v rámci programu Phare Credo pre Slovensko veľmi významný hard projekt Cykloturistické a turistické trasy v pohraničí SR – ČR.



CYKLOLÁVKA V NIMNICI

Projekt mal viacero aktivít, z nich hlavnou bola legalizácia a vyznačenie viac ako 1 600 km cykloturistických trás v pohraničí SR – ČR. Jednou z ďalších aktivít bola výstavba cyklomostíka na pravobrežnej Vážskej hrádzi pod Nosickou priehradou v mieste vtoku Nimnického potoka do Váhu.

Pri značení Vážskej cyklotrasy v úseku Púchov Nimnica v rokoch 1999-2000 sa dalo už vtedy jazdiť na bicykli po existujúcej spevnenej Vážskej hrádzi. Problémovým úsekom však bolo na tejto hrádzi chýbajúce premostenie 17 m dlhého úseku v mieste vtoku Nimnického potoka do Váhu. V tomto mieste schádzali cyklisti (a vzápätí vychádzali späť) z hrádze na cestu II/507, čím sa vystavovali nebezpečenstvu pri premávke áut na tejto ceste.



pôvodný stav mosta (1999)



stavba mosta (2000)



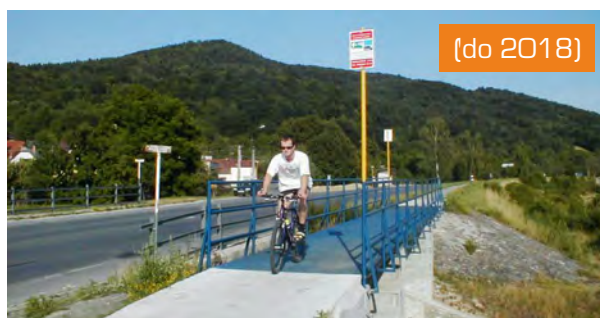
stavba mosta (2000)

Preto investor a hlavní nositelia projektu Slovenský cykloklub Stará Turá a Piešťany tu postavili v roku 2000 nový cyklomost, ktorý toto nebezpečné miesto odstránil. Projekt mosta hradil SCK z vlastného vkladu, most postavila firma PHS Bratislava.

Náklady na stavbu mosta v rámci rozpočtu boli 18 135 Eur, z čoho bolo 12 953 Eur príspevok EÚ a 5 182 Eur tvoril vlastný vklad. Následne na moste boli osadené vtedajšími štatutármi investora (Peter Ištoňa a Juraj Hlatký) aj tabule označenia Vážskej cyklomagistrály. Kolaudácia a slávnostné otvorenie mosta prebehlo v utorok 18. apríla 2000, za účasti zástupcu Delegácie Európskej komisie, Úradu vlády a Okresného úradu v Púchove. Udržateľnosť projektu bola vtedy 10 rokov. Slovenský cykloklub na moste v nasledujúcich rokoch vykonal 2 opravy. Most potom slúžil cyklistom skoro 18 rokov.



Až v roku 2018 pri zásadnom rozšírení hrádze v tomto úseku a vybudovaní novej cyklotrasy, ktorú realizoval TSK, bol po vzájomnej dohode starý mostík odstránený a nahradený novým moderným cyklomostíkom. Zo starého zostali iba spodné časti nosných pilierov.



(do 2018)



(od 2018)

Čím bol teda tento cyklomostík špecifický? Tým, že **investičnú stavbu realizovali vďaka podpore EÚ občianske združenia!** To bolo ojedinelé už v dobe jeho vzniku a dnes takmer nemysliteľné.



CYKLOPLATFORMA SLOVENSKA

NÁSTROJ ROZVOJA

■ Ján Roháč
■ Nadácia Ekopolis

Cyklistické hnutie na Slovensku sa rozvíja, za ostatných 25 rokov sa udial značný rozvoj v oblasti cykloturistiky a začínajú sa hýbať aj veci v oblasti cyklistickej dopravy. Napriek tomu však Slovensko stále ešte patrí medzi krajiny Európskej únie s najmenej rozvinutým bicyklovaním. Dôvodov je viacero a nie je to len nedostatok finančných zdrojov. Na zlom stave rozvoja bicyklovania sa podpísalo všeobecné podceňovanie bicyklovania ako spôsobu dopravy a cestovného ruchu, nízka odborná zdatnosť, nedostatočná spolupráca medzi aktérmi cyklorozvoja, spoločenské preferovanie automobilovej dopravy a ďalšie negatívne faktory.

Viacero cyklistických organizácií už dlhšie hľadá riešenie tohto nevyhovujúceho stavu. Jedným z krokov tohto riešenia je aj založenie Cykloplatformy Slovenska. O čo ide?

Stručne povedané, cieľom Cykloplatformy je vytváranie dobrých podmienok pre rozvoj bicyklovania, cyklo dopravy a cykloturistiky v tom najširšom zmysle. Cykloplatforma sa preto zameria na:

- zdieľanie skúseností, poznatkov a know-how;
- vzájomnú komunikáciu a informovanie sa organizácií, rozvíjajúcich bicyklovanie;
- zvyšovanie povedomia verejnosti, odborníkov a verejnej správy o bicyklovaní;
- obhajobu záujmov bicyklovania, lobovanie a pod.

Cykloplatforma Slovenska bola ako občianske združenie zaregistrovaná v novembri 2019. Momentálne sa pripravuje vytvorenie orgánov združenia a základná náplň jeho práce.

Spektrum aktivít, plánovaných v najbližších rokoch, je široké, bude však závisieť od kapacít a získaných zdrojov. Už dnes Cykloplatforma realizuje napríklad:

- odborný webový portál www.cykloplatforma.sk s diskusným fórom a databázou znalostí o rozvoji bicyklovania
- spolupráca na publicistickej stránke www.cyklodoprava.sk;
- spolupráca na organizovaní každoročnej národnej konferencie Cyklistická doprava;
- e-mailovú google skupinu pre rýchle informovanie a koordináciu;
- odborné semináre o navrhovaní cyklistickej infraštruktúry;
- diskusné stretnutia;
- koordinácia niektorých spoločných, najmä advokačných aktivít (pripomienkovanie legislatívy, presadzovania cyklorozvoja v eurofondoch a i.).



Okrem vyššie uvedených v pláne aj ďalšie aktivity, napríklad:

- informačné a vzdelávacie workshopy a semináre;
- pomoc a asistencia novovznikajúcim iniciatívam a organizáciám;
- kampane pre rozvoj cyklo dopravy a cykloturistiky;
- publikačná činnosť v médiách, na internete a pod.
- dôkladné presadzovanie cyklo dopravy a cykloturistiky v politikách, stratégiách, koncepciách a pod. najmä na národnej úrovni.

Iniciátorom založenia Cykloplatformy je Nadácia Ekopolis v spolupráci s ďalšími organizáciami, najmä Slovenský cykloklub, Mulica, Občianska cykloiniciatíva Banská Bystrica, Cyklokoalícia, Kostitras a ďalšie. Ide teda o vskutku celoslovenskú platformu. Už počas prípravy Cykloplatformy sa ukázalo, že po takejto spolupráci je dopyt, samospráva, občianske organizácie aj firmy prejavili záujem najmä o zvyšovanie odbornosti a šírenie informácií a poznatkov.

.....

Chcete využiť Cykloplatformu, podporiť ju alebo jej dokonca pomôcť? Môžete to urobiť niektorým z nasledovných spôsobov:

■ **prinajmenšom sa prihláste do google skupiny Cykloplatforma, aby ste boli informovaní a využívajte online nástroje Diskusné fórum, Cyklobáza, čítajte magazín Cyklo doprava (to všetko môžete cez www.cykloplatforma.sk/;**

■ **veľmi pomôže, ak sa vaša organizácia stane členom občianskeho združenia Cykloplatforma Slovenska. Pre presadzovanie záujmov bicyklovania totiž potrebuje silný mandát a ten vzniká najmä početnou členskou základňou;**

■ **a ešte viac pomôže, ak sa potom ako členská organizácia aj aktívne zapojíte do aktivít Cykloplatformy.**

Všetky potrebné informácie nájdete na www.cykloplatforma.sk alebo otázkou na cykloplatforma@gmail.com

.....

KALENDÁR PODUJATÍ SCK

Aj v budúcom roku budeme pre vás organizovať spoločne s našimi klubmi viacero akcií. Náš stánok opäť nájdete na podujatiach naprieč Slovenskom, budeme radi, keď sa spoločne na akciách uvidíme a stretneme. Na rok 2020 pre vás pripravujeme nasledujúce podujatia, na ktorých majú členovia SCK bezplatnú účasť.

- **Bláznivý cyklovýjazd, Podolie – 18. apríl 2020**
- **BikeFest Kálnica - 28. - 31. máj 2020**
- **Zraz cykloturistov SCK na Gemeri - 18. - 21. jún 2020**
- **Bratislavský MTB maratón, Rača - 26. september 2020**





TESTOVAČKA

Ako som si potykal s e-bikom...

Marián Kasala
SCK Bicyglo Trnava

Začiatkom augusta sa mi na mesiac dostal do rúk červený krásavec Hybride TERU, elektrobicykel od renomovaného výrobcu bicyklov Ghost. Moje skúsenosti s elektrobicyklom boli minimálne a tak som bol zvedavý, či mi má táto stále u nás ešte novinka, ktorá si získava čím ďalej tým viac priaznivcov, čo ponúknuť a má ma čím zaujať.

Čistokrvný MTB elektrobicykel cez moje ruky ešte neprešiel. Moje doterajšie skúsenosti s elektrobicyklami boli na úrovni zdieľaných elektrobicyklov v rámci trnavského bikesharingu a elektrobicyklov, ktoré sú skôr v kategórii mestských bicyklov vhodných na každodenné využívanie pri dennodenných povinnostiach.

Môj postoj k elektrobicyklom bol neutrálny. Vnímal som ho predovšetkým ako prínos pre menej zdatných cyklistov, prípadne cyklistov s hendikepom. Domnieval som sa, že cyklistov s priemernou kondíciou nemá čím tento segment osloviť. Za mesiac som na tomto stroji najazdil takmer tisícku kilometrov. Snažil som sa namixovať si trasy vo všetkých druhoch terénu, povrchu a náročnosti. **Môj pohľad na tento segment bicyklov sa zásadne zmenil.**

Zapožičaný elektrobicykel Ghost Hybride Teru mal hliníkový rám a osadený bol kolesami 29 palcov. Veľkosť rámu bola L. S mojou výškou som bol na spodnej hranici. Vhodnejšie by bolo pre mňa M-ko. Vpredu odpružená vidlica so zdvihom 120 mm, hydraulické kotúčové brzdy Shimano BR-MT200 s kotúčmi 180mm. Radenie Shimano Altus s deviatimi rýchlosťami. Hmotnosť 23 kg. Cena na úrovni 2600 eur. Motor v stredovom zložení Bosch Performance s batériou 500Wh. Veľmi som bol zvedavý, aké sú možnosti tohto červeného tátoša. Ghost je renomovaná značka. Doma mám starší full na XC vyššej triedy. Je to mix karbónu a hliníka s výbavou XTR a XT. Váha 11,5 kg a veľká spokojnosť. Takže očakávania i pri elektrobicykli rovnakej značky boli veľké.





V zásade sa elektrobicykel od klasického odlišuje iba pridaným motorom, batériou a ovládaním podpory motora. Mnohí neznalí laici si myslia, že pri elektrobicykli netreba šliapať do pedálov. Toto však nie je skúter. Motor slúži iba ako podporný mechanizmus. Zapína sa len vtedy, keď jazdec šliape ako na klasickom bicykli.

V závislosti od triedy pohonu je u vyšších tried motorov táto podpora takmer dokonalá. Vie vyhodnocovať rýchlosť, otáčky a krútiaci moment jazdca a podľa toho dávkovať i podporu elektromotora pri jazde.

Práve osadený motor Bosch Performance CX patrí medzi najlepšie, aké je možné momentálne na trhu dostať. Riadiaca jednotka pri tomto stroji pozostávala z dvoch

tlačidiel plus a mínus s možnosťou výberu zo štyroch módov podpory elektromotora – **EKO, TOUR, EMTB a TURBO**. Turbo je vážne sila. V tomto prípade sa z elektrobicykla stáva dravý tátoš pripravený trhať asfalt :). Ešte sa tu nachádzalo tlačidlo na podporu pohonu pri tlačení bicykla a konektor USB. Jednoduchý display poskytoval údaje o aktuálnej rýchlosti a zaradenom stupni podpory motora, stavu nabitia batérie. Tu by som miesto paličiek privítal percentuálny stav batérie.



Snažil som sa elektrobicykel vyskúšať na všetkých možných povrchoch asfaltom začínajúc a voľnými kameňmi končiac. Jednoznačne tento červený tátoš patrí do kopcov. Najlepšie mu sedí šotolinová cesta rovnomerne stúpajúca v príjemnom prostredí lesa. Takýto typ cesty je ideálny i smerom z kopca. Vďaka váhe a kolesám veľkosti 29 som sa rútil dole ako tank, nič ma nedokázalo zastaviť. Predsa len 23kilov je už celkom slušná hmotnosť. Hydraulické brzdy boli spoľahlivé a dostatočné i pre vyššiu váhu bicykla.

Nie som veľmi technický jazdec. Avšak zásadný rozdiel medzi elektrobicyklom a klasikou je citeľný hneď pri prvom zjazde. Nakoľko má konkrétne tento elektrobicykel raz takú váhu ako môj klasický full, veľa technických kúskov na ňom nespravíte. Ťažisko je v strede dolu. Bicykel s váhou 23 kg je ťažké dostať do vzduchu. Elektrobicykel bol vybavený 1x9 stupňovým radením. Môj horák má 2x10 stupňov. V niektorých prípadoch bol tento nižší počet prevodov cítiť. Stávalo sa mi, že by som využil medzistupne. Proste ľahší prevod bol málo a ťažší už veľa.

AKO SOM SI POTYKAL S E-BAJKOM

Skúsil som i asfalt po klasických cestách. Tu som cítil hendikep obmedzovača podpory motora na 25 km/hod. Pri mojej aktuálnej kondícii a dobrom povrchu cesty to bolo málo. Ísť vyššou rýchlosťou je už boj s bicyklom – pretláčanie sa s motorom. To už nie je pomoc. Človek je po takejto jazde zbitý ako pes. Na kvalitnom cestnom bicykli by človek odjazdil dvojnásobnú vzdialenosť pri podobne vynaloženej energii.



Škoda. Dovolím si použiť známu repliku z filmu. Tu urobili súdruhovia z NDR chybu. Je mi jasné, že z pohľadu bezpečnosti, dojazdu a legislatívy je potrebné obmedziť maximálnu rýchlosť elektrobicykla. Ideálne by však bolo rozdeliť podporu motora na dve prostredia s rozdielnou rýchlosťou. V rovinnom teréne s dobrým povrchom na 30 km/hod a kopcovitom na 25 km/hod. To by bola paráda.

Človek si musí zvyknúť na vyššiu hlučnosť v porovnaní s klasickým bicyklom. Jednoznačne je tu počuť pradenie motora pri jeho aktivite. Spočiatku ma to dosť vyrušovalo. Pripadal som si ako keby som jazdil stále na valcoch. Pritom Bosch patrí k špičke v rámci kvality prevedenia a motory od tohto výrobcu patria medzi najtichšie.

Účinnosť elektromotora je ovplyvnená i spôsobom jazdy. Ak chcete z elektromotora vyťažiť maximum, je dobré využívať vyššiu frekvenciu šliapania, kedy sa dosahuje vyššia účinnosť motora.

Elektrobicykel som využil i pri ťahaní cyklovozíka, kde predovšetkým pri kopcovitom teréne, vyššej hmotnosti dieťaťa či detí a menej zdatnom cyklistovi (napríklad mamine dieťaťa :-D) je táto voľba dobrou alternatívou.

Čo dodať na záver? Elektrobicykle sú nová kategória bicyklov. Domnievam sa, že pokiaľ bude u nás nárast životnej úrovne taký ako v posledných rokoch, bude si tento segment nachádzať viac a viac priaznivcov. Človek je tvor pohodlný :). Život okolo seba si uľahčuje a chce mať viac zážitkov za kratší čas pri menšom výdaji energie. Elektrobicykel toto jednoznačne umožňuje.

Pokiaľ berie človek cyklistiku v akejkoľvek forme ako nástroj k zvyšovaniu svojej kondície a výkonnosti, tak jednoznačne bude preferovať klasický bicykel bez podpory elektromotora. Ľudia, ktorí však nemajú priestor pravidelne sa venovať tomuto krásnemu športu či relaxu, napriek tomu ich to však ťahá do hôr a chcú absolvovať i dlhšie a náročnejšie výlety, časom objavujú čaro e-biku. Netvrdím však, že i na elektro bicykli sa nedá poriadne zamakať :-D





Prínos by som videl pri rozdielnej výkonnosti cyklistov, ktorí chcú spolu absolvovať poldenný či celodenný výlet. U viacerých aktívnych cyklistov som sa stretol s myšlienkou kúpy elektrobicykla pre svoje drahé polovičky. Tým nechcem tvrdiť, že sa nám výkonnostne nevedia vyrovnat :). Predsa len popri zabezpečení rodiny a domácnosti im zostáva menej času na tréning a elektrobicykel je alternatívou na zmenšenie rozdielu v rôznej výkonnosti cyklistov a lepšom zážitku oboch zo spoločne absolvovaného výletu.

Pridanou hodnotou je taktiež pomoc elektromotora pri protivetre, ktorý je u nás na dolniakoch citeľný a nepríjemný najmä na začiatku a konci cyklistickej sezóny.

Asi najvýznamnejšou pomocou je pre aktívnych ľudí s hendikepom alebo seniorov, ktorí zo zdravotných dôvodov už nemôžu zaťažovať organizmus ako v minulosti, napriek tomu chcú však žiť aktívne a naplno. Tu je pomoc elektromotora predovšetkým pri jazde do kopca nenahraditeľná.



Moje odporúčanie. Chceš si zamakať a máš dostatok síl – jednoznačne si kúp kvalitný bicykel. Môže byť i jazdenka vyššej triedy. Nemáš veľa času na tréning, ale objavil si čaro bicykla a bavia ťa i ťažšie úseky a dlhšie výjazdy? Neváhaj ísť do e-biku.



Veľká vďaka chalanom zo Slovenského cykloklubu a MTBIKER-u za možnosť zajazdiť si na tomto krásnom a funkčnom bicykli. Želám veľa kilometrov bez nehôd a úrazov. Množstvo zážitkov a radosti z jazdy na dvoch kolesách v akejkoľvek forme.





Uplynul ďalší rok. Pre nás, členov SCK Ďumbier Brezno bol výnimočný a jubilejný. Oslávili sme 20. výročie založenia klubu. Za tento čas sme na bicykloch najazdili tisíce kilometrov, nielen po cestách, ale niekedy aj po „necestách“. Poniektorí si často siahli na dno svojich síl, ale všetko to stálo za tie spoločné chvíle v prírode.

Klubový kalendár začíname akciami už v januári zimnou turistikou - Na Tri krále cez tri chotáre. Je to veľmi obľúbená, rokmi zaužívaná a aj medzi verejnosťou známa akcia. K februáru neodmysliteľne patrí každoročný výstup na Ďumbier. Snehové podmienky boli výborné, takže na svoje si prišli aj priaznivci skialpinizmu.

Len čo to počasie dovolilo, vytiahli sme bicykle a otvorili cyklosezónu Jozefovskou jazdou do Brusna. Po celý rok sme mali pestrý program, zaujímavé cyklotrasy a výjazdovky aj mimo náš región. Medzi nezabudnuteľné určite patrí návšteva Banskej Štiavnice, dvojdňový výlet Tokajskej oblasti... Veľmi atraktívna je júnová akcia venovaná deťom a rodičom – Bicyklom ku koníkom. Nenáročná cykloturistika, vedúca najdlhšou Kamenistou dolinou na Sihlu si už získala svojich priaznivcov, ktorí sa zúčastňujú každý rok. Deti to hravo zvládli a v cieľi ich čakal pestrý program ako jazda na koníkoch, streľba zo vzduchovky, praku, opekanie klobások

na ohníku. Zároveň sme vyhodnotili najpočetnejšiu rodinku, najstaršieho a najmladšieho účastníka. Okrem dňa stráveného v krásnej prírode sme si všetci odniesli z tejto akcie dobrý pocit.

Medzi členmi klubu je obľúbená aj dovolenka v Čechách, tentokrát sme zaujímavé miesta u našich susedov spoznávali na Třeboňsku.

Ako najpočetnejšia skupina cyklistov sme sa zúčastnili osláv 25. výročia založenia SCK Piešťany v Podolí.

Ukončenie sezóny sa nieslo v znamení volieb predsedu klubu a členov výboru. Tieto sa uskutočnili 9. 11. 2019 a za predsedu klubu sme si zvolili Ing. Petra Kirdaja. Je to jeho druhé funkčné obdobie. Náš klub má bohatú tradíciu aj v značení cyklotrás. Zásahu na tom má dlhoročný člen klubu a vedenia Jožko Giertli, pre ktorého sa značenie stalo poslaním. Jeho zásluhou je región Horehronie popretkávaný krásnymi cyklotrasami. Pred nami je ďalšia sezóna. Vo vedení klubu sú nové posily, s novými nápadmi. Čas ukáže, či zmena prinesie ovocie. Veríme, že sa všetci tešíme na naše nedeľné cyklopotulky, pretože osobný kontakt je v dnešnej uponáhľanej a elektronickej dobe nenahraditeľný.

Prajeme veľa šťastných kilometrov bez nehody.



ZHODNOTENIE SEZÓNY

ŽENSKÁ REPREZENTÁCIA

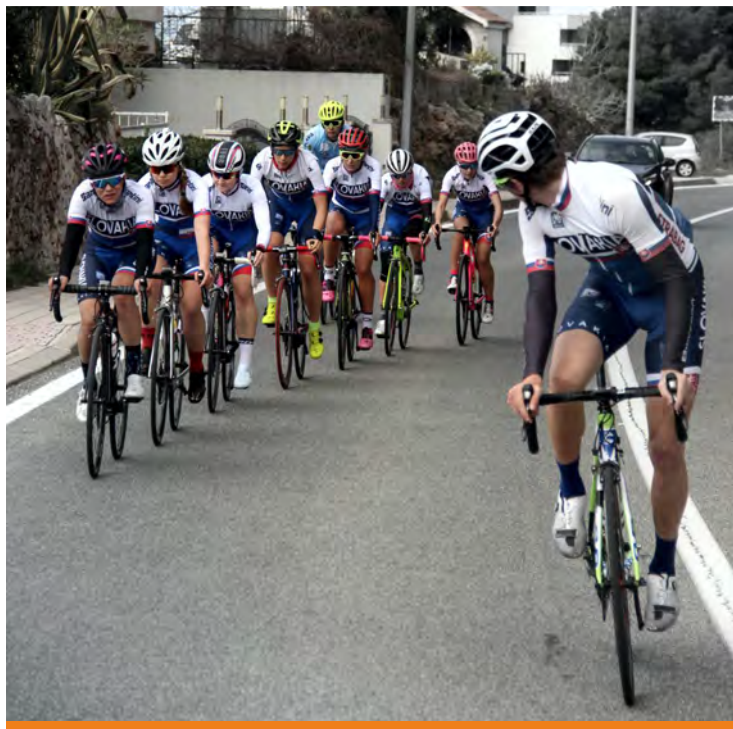
■ Jakub Vančo
■ športový riaditeľ ženskej reprezentácie

Ženský šport vo svete dostáva čoraz väčší priestor a ináč na tom nie je ani cyklistika. UCI tlačí na zrovnoprávnenie ženskej cyklistiky s mužskou a na tento trend reagoval aj Slovenský Zväz Cyklistiky. Ako športový riaditeľ ženskej reprezentácie sa pokúsim priblížiť vám takéto fungovanie a výsledky tohtoročnej sezóny reprezentácie.

Sezónu sme začínali s viac ako trojnásobným rozpočtom voči predchádzajúcej. Vďaka rozpočtu som mohol reprezentáciu zabezpečiť aj po materiálnej stránke a tak sme sa čiastočne dorovnali ostatným klubom a reprezentáciám.

Konečne sme mali základné veci od ryžovaru, cez servisný stojan, masérsky stôl, stojany na bicykle a mnoho servisného a spotrebného materiálu. Jediné čo nám stále veľmi chýba sú kolesá.

Vďaka humanitárnemu projektu UCI a iniciatíve Martina Rišku a Michala Rohoňa má RD ženy pridelený aj jeden rezervný bicykel. Ostatný materiál ako kávovar, wapu alebo náradie sme zabezpečovali z vlastných zdrojov, aby všetko mohlo fungovať profesionálne a v čo najväčšej pohode.



Do základnej reprezentácie som zaradil 10 žien, z toho až 3 prvým rokom v elitnej/U23 kategórii. Konceptia reprezentácie nebola založená na víťazstvách, ale skôr čiastkových úspechoch, zosúladiení a omladení tímu a s tým spojené zapracovanie mladých pretekárov do svetového ženského peletónu.

Pred sezónou sme absolvovali prípravné sústredenie v Chorvátskej Baške Vode, ktorého sa zúčastnilo 7 reprezentantiek. Už týždeň po sústredení sme štartovali na prvých pretekoch na Cypre, kde sme pôvodne chceli siahať na UCI body, ale tie nám ostali 5 resp. 6 miest vzdialené.

Následne som zvolil nad rámec plánu sezóny etapové preteky SPORT. LAND. NÖ v Rakúsku, nakoľko som považoval za nevyhnutné zosúladiť tím, naučiť ženy pracovať tímovo za účelom dosiahnutia spoločného cieľu.

To sa nám v konečnom dôsledku aj podarilo, čomu nasvedčovali aj výsledky. (2., 3. aj 4. miesto v etapách, 4. a 6. miesto v GC a 2. miesto v súťaži do 25 rokov).



ŽENSKÁ REPREZENTÁCIA

V máji sme absolvovali väčšie pretekové turné, počínajúc náročným etapákom Grácia Orlová, odkiaľ sme sa presunuli do Švédskej Uppsaly a dokonca druhá partia bola zároveň na jednorázovke V4 v maďarskej Pannonhalme s 15. miestom Bačíkovej. Následne sme s obmenami v zostave cestovali až na súostrovie Zhoushan v Číne. Práve v Číne sa preukázala sústavná, celomesačná práca s tímom a 3UCI body nám ušli doslova o galusku na prémii, kde skončila Findrová 4. a v celkovom poradí 11. so zhodným časom ako 10. miesto. Ale nebolo to iba o Findrovej. Celý tím začínal fungovať a pracovať v rámci možností podľa predstáv a zverenkyne si začali nachádzať svoje miesto v reprezentačnej zostave.



V júni som dal šancu nášmu kameňu úrazu, časovke. A napriek príprave sme neprekvapili. Dievčatá sa zoradili za sebou na konci výsledkovej listiny. Následne som s Bačíkovou absolvoval Európske hry, kam sme vďaka práci SZC dostali miestenku na IRR aj ITT, nakoľko sme ju vyjazdenú nemali.

Ďalší mesiac sa nám nepodarilo dostať na preteky Tour de Feminin a keďže júl je v ženskom pretekovom kalendári dosť prázdný, jediné preteky na ktoré som vybavil pozvánku boli v Španielsku. Tie však končili iba dva dni pred Majstrovstvami Európy a tak som zvolil na prípravu sústredenie, ktoré bolo zamerané prioritne na novú disciplínu TTT mixed relay, kde sme mali istotu, že budeme bodovať. Ešte týždeň pred ME sme absolvovali Post Tour de France kritérium v rakúskom Welse, ktoré bolo vysielané v Rakúskych televíziách a dievčatá sa pred kamerami prezentovali veľmi aktívne. Na ME sme cestovali až so 7 ženami. Opäť sme vďaka požiadavke o prerozdelenie nepridelených kvót mohli okrem Bačíkovej a Medvedovej postaviť na štart pretekov s hromadným štartom aj Findrovú.



Poslednými pretekmi pred Majstrovstvami Sveta boli etapové preteky Rás na mBan v Írsku. Na 6-etapových pretekoch sa predstavilo v reprezentačnom drese 5 Sloveniek, z toho až 3 do 23 rokov. Každý deň sme zbierali umiestnia na hranici prvej desiatky a veľmi pekne sa dievčatá prezentovali aj na kanáloch miestnej televízie, či Eurošportu. Opäť som sledoval prerod reprezentácie, ktorá kedysi chodila na preteky (až na pár jednotlivkyň) zúčastniť sa, prežiť a prizerať sa pretekaniu iných. Ako som už spomínal, dievčatá si našli svoje miesto a úlohu v reprezentácii a celkový prednes, ale aj výsledky vyzerajú ináč.





Myslím, že tento systém je nastavený sľubne. Po vzore mužskej U23 aj 2 najlepšie ženy tejto kategórie dostávajú mesačne financie na pokrytie výdavkov spojených s cyklistikou. Absolvoval som aj preteky s juniorkami a vidím, že do budúcnosti máme prísľub mladých, talentovaných pretekárov plných entuziazmu a hladných po pretekanií.

Dôležité bude, aby vôbec prišli do elitnej kategórie. Tu vidím problém na klubovej úrovni a bol by som rád, ak by tréneri sledovali, kam smeruje svetová a aj svetová ženská cyklistika a nebrali dievčatá v svojich kluboch iba ako nutný, druhoradý element. Aktuálne nám končia dievčatá vo veľkom v kadetskej a v juniorskej kategórii už prvým rokom a prevažne je to spôsobené nezaujmom. Tým, že sú odsúvané na druhú koľaj a iba prežívajú popri ostatných. Pri takomto nastavení si ženskú základňu nevybudujeme nikdy.



Ale aby som nekončil negatívne, prísľubom do budúcnosti je určite Jenčušová, ktorá má obrovský potenciál, ale veľké jazdecké rezervy, čo je v konečnom dôsledku priestor na napredovanie a čo je dôležité, je veľmi zanietená. Doslova hltá informácie. Ďalej veľmi technicky nadaná Paulechová, dievčatá zo Žiaru, možno Kurnická... ale to už som u kadetiek. Nevieť či nezačnem po vzore Macháľkovej a Jenčušovej chodiť na triatlon a kradnúť talenty z tohto športu.



Celý rok sme sa snažili s asistentom Čúzym a celým staffom (Jánsky, Mikuš, Bogdanová, Barták, Šereš) zabezpečiť ženám profesionálny prístup a podmienky. Tam, kde sme nemali stravu, sa o kvalitné a pestré stravovanie staral Čúzy. Na vrcholných podujatiach sme mali aj mechanika a počas celej sezóny som túto funkciu po večeroch zastupoval ja. Na všetkých podujatiach sme mali šikovného maséra alebo profesionálneho fyzioterapeuta, čo bolo tiež veľkým prínosom a reprezentantky sa postupne začínajú za tieto podmienky odmeňovať pretekaním.



SERVIS BICYKLA - RADY

Ako vybrať brzdové platničky?



Platničky patria k najviac opotrebovaným komponentom horského bicykla a majú aj výrazný vplyv na jeho ovládanie. Podme sa pozrieť ktoré vybrať a kedy ich vymeniť.

KEDY VLASTNE MENIŤ?

Pri nových platničkách sa hovorí o hrúbke 2,5 - 3 mm brzdacej zmesi platničky bez platformy, na ktorej je zmes prilepená. Málokto to však meria, jednoducho ak máte pocit, že po nejakom čase strávenom na svojom horskom bicykli strácate brzdný účinok, najskôr sa jedná o vydreté platničky a bude ich treba vymeniť. Niekedy je za znížením brzdného účinku kontaminácia kotúča a platničiek olejom alebo niečím mastným. Vtedy je nutné vybrať koleso, vymontovať platničky a kotúč aj platničky poriadne odmastiť, napríklad čističom brzd.



AKO VYBERAŤ?

Hlavným faktorom pri výbere je správny typ podľa značky a typu brzdy. Treba dávať pozor aj na ročník brzdy, lebo napríklad **staršie Shimano či SRAM platničky mali iný tvar ako tie nové**. Ďalším dôležitým aspektom je zmes účinnej plochy brzdovej platničky. Každá zmes má trochu iný brzdný účinok a výdrž. V základe sa delia na zmesi organické, sintrované a ich modifikácie s rôznymi prísadami.

Organické, polymér alebo resin sa vyrábajú z nekovových zmesí ako guma, sklo, karbón alebo kevlar. Ich výhodou sú lepšie vlastnosti pri brzdení - lepší nástup účinku brzdienia hlavne pri nezahriatom stave. Nespôsobujú toľko hluku a sú šetrnejšie ku kotúčom. Ich nevýhodou je kratšia životnosť a pri vyššom zahriatí strácajú brzdný účinok.

Sintrované alebo tiež nazývané ako metalické sú zmesou mede, ocele a železa. Používajú sa pri extrémnych podmienkach, kde sa vyžaduje silné a efektívne brzdenie pri vysokých teplotách. Dlhšie teda vydržia, ale na druhej strane môžu rýchlejšie zodrať kotúče.

No a následne tu máme rôzne kombinácie ponúkajúce výhody, ale aj nevýhody z každej zmesi. Lepšie znášajú vyššiu teplotu ako organické, majú lepší účinok pred zahriatím a nie sú také hlučné ako sintrované. Čo sa týka negatív, zloženie a ich výkon sa môžu líšiť v závislosti od rôznych značiek a sú o čosi hlučnejšie ako organické.



TAK KTORÉ TEDA?

Samozrejme záleží od vášho jazdeckého štýlu a terénu, v ktorom sa najčastejšie pohybujete. Organické môžeme odporučiť ľahším jazdcom a tým, čo nevyhľadávajú blato a extrémne podmienky. Odmenia sa im tichých chodom a príjemným nástupom brzdneho účinku. Naopak sintrované sa hodia pre ťažších jazdcov, tých, čo jazdia agresívne (trail, freeride) alebo majú radi aj vodu a blato. Ocenia tak ich výdrž a odolnosť a to, že ich nebudú musieť tak často meniť.

SAMOTNÁ VÝMENA:

Samotná inštalácia nie je zložitý proces, no treba dávať pozor na pár vecí. V tom ideálne pomôže video na tomto odkaze, kde všetko pekne uvidíte: https://www.youtube.com/watch?v=GVu_a30_WCY&t=1s

Výber vhodných platničiek vie pomerne výrazne ovplyvniť charakter brzdovania požadovaným smerom. Ak teda nie ste spokojný ako fungujú vaše brzdy, je dobré ich skontrolovať, či nenastal čas na výmenu a prípadne skúsiť iný tip. Navyše sa nejedná o veľkú investíciu, takže môžete skúsiť rôzne druhy a samy uvidíte, čo vám sedí najlepšie.





11 KORÚN

Rado Tilandy
extrémny cyklista



Kontrola „C“ alebo ako som prešiel všetky vrchárske koruny na Slovensku a Morave.

Milujem hory, prírodu, dobrých ľudí, veselosť, čistý vzduch a ak sa dá som rád, keď viem kde som.

Spolu s partákmi Paľom a Miškom už 4. rok spoluorganizujem úspešný cykloturistický projekt Vrchárska koruna Trenčianska, kde autorom myšlienky je náš milý priateľ z Moravy, pán učiteľ Adam Hloch a jeho partáci manželka Horskí. Láskavo nám, ako aj ostatným prepožičali svoje know how - 20 vrcholov, ktoré treba zdolať na bicykli, odfoťiť sa, poslať organizátorom a si vrchár. Jednoduché a pritom geniálne.

Koruny začínajú spravidla v apríli, rovnako ako naša. Rozhodol som sa zdolať ich čo najviac, najmä klasiku **VKV(Valašsko)**, kde bonusom navyše je tradičná valašská pohostinnosť. Hneď vedľa je Zlínsko, kde je husto vystavaná, často i osvetlená sieť perfektne udržiavaných cyklochodníkov, navyše neďaleko Zlína býva môj dlhoročný priateľ Peťo Línek, ktorý zdolávanie vrcholov Zlínska berie ako tréning s tým, že pokiaľ sa ja „vytrepem“ na vrchol raz, on si ho dáva 2-3 krát... Väčšinu zdoláva so mnou aj Ivan Záhumenský, 68 ročný megavitálny biker z Trenčína. Značenie „C“ je tu poredšie, ale orientáciu veľmi neriešim, keďže Peťo je miestny a pozná to tu.

Popri našej Trenčianskej korune, ktorú si dávam každý rok 4 krát, je na blízku tá **Žilinská** s výborným a spoľahlivým značením. Top zážitok bolo stretnutie s medveďom asi 800 m od Chaty pod Suchým. Krásne zvieraťko, na šťastie, keď ma zbadalo, zľaklo sa a ušlo. Na chate mi oznámili, že to je ich Ďuďu, takže má aj meno, paráda :).



Pracovné povinnosti ma presunuli **na východ**, takže prečo nespojiť príjemné s užitočným. Okrem toho môj najväčší cyklokámoš je z Košíc, takže minimálne na 3 vrcholy mám s kým ísť. Organizátor mi posielal množstvo užitočných rád ako a kam ísť, žiaľ značenie skoro žiadne, možno s výnimkou okolia Košíc. „C“-čka nájdeme v meste, kde ich nikto nepotrebuje, ale v lesoch veľká bieda. Ešte že sú turistické smerovníky, ktorých mimochodom **máme najviac na svete, vedeli ste o tom?**

Blúdenie po Šariši vyvážila absolútna pohostinnosť miestnych ľudí, všade mi ponúkli vodu, ovocie, koláče a samozrejme borovičku, prespanie tiež bez akýchkoľvek problémov, čím chudobnejší kraj, tým väčšia náruč.

Okrem 4 kopčekov, kde som mal spoločnosť, som ostatné zdolával úplne sám. Neskutočná katarzia... samota, nedotknutá príroda, orientácia len s gps a „dole“ miestny ľud.

Neďaleko Prešova som si stopol MB-čku plnú Rómov, ktorí mi veľmi ochotne ukázali cestu, zase o 1 predsudok menej. Koruna bola ukončená šibnutým okruhom na Smrekovicu a keďže som si vyvrtol nohu, zo Smrekovice som šiel dlhšie ako na ňu, nejazditeľné, netlačiteľné... a značenie otravné, ešte, že mi miestni ukázali cestu. Zlatý Trenčiansky región.



Liptovská VK, kde organizátormi sú manželia Smidovci, sú mi veľmi srdcu blízki. Značenie žiaľ nájdeme všade, len nie v horách a ak aj je, miestni vandali sa o to postarajú aby nebolo. Je mi ľúto organizátorov, ako aj tých, čo jazdia len podľa GPS. Liptov je v tomto extrémne náročný a adrenalinový, medveď za každým rohom, teda aspoň to všetci hovoria, hoci ja som žiadneho nestretol. VK Liptovská nepotrebuje zimnú verziu ako my, koncom mája tu sneh nie je žiadny problém. Vyše polovicu vrcholov zdolávame s Ivanom, ostatné dávam sám, resp. s novými priateľmi.

Z Liptova sa vraciam späť na východ, aby som absolvoval môjmu srdcu najbližší pretek - **333 Spiš extreme**. Pri mojich 120 kilách to beriem skôr ako výlet. Spiš milujem, je tu všetko krásne – hory, lesy, sedlá, nárečie, ženy... Skvelý pán primátor, ktorý je zároveň organizátor, a keďže som dokázal zablúdiť, aj môj osobný navigátor po telefóne. Prešiel som celý Slovenský raj, pokecal s turistami, či pohostinným počerným bačom a jeho pomocníkom. Južný Spiš je pre zmenu značený chvályhodne, skvelá práca SCK a miestnych nadšencov.

Je začiatok augusta a odchádzam do Lučivnej s deťmi, zisťujem že majú skvelý program v kolektíve. Zrazu prekvapujúca informácia o **Vrchárskej korune Gemerskej**. Fíha... neznáme a lákavé, ale moje predstavy sú plné predsudkov... Rómovia, prepadnú ma, budem blúdiť... No nič také sa nedialo, veľmi milé prekvapenie.



Hoci cesta pre autá katastrofa, vzhľad miest a dedín smutný, pripomína socialistický realizmus. Ale cyklochodníky udržiavané, luxusné asfaltky, fantastické značenie na úrovni hrebeňa Považského Inovca, kde to je istené z 2 strán - SCK aj Kellys Bike parku. Do pozornosti dávam Hrad Muráň, koníky na krásnych širokých lúkach, všetko krásne prepojené. Organizátori majú profi aplikáciu, ktorá ponúka cesty, takže žiadne blúdenie sa nedeje. Niečo odjazdím aj v noci... Slavošovský tunel v úplnej tme či výšlap na Magnihrad o polnoci. Gemerská koruna ide až do Maďarska, vďaka GPS a po kratšom blúdení som to završil na Somoške, paráda...



Na oficiálnom webe zisťujem, že v ponuke sú ešte dve Koruny – **Horehronská a VK Malých Karpát a Záhoria**. K tej druhej naplánujeme s Ivanom cestu do Piešťan a potom absolvovať Korunu nonstop tak za 30-40 hodín. Jedná sa o najbohatší región, kde je ale až na výnimky veľmi zlé orientovanie. Na mnohé rozhradne nevedla žiadna cesta, prípadne k vrcholom odkazovala len tabuľa v dedine či nápis na dome. Takže...niet čo chváliť. Nakoniec sme to nedali naraz, ale na dvakrát, tú druhú polovičku išiel každý po svojom. Na záver nie veľmi príjemný zážitok v Bratislave, keď na konci parku, ktorým som prechádzal, vybehol diviak...v hlavnom meste. Ale inak **VK Záhoria** je úspešne za nami.

Zostala posledná **Horehronská**, ktorú z dostupných informácií ešte nikto nedokončil, čo ma naštartovalo ešte viac. Príjemne prekvapilo fajn značenie, zaujímavé miesta, veľmi pekné okolie Donovan. Prvých 10 vrcholov absolvujem sám, druhých 10 s Ivanom s prespaním u obchodného priateľa. Takže aby som to zhrnul...Horehronskú korunu mám zdolanú a tým aj komplet celé Slovensko, čo je 9 vrchárskych korún (spolu s už spomínanými Zlínskou a Valašskou) :)



Asolomova chata



Tri Studýnky



Koválovské lúky





Vďaka práci som sa ocitol neďaleko **Vyškova** a to rovno na 3 dni a 3 noci. Takže beriem bike na strechu a čas po školení využívam na jazdenie až do noci. Vychutnávam krásnu Dražanskú vrchovinu s Macochou a pod., aj keď takmer úplne bez značenia. Ale dôležitá je záverečná bilancia... k 7 slovenským a 2 moravským korunám pribúda ešte jedna moravská a mám ich 10 :)]

Keď som už na Morave, presúvam sa na sever. Podrobne preštudujem mapy a kolega z VKT mi ochotne nastavuje GPS, aby som mohol skúsiť **VK3(Třinecko)**. A toto je na záver absolútny adrenalín s výjazdami až do snehu, jazdenie po skalách, tlačenie v prietrži... Na koniec si nechávam 5 kopcov v Poľsku, kde ma milí Poliaci na chatách povzbudzujú a aj neveriacky krútia hlavou. Pokúšajú sa predať všetko, počnúc vyprázaným oštiepkom až po porcelánového jeleňa :-D

Ako „čerešničku na torte“ som si nechal našu **Vrchársku korunu Trenčiansku**. Nemáme Tatry ani poľských obchodníkov, máme však najlepšie systém značenia vďaka SCK. Nie je problém dostať sa k dobrému jedlu a lahodným nápojom, taktiež ubytovať sa s bicyklom. Preto ako bajker, lokálpatriot a spoluorganizátor VKT sa veľmi teším, že máme cyklochodníky, po ktorých môžem veselo a bezpečne jazdiť aj s celou rodinou, či už po našom kraji alebo smerom na milovanú Moravu.



5. ROČNÍK



Slavomír Strečanský
organizátor

GARMIN Beh Súľovskými skalami

Po roku Súľov opäť privítal milovníkov horského behu na štarte **5. ročníka GARMIN Behu Súľovskými skalami**. V dňoch 11. – 12. 10. 2019 vyčistené horské chodníky v nádherne jesenne sfarbených Súľovských vrchoch vyskúšali odolnosť 974 bežkýň a bežcov z 8 krajín z celkovo prihlásených 1043 účastníkov a v okolí námestia v Súľove sa ponaháňalo aj 175 detí. Súľov skrátka znova ožil športom.

Pestrofarebnú jesennú prírodu Súľovských skál ešte zvýraznilo nádherné „objednané“ babie leto s ideálnou teplotou do 17 stupňov. **5. ročník GARMIN Behu Súľovskými skalami** už ani lepšie podmienky mať nemohol. Veľmi nás teší, že odpadky po pretekároch sme na trase opäť nenašli! Ďakujeme Vám za to a aj že ste do Súľova na naše podujatie prišli.

Dva týždne prípravy trás, vyše 100 usporiadateľov v akcii počas celého podujatia... Snáď sa Vám, zúčastneným, páčilo a zo Súľova ste si odniesli pekné zážitky a spomienky. Ak máte akékoľvek podnety a pripomienky k organizácii či trasám, sem s nimi. My vieme, na čom máme zapracovať, ale radi si necháme aj poradiť. Na webe v sekciách **fotogalérie** a **reportáže** a na našom facebooku - <https://www.facebook.com/behsulovskymiskalami/> budeme zverejňovať fotografie a príspevky z podujatia.

V akcii bol početný tím fotografov a kameramani okolo Michala Tvrdeho z MTV Studio, Janko Melicher – jmphoto.sk a Petra Kováčová – Sulovskevrchy.sk Za fotky ďakujem aj Jankovi Vanákovi z Maratón klubu Rajec a Adamovi Maslíkovi zo Súľova. Týmto ľuďom a ešte skvelejšej partii z KST Manín z Považskej Teplej ďakujem osobitne a ospravedlňujem sa, keďže pri ďakovaní na pódiu „z hlavy“ bez tradičného zoznamu, sa im tohto ocenenia nedostalo. Mrzí ma to, môj interný HDD už akosi nestíhal...



A teraz krátko k pretekom. Teší nás, že lekári a záchranári mali minimum práce. Keďže trojnásobný víťaz najdlhšej trasy **17 km Andrej Paulen zo Žiliny** sa opäť postavil na štart, tak sa čakalo, či nájde premožiteľa. Nenašiel... Kráľovnou tejto trasy sa stala **Ester Hortobágyová** z tímu ETOS.

Na trase **10,5 km** celkovo zvíťazil **Tomáš Maceček** z tímu Buff/Salomon a v celkovom poradí žien víťazstvo obhájila **Michaela Kucháriková** z tímu ŠK Kriváň Liptovská Ondrašová. Celkovým víťazom najkratšej trasy **6,7 km** sa stal **Michal Kováč** z tímu Run For Fun a najrýchlejšou ženou na tejto trase bola **Mária Danečková** z tímu Rešartnisa.sk. Úžasné bolo sledovať nadšenie a zápal aj tých najmenších detí, ktoré štartovali pomedzi štarty veľkého behu. Víťazom a samozrejme aj všetkým zúčastneným gratulujeme k hodnotnému športovému výkonu.

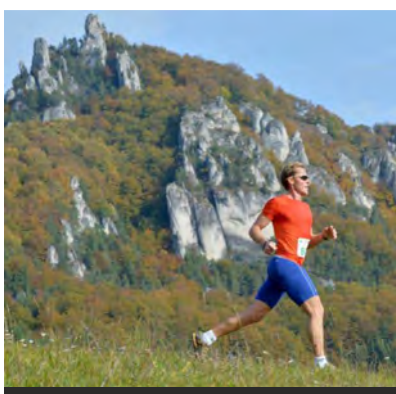
Na záver by som sa rád poďakoval skvelému tímu usporiadateľov, bez ktorých by sa toto podujatie nepodarilo zrealizovať, prístupu občanov Súľova, Správe CHKO Strážovské vrchy, ktorá pretekárov pustila na nádherné chodníky v Národnej prírodnej rezervácii Súľovské skaly, vlastníkom a správcom pozemkov za ich ústretovosť a aj starostovi Súľova Jaroslavovi Bušfymu, ktorý sa angažuje aj v dlhodobých prípravách akcie a je v plnom nasadení počas oboch dní pretekov.

A nemožno zabudnúť ani na našich partnerov, ktorí podporili podujatie a venovali vám hodnotné ceny a darčeky.

Tešíme sa na stretnutie s Vami na 6. ročníku GARMIN Behu Súľovskými skalami – 10.10.2020, ktorého súčasťou bude opäť aj Detský beh.

KOMPLETNÉ VÝSLEDKY

Kompletné výsledky veľkého aj Detského behu.
Za ich spracovanie ďakujeme profíkom z časomierey VOS-TPK



5.ročník GARMIN Behu Súľovskými skalami podporili:

Generálny reklamný partner: GARMIN – CONAN s.r.o. Žilina – zástupca značky GARMIN

Mediálni partneri: Rádio Expres, Karpatský pohár v horskom behu

Hlavní reklamní partneri: WIN s.r.o. – doplnky výživy NUTREND, značka ELEVEN – športové oblečenie a doplnky, POWER GRID Považská Bystrica, NIKA s.r.o. Považská Bystrica – mliečne výrobky, Žilinský Turistický kraj, VASPO STONE, s.r.o. Trenčianska Turná – výrobca obkladového kameňa

Reklamní partneri: BAUMIT Slovensko, BENET SK Rašov – autodoplnky a disky, PEPSI COLA, pivovar STAROPRAMEN, SOARE SEKT SLOVAKIA Trebatice, INOV-8 – krosové a cestné bežecké obuv, STG ELCON Žilina – doplnky oblečenia BUFF, RUDY PROJECT, LEADER GASKET Technologies s.r.o. Bytča, NYNA, s.r.o. Lehota pod Vtáčnikom, UVEX, EVENT Service Žilina, EURONICS – ASTEL Bytča, WALTRANS s.r.o. Žilina, Žilinský samosprávny kraj, ALU-METAL, s.r.o. Krásno nad Kysucou, Slovenský cykloklub a GAZDOVSKÁ Reštaurácia Bytča

Organizátori: SCK CYKLO TOUR Súľov – Hradná, reklamná agentúra ARAVIS s.r.o., Obecny úrad Súľov – Hradná

Spoluorganizátori: HK Direct Bytča, KST MANÍN Považská Teplá, PRIEČKO – práce z lana, Základná škola Súľov, Horská služba KYSUCE, Gastro servis Považská Bystrica a Hasiči Hradná



TIPY A RADY



Čo by nemalo chýbať vo výbave na výjazd

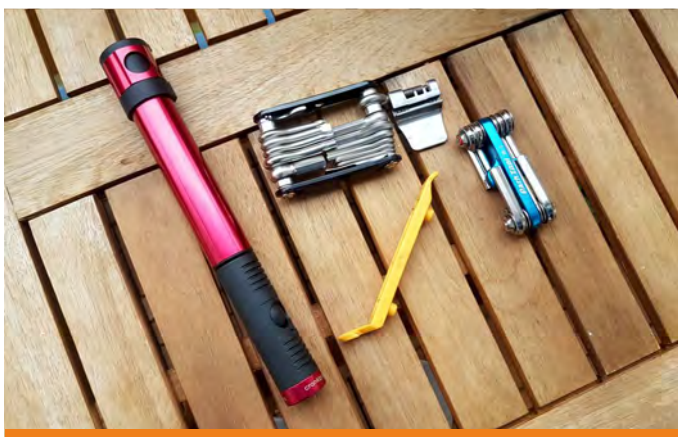
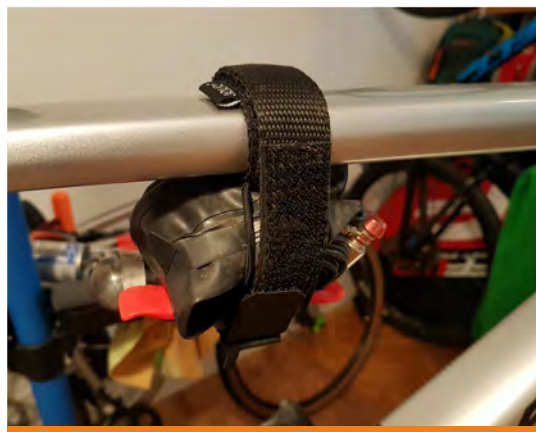
Bicykle sú skutočne skvelý vynález, no niekedy aj tie vedia zradiť a nechať nás v štychu. Väčšinou sú to drobnosti, ale ak nie sme pripravení, tak máme smolu a musíme si zavolať pomoc alebo v tom horšom prípade ísť peši. Vhodnou výbavou ale vieme väčšinu bežných problémov vyriešiť a pritom táto výbava ani nezaberie veľa miesta. Poďme sa teda pozrieť, čo by malo byť s vami pri každom výjazde.

DEFEKT

Tým najčastejším problémom je samozrejme defekt. Vedia ich síce veľmi dobre eliminovať bezdušové systémy ale aj tam sa môže pritrafiť. So sebou by teda nikdy nemala chýbať náhradná duša a ak nevíete kam s ňou, dá sa pripevniť veľmi ľahko k rámu napr. pomocou elektrikárskej pásky alebo špecializovaných uchytení. Takto ju nikdy nezabudnete a nezaberie žiadne miesto vo vreckách alebo batohu.

Ďalej je dôležité nezabudnúť na dobrú pumpu pričom dnešné modely sa veľmi jednoducho zmestia do zadného vrecka dresu, prípadne sa dajú uchytiť na rám. Môžete zvoliť aj rýchlejší CO2 systém, len myslíte na to, že ak sa niečo nevyjde, potrebujete mať ešte náhradné „náboje“, teda bombičky – na dlhé výlety kedy sa nikam neponáhľate je preto stále ideálna klasická pumpa.

Pri výbere pumpy sa zamerajte na to, či máte cestný alebo horský bicykel – pri cestnom sa zamerajte na to aby zvládla vyšší tlak, pri horskom aby poskytovala väčší objem vzduchu. Vec ktorú určite odporúčame je aspoň jedna montážna páka aby sa vám nestalo, že nebudete vedieť zhodiť alebo späťne nahodiť plášť, čo sa pri niektorých kombináciách plášťa a ráfiku môžete stať. Na a poistkou je v tomto prípade lepenie, ktoré pomôže ak dostanete náhodou ďalší defekt alebo sa niečo pokazí – také samolepiace záplaty nezaberú v podstate žiadne miesto a vedia skutočne zachrániť situáciu.



NÁRADIE

Dôležitou súčasťou je aj základné náradie, pretože moderné bicykle majú kotúčové brzdy, pevné osky atď. Nechcete si predsa pokaziť výjazd preto, že vám bude neustále zaliezať sedlovka alebo poriadne šúchať brzdový kotúč. Prípadne aj na vyššie spomínanú opravu defektu môžete potrebovať imbusový kľúč pre povolenie pevných osiek. Náradie nemusí byť nijak extra veľké, na 99 % opráv stačia aj skutočne miniatúrne kúsky.



Len si dajte pozor na to, že čím je kľúč menší, tým je s ním ťažšia manipulácia, dostane sa horšie na menej dostupné miesta a rovnako máte aj menšiu páku. Treba si nájsť určitý rozumný kompromis. Ak vás lákajú výjazdy skutočne mimo civilizáciu, je ideálne, ak obsahuje aj nitovač reťaze. Vtedy odporúčame ešte pribaliť aj náhradnú rýchlospojku (ale takú, čo je kompatibilná s vašou reťazou), vďaka čomu vám stačí len odnitovať poškodený kus a vyhnete sa náročnejšiemu spájaniu. Rovnako je celý proces výrazne rýchlejší. Videjko podobne ako na roztrhnutú reťaz si môžete pozrieť napríklad tu:

<https://www.youtube.com/watch?v=Uw3BKk3Xikw&t=19s>

Oplatí sa dodať, že roztrhnutá reťaz je vždy chybou jazdca pri radení v ťahu, takže s citom a ušetríte si prípadné starosti ;)



Ďalšie veci, ktoré sa oplatia mať so sebou už záležia skôr od preferencií samotného jazdca. Napríklad šikovným pomocníkom vedia byť tenúčké jednorázové rukavice, keďže práca s reťazou, ale aj oprava defektu vie ruky poriadne zašpiniť. Hodit sa môže na dlhé výlety aj trochu maziva v nejakom skutočne mini balení, čo zase pomôže s nepríjemnými zvukmi suchej reťaze. No a potom tu máme napr. malú lekárničku, keby niečo, pretože človek nikdy nevie.

Dôležité je nájsť si ten správny kompromis medzi tým čo človek potrebuje a tiež nízkou hmotnosťou. Mať totiž zbytočne veľa vecí vie postupne otráviť a človek nakoniec neberie radšej nič, čo sú vlastne dve úplne protikladné situácie a ani jedna nie je ideálna. Náradie na opravu defektu a multikľúč by mali patriť ale v každom prípade medzi „povinnú výbavu“.



SLOVENSKÝ CYKLOKLUB

STAŇTE SA SÚČASŤOU SCK



Mnoho z nás si užíva cyklistiku po svojom. Neangažuje sa v žiadnych organizáciách a preferuje „slobodný“ štýl radosti z dvoch kolies. Avšak negatívne predsudky sú zbytočné. Slovenský cykloklub o.z. spája cyklistov po celom Slovensku s cieľom zjednotiť komunitu a vytvoriť podmienky pre jej rozvoj.

■ **Patrik Slabej**
■ **autor**

Ak by sme si mali [Slovenský cykloklub](#) predstaviť v skratke, stačil by na to azda popis z vlastného portálu: „Z organizácie nadšencov sa naša organizácia vypracovala na profesionálnu organizáciu, ktorá sa zaoberá vytváraním siete cykloturistických trás na Slovensku. Pôsobí ako národný koordinátor celoslovenskej siete, pričom vedie celoslovenský register legálne povolených cykloturistických trás, vykonáva odborné poradenstvo pri plánovaní, rekognoskácii, legalizácii a značení cykloturistických trás, ktoré spĺňajú všetky parametre v zmysle platných slovenských zákonov a noriem.“ Svoju funkciu tak plní už od roku 1994.



Z tejto obsiahlej definície vyplýva, že členstvo v ňom nie je len o priradení sa do sociálnej skupiny cyklistov, ale taktiež aj o snahe zlepšiť súčasný stav množstva a kvality cyklochodníkov na Slovensku. Sami to poznáme. Stále krútime hlavou nad nedostatkom alebo poddimenzovaním infraštruktúry pre cyklistov, predovšetkým pri porovnaní so západnými krajinami, akým je aj Dánsko či Holandsko.

Nastal teda chvíľa aktivizácie a okrem dobrého pocitu z priradenia sa k pozitívnemu smerovaniu cyklistiky na Slovensku, môžete rovnako spoznať desiatky cyklistov, ktorí už sú, alebo sa chystajú stať sa členmi tejto organizácie.

V jednoduchosti, ide o klasické vyplnenie formulára, ktorý sa nachádza na [tomto odkaze](#). Následne je po odoslaní potrebné uhradiť ročné členské v hodnote:

- 10€ dospelý
- 8€ dieťa, študent (do 26 rokov), dôchodca
- 7€ rodina (za osobu)

Zároveň si môžete zvoliť váš najbližší alebo najobľúbenejší klub, do ktorého sa chcete zaradiť. V súčasnosti je na Slovensku prítomných 14 takýchto spoločenstiev, ktorých zoznam nájdete na stránke [cykloportal.sk](#)

Váš poplatok nie je však len o podpore značenia a funkcii Slovenského cykloklubu ako takého. Okrem toho získate navyše aj zľavy v niektorých cyklistických obchodoch, napr. na [MTBiker-i](#), v [Parksnow Donovaly](#) alebo aj na niekoľkých akciách, akými sú Bratislavský Mtb maratón a Bikefest maratón či dokonca vo viacerých ubytovacích zariadeniach.

Nuž, na začiatok toho nie je málo a k tomu sa za týmto názvom skrýva aj hodnotná myšlienka rozširovania a udržiavania cyklotrás a cyklistickej infraštruktúry. Ak chceme mať Slovensko otvorené cyklistom, toto je jedna z možností.

Viac informácií získate na webovej stránke [Slovenského cykloklubu](#) alebo na našej facebook-ovej stránke, [SCK-Slovenský cykloklub](#).



Staň sa členom SLOVENSKÉHO CYKLOKLUBU

VYUŽÍVAJ ZĽAVY

Využi náborový bonus cez časopis BIKER a získaj zľavu na predplatní.



PODPOR ZNAČENIE CYKLOTRÁS

Svojím členstvom priamo finančne podporíš značenie cykloturistických trás na Slovensku.



ČLENSKÝ PREUKAZ

S ním ťu čakajú ďalšie skvelé zľavy u našich partnerov.



PODUJATIA A EVENTY

Zúčastni sa s nami podujatí, ktoré sami organizujeme alebo pomáhame organizovať.



CHCEŠ VEDIEŤ VIAC?
INFORMUJ SA U NÁS V KANCELÁRII ALEBO VYUŽI
NIEKTORÝ Z NAŠICH KONTAKTOV:

OFFICE@CYKLOKLUB.SK
+421 910 645 443

[www.cykloklub.sk](#)
[www.cykloportal.sk](#)



SLOVENSKÝ CYKLOKLUB

Poštový priečinok B-2, 921 01 Piešťany

Kontakt: 0910 645 443

E-mail: office@cykloklub.sk

PRIHLÁŠKA

Meno:

Priezvisko:

Dátum narodenia:

Adresa

Ulica:

Mesto:

PSČ:

Kontakt

E-mail:

Mobil:

Členstvo

Dospelý: ☐

Rodinné: ☐

Dieťa/študent/dôchodca: ☐

Klub:

Členský poplatok: dospelý: 10 €

dieťa/študent (do 26 rokov)/dôchodca: 8 €

rodinná známka (manželia, manželia + deti): 7 €/osoba

vystavenie nového preukazu: 1,5 €

☐ Súhlasím so spracovaním osobných údajov v rozsahu: meno, priezvisko, adresa, dátum narodenia, telefón, e-mailová adresa, fotografia, prípadne ďalšie údaje potrebné k uplatňovaniu členských výhod.

Dátum a miesto:

Podpis:

Vyplnenú a podpísanú prihlášku pošlite spolu s fotografiou na hore uvedenú adresu alebo e-mailom.

STRETNUTIE CYKLOTURISTOV

18. - 21. júna 2020

Mikroregión Rimava

Hlavný usporiadateľ: ■ SCK Piešťany
■ SCK Rimava



Informácie: ■ Lenka Kratochvílová (SCK Piešťany) - 0910 645 443, office@cykloklub.sk
■ Michal Hlatký (SCK Piešťany) - 0903 996 977, predseda@cykloklub.sk
■ Štefan Makši (SCK Rimava) - maksi@pobox.sk

ÚČASTNÍCI SI VYBAVUJÚ UBYTOVANIE A STRAVOVANIE INDIVIDUÁLNE. PONÚKAME NIEKOĽKO TIPOV:

Tipy na ubytovanie: ■ Salaš pod Maginhradom - www.salaspodmaginhradom.sk
- rozpis izieb, rozloženie lôžok a cenník na www stránke
- možné stravovanie v reštaurácii - výber z jedálneho lístka
- tel. č.: +421 903 346 733

■ Penzión EUROMOTEL - www.euromotel.sk
- kapacita 112 lôžok - motelová časť / turistická časť
- možné stravovanie v reštaurácii - raňajky / polpenzia / plná penzia
- tel. č.: +421 905 745 308

HLAVNÝ STAN STRETNUTÍ A VÝJAZDOV BUDE SALAŠ POD MAGINHRADOM.

Vzdialenosť medzi penzióňmi je cca. 7 km. Parkovanie a úschova bicyklov je zabezpečená.
Cykloservis a obchod sa nachádza v meste Rimavská Sobota blízko centra (Hviezdoslavova ulica).

PREDBEŽNÝ PROGRAM NÁRODNÉHO ZRAZU CYKLOTURISTOV

■ 18.6.2020 (štvrtok)

od 15:00 Príchod a ubytovanie účastníkov
19:00 - 24:00 večera - voľný program

■ 19.6.2020 (piatok)

7:30 - 8:30 raňajky
9:00 Spoločný odchod na trasu podľa výberu / vlastný program
17:00 - 19:00 Príchod na ubytovanie
19:00 - 24:00 večera - voľný program

■ 20.6.2020 (sobota)

7:30 - 8:30 raňajky
9:00 Spoločný odchod na trasu podľa výberu / vlastný program
17:00 - 19:00 Príchod na ubytovanie
19:00 - 24:00 večera - voľný program

■ 21.6.2020 (nedeľa)

8:00 - 9:00 raňajky
do 10:00 Uvoľnenie ubytovacích priestorov
10:00 - 14:00 Spoločný odchod na trasu podľa výberu / vlastný program

GARMIN®

JAZDITE odvážnejšie, múdrejšie, PRIPOJENÍ

GARMIN CYKLO

beat yesterday.

Všetko, čo potrebujete na to, aby ste dnes jazdili lepšie ako deň predtým. Navigácia, inteligentné svetlá na bicykli a 360° kamera s hlasovým ovládaním.

Všetko sa synchronizuje hladko cez Edge® 1030.

cyklo.garmin.sk

Výhradný importér zariadení GARMIN pre Slovensko: CONAN, s.r.o.

