

VOLALY LOUNY



V následujících chladných měsících, kdy není zrovna ideální čas na toulky přírodou, navštívíme několik měst, která doposud unikla naší pozornosti a která zároveň uzavírají jakýsi pomyslný kruh, v němž se na našich výletech vůkol Prahy pohybujeme.

Dnes zvládneme ještě relativně delší výlet, jehož cílem jsou Louny. Vypravíme se do nich z Peruce, kam je nejlépe se dostat vlakem ze Slaného. Proto v Praze na Florenci, v Dejvicích nebo na Zličíně nasedneme do autobusu a ve Slaném, kde jsme z Dejvic za 25 minut, vystoupíme na autobusovém nádraží. Tam využijeme toho, že vlakový přípoj, kterým budeme pokračovat dále, odjíždí až za nějakou dobu, a také toho, že na vlakové nádraží musíme někudy dojít. Cestou se tudíž podíváme po městě. Stačí nám na to slabá půlhodinka. Vznik Slaného souvisí s objevem slaného pramene, u něhož prý již v 8. století měla být malá osada.



foto: Čornej

Peruc, Oldřichův dub

Jisto je, na přelomu 13. a 14. století tu Václav II. založil u úpatí kopce město. Vrcholek kopce je sice pouhých 330 m n. m., přesto se jmenuje Slánská hora. Jedná se o třetíhořní sopečnou vyvřelinu, která byla naposledy činná v roce 1726. Na kopci bylo archeologickým průzkumem zjištěno několik stádií osídlení počínaje pozdní dobou kamennou a dobou staroslovanskou konče. Již před rokem 1137 stál pod kopcem románský kostel sv. Gotharda, jenž byl po roce 1450 přebudován. Vzhledem ke své nevhodné poloze na kraji města byl opevněn. Ke kostelu se vydáme hned z autobusového nádraží, jenom musíme překonat Šulťovsu silnici u kruhového objezdu. Kostel obejdem a ve Vinařického ulici vlevo za ním u Štěchovy ulice spatříme zajímavý renesanční Modletický dům z roku 1587. Vinařického ulicí se pak posuneme na Masarykovo náměstí, kde je na pravém rohu v bývalé piaristické koleji z roku 1658 Vlastivědné muzeum. Když se po náměstí porozhlédneme, zaregistrujeme na jeho levé straně budovu z poloviny 18. století s radniční věží a na náprotivné straně do ulice vsazenou 38 m vysokou Velvarkou bránu, pozůstatek opevnění z druhé poloviny 14. století. Podél levé strany náměstí potom vklouzneme do Husovy ulice a z ní posléze vlevo do ulice Dr. E. Beneše. Jejím přímým prodloužením, kterým je ulice Wilsonova, prolétneme k železniční stanici (1,5 km). Zde nasedneme do vlaku ve směru na Louny a teprve potom dorazíme do výchozího bodu dnešního výletu v Peruci.

Od tamní železniční zastávky se budeme přidržovat modré turistické značky. Takto dojdeme do středu obce na svažité náměstí Emila Filly, kde je barokní kostel sv. Petra a Pavla z roku 1725 a zámek (1 km). Ten stojí v místech gotického hrádka, který byl přestavěn v 16. století na renesanční zámek. Jeho nynější rokoková podoba je z let 1760 - 1770 (1 km). V areálu zámku je pamětní síň malíře Emila Filly a Muzeum české vesnice. Pod zámek najdeme Boženinu studánku, a když sestoupíme silnicí ještě níže, ocitneme se u více jak 1000 let starého Oldřichova dubu (0,4 km). Studánka a dub se váží k pověsti o setkání knížete Oldřicha a selské pradleny Boženy. Pověst praví, že



foto: Čornej

Slaný, Modletický dům

Oldřich během lovu uzel tu, při dubu rostoucím na břehu ze studánky vytékajícího potoka, sličnou děvku peroucí prádlo, ke které zahořel vášní, a nechal ji odvézt do svého sídla. Skutečnost je ale taková, že Oldřich i Božena, když se někdy kolem roku 1003 setkali, byli každý ve svazku manželském, Oldřich nechal Boženu unést, načež spolu zplodili nemanželské dítě Bořivoje, jediného Oldřichova syna. Božena se stala kněžnou teprve po smrti Oldřichovy první manželky. Od dubu se vrátíme zpátky přes náměstí do Peruce k rozcestníku modré značky s červenou (0,8 km). Odtud, prakticky až do Loun, krom krátké výjimky, budeme sledovat červenou značku.

Z Peruce šlapeme členitějším terémem lesem do Děbeře (1,5 km). Z Děbeře potom svižně rázujeme víceméně rovinou přes pole, role a háj ke Slavětínu. Jakmile opustíme lesní porost nad obcí, otevře se před námi celé nádherné panorama Českého středohoří s jeho homolovitými vrchy. Vlevo od obce pak je vidět osmihraná osamocená kaple Navštívení Panny Marie z roku 1662. Do Slavětína, jenž je písemně doložen roku 1268, seběhneme ke gotickému kostelu sv. Jakuba Většího (3,5 km). Kostel vybudovaný kolem roku 1300 na základech románského předchůdce z poloviny 13. století má velice hodnotné interiéry. Unikátní jsou zvláště nástěnné malby mariánského charakteru z druhé poloviny 14. století. Na kostelním hřbitově je pochován místní rodák, český básník Konstantin Beibl. V obci si na moment odpočínáme a nabere síly k dalšímu pochodu.

Ze Slavětína kráčíme po asfaltové silnici, která se za železniční zastávkou změní v betonový chodník a za čistícíkou se vnoří do porostu lemující mokřadní louku, a to až ke chmelnici na břehu řeky Ohře. Ohře pramení v Německu, její tok měří 316 km, v Čechách 246 km. Řeka se v Lito-měřicích vlévá zleva do Labe. Po břehu Ohře docupitáme k mostu, přes který vstoupíme do Počedělic (4 km).

Ves Počedělice je připomínána k roku 1219 a zaujme v ní pravidelná čtvercová náves, na níž se konávaly trhy. Za Počedělicemi upalujeme po levé straně Ohře do Vršovic (4,8 km).

Vršovice jsou dokladovány k roku 1268. Na jejím katastru stojí čtyřkrídlový zámček z let 1735 - 1736 postavený v místě strašit tvrze. Ve Vršovicích přechodíme řeku zpátky na pravý břeh a nyní máme dvě možnosti. Buď pokračovat po značce k železničnímu kolejišti a k lounskému pivovaru, nebo se od ní na chvíli odklonit do Černčic a o osm set metrů si prodloužit výlet. Doporučuji druhou variantu, protože v Černčicích je hezký kostelík, který bychom neměli vynechat. Dospějeme k němu po asfaltové silnici a vyběhneme svahu (1 km). Z dálky viditelný kostel sv. Vavřince byl vybudován ve druhé polovině 12. století jako románská tribunová svatyně. Nehledě ke gotickým a barokním úpravám si udržel románský výraz. Osada Černčice, vyrostlá vedle něho, se v historických zápisech objevuje k roku 1362.

Od kostelíka vyrazíme do Loun po chodníku položeném při hlavní silnici. V závěru Černčic se u pivovaru na prahu Loun napojíme na červenou značku (1 km). Okrajovou průmyslovou část města proběhneme dlouhou Husovou ulicí končící u historického jádra (1,8 km). Původní Louny se poprvé prezentují LP 1115 jako románská osada s kostelíkem sv. Petra při brodu přes Ohři. Někdy v 60. letech 13. století vzniklo v jejím sousedství na lépe chráněném místě a na obchodní cestě do Saska záhy prosperující královské město. Leč jeho význam po

třicetileté válce upadl a oživení nastalo až s nástupem průmyslu v 19. a 20. století. Centrem Loun učiníme malou exkurzi. Hilbertovou ulicí navazující na Husovu vnikneme na Mírové náměstí s renesančním domem č. 57 a krásně zdobenou radnicí v novorenesančním slohu z roku 1887. Z rohu poblíž radnice pokračujeme z náměstí Pivovarskou ulicí, kde si všimneme domu č. 43, jenž ve svém nitru ukrývá gotickou síň. Budova je výstavním prostorem okresního muzea. Pivovarská ulice ústí do ulice Žatecké, která je završená Žateckou branou. Z její čelní, tedy opačné, strany se nám naskytne pohled na poměrně dobře zachovalé opevnění města, včetně bašt, z 15. století. Když se zase branou dostaneme dovnitř, uhneleme poté ze Žatecké ulice druhou ulicí vpravo. Jmenuje se Beneš z Loun a přivede nás ke trojlodnímu gotickému kostelu sv. Mikuláše ze 14. století. Současnou podobu mu vtiskl architekt Benedikt Rejt v letech 1519 - 1538. Od kostela se přesuneme opět na Mírové náměstí, z něhož nyní spěcháme Pražskou obchodní ulicí na Komenského náměstí. Z Komenského náměstí zabrodíme vpravo k parkovišti a za ním přes silnici na autobusové nádraží. Před ním se krčí kostelík Matky Boží z roku 1493 (1,8 km). Z autobusového nádraží některým z četných spojů odjedeme do Prahy.

Vesměs rovinatý výlet je dlouhý zhruba 23,3 km, bez Slaného 21,8 km.

Pavel Čornej



foto: Čornej

Louny, kostel sv. Mikuláše

Otec čte pozorně jakýsi časopis a najednou říká manželce: „Tak teď jsem konečně přišel na to, proč... (viz tajenka)!“ „No to jsem zvědavá, proč?“ „Protože ty tabletky proti dětem jsi měla brát ty a ne já!“



Křížovku poskytlo Vydavatelství Balzám

Pomůcka:	Velký ořech	Kolem	Popěvek	Značka mixerů	1. DIL TAJENKY	Mořská vydra	Svazek roští	Autor díla Česká secese	Přikenné stropy (nářečné)
Okolo						Zajiknutí v řeci			
Velkooká						Korálový ostrov Palivo			
SPZ okr. Kolín			Palačinka Hilniková fólie						
Olina			Fáze Smyčky						Souhlas
Značka zápalek					Zájmeno osobní 2. DIL TAJENKY		Značka lanthanu Přehnaná šetrnost		
Kouty		Šance Část molekuly				Sladko-vodní ryba Reřeta			
Český malif						Krátký kabát Zn. nano-sekundy			
Otik				Ryba rodu Lota Doplnit				Násilím přesvědčovat	Základní vzorek měřítka
Projev počty					Americký prozaiik 3. DIL TAJENKY				
Iniciály Yvese Montanda			Předložka Slovenská číslovka			Trumf v bridži Finské sídlo			
Značka motocyklů		Šat Bujní koně				Značka čistícího prášku Meta			
Iris							Rímských 49	Značka selenu	
Bronzové umístění									
Děťátko					Glycerid vyšších mastných kyselin				

Znění tajenky křížovky z minulého čísla: „chtěl zastřelit“

jméno.....tel. spojení.....
 adresa.....
 znění tajenky.....

CENY DO KŘÍŽOVKY VĚNOVAL:

 RATIO
 RATIO VELKOOBCHOD POTRAVINY - DROGERIE
 CASH&CARRY
 AREÁL VELKOTRŽNICE PRAHA 5 - LIPENCE
 7 000m²
 12 000 POLOŽEK
 ZAJIŠŤUJEME ROZVOZY ZBOŽÍ

- Výherci z minulého čísla:
- Dagmar Kramperová
Ke Zděři 249/33
Radotín
 - Josef Pavlík
Výpadová 1317/12
Radotín
 - Květa Žáková
Tunelářů 274
Zbraslav

V případě, že se chcete zúčastnit slosování o věcné ceny, zašlete nebo doneste vyluštěné znění tajenky vepsané do ústřížku pod křížovkou. Ústřížek odstříhnete a doručte na adresu redakce: V. Balého 23, 153 00 Praha - Radotín. Na obálku napište heslo KŘÍŽOVKA, kontaktní adresu nebo telefonní číslo. Do slosování budou zařazeni pouze úspěšní luštitelé tajenky. Výherci si svoji výhru mohou převzít na adrese redakce. Ústřížky s vyluštěným textem budou zařazeny do slosování, pokud dojdou do redakce nejpozději do 3.12.2009.



JAK NAUČIT DĚTI LYŽOVAT - I. DÍL

Období zimních radovánek se nezadržitelně blíží, a tak možná mnozí z Vás řeší problém, jak začít s výukou jízdy na lyžích s malými dětmi. Ideální věk pro první zkušenosti s lyžováním jsou zhruba 2-3 roky. Závisí to na vyspělosti dítěte. V prvním období jde spíše o seznamování, šikovnější děti potom dokážou lyžovat na normálních sjezdových tratích tak od 4-5 let.

První lekce lyžování

Pro úplný začátek postačuje počkat na první sníh a na ten s dětmi vyrazit klidně někam do parku ve městě. V první fázi jde spíše o to, aby si dítě zvyklo na lyže na nohou. Nejde o lyžování v pravém slova smyslu. Pro první oťukávání lyžování zvolte nějaké bezpečné rovné místo, kde s dítětem lyže poprvé vyzkoušejte. Důležitá je zábavná, hravá forma. Není podstatná délka lekce, ale to, aby si dítě z prvních pokusů s lyžemi na nohou neodneslo nějakou negativní vzpomínku. Pokud dítě přestane pohyb na rovině s lyžemi na nohou bavit, netrapte ho a raději lekci zopakujte další den. V rámci těchto prvních oťukávacích lekcí také dítě seznamujte s jeho výzbrojí. Mělo by si osvojit nazouvání, vyzouvání bot i lyží.

Vyrazíme na svah

Pro první lekce na mírném svahu doporučujeme určitě využít služeb některé z lyžařských škol - většinou disponují speciálně upraveným mírným svahem, kde mají připraven i dostatek výukových pomůcek a pomocných překážek. Výuka je zde bezpečná a je vedena maximálně zábavnou formou.

Pokud chcete své již trochu větší

dítě učít sami, začněte na rovině a pozvolna pokračujte na mírně skloněném svahu. Pro nejmenší se zpravidla výuka provádí bez lyžařských hůlek, ty se zapojí do výuky až v pozdější době. Zopakujte s dítětem to, co se naučilo na rovině a postupně připojujte další dovednosti. Zkoušejte, aby dítě udrželo rovnováhu při přímé jízdě na mírném svahu přecházejícím do roviny. Dbejte přitom na to, abyste ho vždy dokázali bezpečně zastavit. Ukažte dítěti základní sjezdový postoj. Vyzkoušejte s dítětem stoupání do svahu bokem, o něco později i „stroměčkem“. Za každý úspěch dítěte pochvalte. Jakmile se dítě bude cítit o něco jistěji, můžete na stále velmi mírném svahu začít s výukou přenášení váhy z jedné lyže na druhou a postupného nácvičku oblouků a rozvíjení citu dítěte pro rovnováhu. Pamatujte, že děti upřednostňují především učení vizuální formou. Ukazujte dítěti, jak má postupovat. Pokud to jde a sejde se více dětí najednou, zpestřujte výuku i hrami a soutěžemi. Pozvolna můžete přidávat na obtížnosti. Rozvíjejte u dítěte pocit skluzu, rovnováhu a přenášení váhy. U zatáčení postupně nacvičujte oblouky v pluhu, oblouky z rozšířené stopy a „carvingovou“ vlnovku. Učte dítě základy bezpečného zastavení. Teprve po osvojení těchto základů můžete začít uvažovat o prvním lyžování na skutečné sjezdové trati. Opět vybírejte lehčí modré sjezdové tratě, na kterých se nepohybuje příliš mnoho lidí.

Martin Verner

Více informací o lyžařské výzbroji nejen pro děti naleznete na www.skiservis.cz.