



Arcibiskupské gymnásium Praha & přátelé

SLUNEČNÍ (PŮL)MARATÓN

Sobota 14. 5. 2022 – 18. ročník s novinkou



Milí přátelé čerstvého povětří,

novinkou letošního maratónu bude čas: půjde se **od východu do západu Slunce**.

V květnu to ovšem znamená nejen docela kruté vstávání, ale i nesnáze s dopravou. Proto tento průkopnický podnik začne i skončí v Praze, kde doprava funguje dobře i za ranního kuropění.

Z malebných vyhlídek k východu a k západu jsou jako start a cíl vybrány takové, ke kterým se nemusí jít hodinu po asfaltu. Vlastně celá trasa, ač nikde nevybočí z hranic města, jde většinou zelenou přírodou. Někde to budou znát všichni, jinde skoro nikdo. Delší čas umožní trochu zvolnit tempo a prodloužit zastávky, třeba i na nějakou hříčku, bude-li zájem, a také připojení či odpojení bude snazší.

DOPRAVA: všude jen s leg.MHD

Srazy – maratónci: Praha-Petrín, do **5.18** vyhlídka u sochy **P. Marie z exilu** (pod Strah.klášteřem)

– půlmaratónci: 9.35 zast. MHD Obch. centrum Sárská (bus 246 v 9.27 od metra B Zličín, bus 130 v 9.09 od polikliniky Barrandov) nebo 9.45 kaplička nad usedlostí Chaby (100 m od SIKO Zličín)

Návraty – ½maratónci cca 19.00 tram Hlubočepy, maratónci po západu Slunce ve **20.41 z Vyšehradu**

TRASA – nejde o běh, jen se svižně jde – většinou po cestách, občas i náročnějším terénem:

Petrín - Strahovský stadión - rozhledna Šiška na Ladronce - lesopark Řepy - Kalvárie v Motole - rez. U hájů - kaple sv. Heleny - prameniště Motolského potoka - zast. OC Sárská (připojení půlmaratónců 9.35) - kaple nad Chaby (připojení půlmaratónců 9.45) - Krteň - Řeporyje (býv. skanzen - možná hříčka *Obležená Tuležim*) - kolem lomů Požáry - lom u Opatřilky (*oběd, s ohněm se počítá*) - studánka Dobrá voda (+Obří vrba) - Klukovice - Butovické hradiště - sv. Vavřinec - Dívčí hrady - hlubočepské útesy - Hlubočepy, tram (*odpojení půlmaratónců*) - Císařská louka - přívoz Výtoň - Vyšehrad, západní vyhlídka

(-tram Výtoň či metro Vyšehrad); celkem 15+21+6 km, zastávky prohlížecí, oddechové, mňamkové, ...

Možnosti: maratón cca 42 km; ½ mar. cca 21 km, minimaratón 10 km (Zličín-Holyně, i jinde)

VÝBAVA: dobré boty+náhr. ponožky+náplasti, pláštěnka, maratónci baterka; jídlo+pití na celý den, mňaminka pro ostatní, rezerva 50Kč

Přihlášky+účastnický příspěvek 20 Kč/os :
do ČT 12/5 v kab.410, hosté telefon či mail, příspěvek až na místě

Kontakt: 211.cz@centrum.cz, 776 153 793

Tak se nechte zlákat aspoň na část akce!

Na důstojný jarní výšlap se spolu s vámi těší

4.5. 2022 Zdeněk Lauschmann

Výhled do prázdnin :

4-5/6 Expedice

2-11/8 Stará planina – pěší Bulharské hory

Přehled dosavadních maratónů:

1. 2005	Brdský
2. 2006	Posázavský
3. 2007	Krušnohorský
4. 2008	Voděradský
5. 2009	Týnecký
6. 2010	Žežulský
7. 2011	Slapský
8. 2012	Házmburský
9. 2013	Karlštejnský
10. 2014	Brdský
11. 2015	Polabský
12. 2016	Novoknínský
13. 2017	Chotečský
14. 2018	Řípský
15. 2019	Českým krasem
16. 2020	Kocábický
17. 2021	Vyhlídkový

Příchod na start: * nejbliže z Pohořelce (5 minut)

* dopravně nejsnáze z Malostr. nám. ulicí Vlašskou a schody/cestičkami vzhůru (15-20 min)