

SOUTĚŽ

pro šikovné děti

o dárkové poukazy do Zooparku v Zelčíně

na jízdu na koni s doprovodem na dětské jízdně a lekce výuky jízdy na koni

Namalujte libovolnou technikou

obrázek na téma koně

a zašlete ho do 31. srpna 2015 poštou na adresu Mělnický deník, Kapitána Jaroše 295, 276 01 Mělník.

Na zadní stranu obrázku napište své jméno a věk, adresu a pár slov o obrázku.



Autoři tří nejhezčích obrázků se mohou těšit na dárkové poukazy na lekci jízdy na koni v Zooparku v Zelčíně, platné do 31. prosince 2015. Další desíť vylosovaných dětí získá dárkový poukaz na jízdu na koni s doprovodem na jízdně, platné do 31. října 2015.

Kontakty

Redakce Mělnického deníku sídlí v centru Mělníka:



(růžový dům v horní části ulice)

šéfredaktorka
Petra Špitálská
720 176 014

redaktoři
Jiří Říha
724 846 381
Barbora Tesnerová
773 785 534

sportovní redaktor
Luboš Kurzweil
724 404 506

inzerce
Martina Dušková
606 635 287

řádková inzerce
distribuce
Věra Krajníková
606 635 298

melnicky@denik.cz

315 628 870

Vaše příspěvky**Z Červeného kamene byl nádherný výhled na Ještěd**

Všetaty – Letošní až kýchavě krásné počasí, kterým nás Ještěd přivítal tentokrát, plně vynahradilo loňský výstup v dešti, větru a mracích.

Poslední červencovou neděli vyrazila půlka nordic walking skupiny ze Všetat ráno vlakem a v Liberci pod Ještědem se připojila druhá půlka hůlkařů, kteří přijeli na místo autem. Rádi jsme se za se všichni po měsíci viděli a těšili jsme se na cíl našeho výletu – na naučnou stezku Terasy Ještědu.

Protože jsme prokázali již loni, že na Ještěd dokážeme vystoupit i pěšky, zvolili jsme tentokrát lehčí variantu – vyjeli jsme nahoru sedačkovou lanovkou. Cestu lanovkou jsme si náležitě užili – panoramata Jizerských hor s městem Libercem v popředí byla opravdu nádherná.

I tentokrát jsme měli v naší skupince nordic walking nováčky, a proto ještě u stanice lanovky jsme si začali vysvětlovat správnou techniku a navčivovali práci nohou i rukou. Zbytek skupiny, mazáků, kteří již techniku znají, se mohli mezitím potěšit krásným pohledem na Ještěd.

A pak jsme s chutí vyrazili.

Cestou jsme se pokochali krásným výhledem do údolí a na vesničku Světlá pod Ještědem, kde působila spisovatelka Karolína Světlá (její umělecké jméno je opravdu odvozeno od názvu jejího milovaného působiště). Není divu, že si tuto část naší krásné vlasti zamilovala a dala jí přednost před životem v Praze. Následně na nás čekala další hezká zastávka – studánka Frantína. Letošní sucho však evidentně poznamenalo i tento horský pramen, a tak jsme se raději nikdo z nás neodvážili ochutnat ani kapku z byt' průzračné vody z malého čírku, který tam ze země vyvěral.

Jednou z nejhezčích zastávek toho dne byla však vyhlídka Červený kámen. Tento skalní útvar má opravdu odstíny červené díky oxidům železa v jeho puklinách. Z Červeného kamene je nádherný výhled nejen na Ještěd, ale i do dalekého okolí a do zahraničí (Německo a Polsko).

Pod kamenem je na vyhlídce stůl a lavička, kde jsme se rozhodli poobědvat. Je neuvěřitelné, kolik laskomin naše bařůžky skrývaly tentokrát. Dvě naše dámy nás pohostily výbornými koláči, bo-



PO JEŠTĚDU bude cílem fanoušků nordic walkingu poslední srpnovou neděli hora Říp.

růvkovým a meruňkovým. Všichni jsme se nad nimi rozplývali. Nicméně pánové, zřejmě aby zamezili zpychnutí našich šikovných pekařek, konstatovali, že příště by to chtělo ještě bandasku s kávou. Docela se divím, že dotyčnému panu rýpalovi nepřistála krabička od koláče na hlavě...

Po obědě a vzájemném špičkování se mezi pány a dámmi jsme náležitě posilnění vyrazili k další zajímavosti na trase – k troskám havarovaného letadla a moyle na památku letců, kteří zde v roce 1948 zahynuli.

A protože jsme byli již zahřátí a našli jsme příhodné místo, rozhodli jsme se provést malou přestávku a pořádně se protáhnout. Bylo to velmi příjemné a následně se nám daleko snáze a pružněji vystoupalo do kopce k dalšímu zajímavému skalnímu útvaru na trase – ke Kameným vratům. Tato křemencová dvacet metrů dlouhá a asi osm metrů vysoká skála získala své pojmenování díky trojúhelníkovému průchodu, který vznikl mrazovým zvětráváním. Na místě jsme se zdrželi déle nejen kvůli obdivování skály samotné a další krásné vyhlídky, ale hlavně díky právě dozrávajícím borůvkám. Naši nejmladší účastníci pak soutěžili o to, kdo má více fialový jazyk.

Na rozcestí Výpřež jsme se krátce napojili na asfaltovou silnici vedoucí z Ještědu, a téměř jsme se nestačili vyhubat všem koloběžkařům a mo-

torkářům, kteří spíše než chůzí po svých dávají přednost dvoukolovým vehiklům. Naštěstí jsme po asfaltce nemuseli jít déle než deset minut a opět jsme odbočili k poslední výzvě toho dne, na poslední stoupání přímo na vrchol Ještědu, který opět na krátkém stoupání důkladně prověřil naši kondici. Odměnou za tento výkon nám ale bylo krásné počasí a výhledy do všech stran, a tak jsme namáhavý poslední úsek pod Ještědem zvládli naprosto v pohodě. A protože nejen duše baží po stravě, ale i tělo, zakončili jsme náš výlet u kiosku na Ještědu a dopřáli si tak vrcholové odměny.

Posléze jsme se už jen přesunuli – teď už kabinkovou lanovkou – zpátky dolů na tramvaj, na nádraží a vlakem do Všetat. Všechno nám krásně

vyšlo – časově i s počasím. Přivítali jsme nové známé (přímo z Liberce a dokonce až z Moravy), kteří si s námi nordic walking vyzkoušeli poprvé, užili si krás přírody a sdíleli společně při povídání a smíchu tento nádherný letní den. Lepší než sedět sami doma!

Ráda bych také na závěr poděkovala kamarádovi Markovi, který nás doprovodil a nafotil nám báječné fotky. Děkujeme moc a těšíme se na případné další!

Do konce roku nás čekají ještě dvě nordic walking neděle – v srpnu a v září. V srpnu vyrazíme na horu Říp, a to 30. srpna.

Pro informace o plánovaných výletech a pro přihlášení se na ně navštivte web www.nwproradost.cz

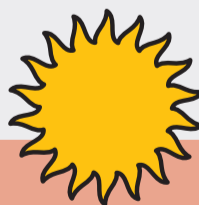
Jitka Hadová,
Nordic walking pro radost



ÚČASTNÍCI výletu si užili krás přírody a sdíleli společně při povídání a smíchu nádherný letní den. Foto 3x: Nordic walking pro radost



...i taková bývávala dovolená...



- Dovolená pod stanem v Bulharsku?
- Nebo na Zemplínské Širavě?
- Či snad na vlastní zahradě?
- Zajímavá setkání s příslušníky na hranicích?
- A důsledná kontrola obsahu zavazadel i celého auta?
- Anebo prázdniny u dědečka a babičky na chalupě?
- Bojovka na táboře, kde jsem se ztratil?

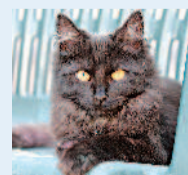
Jistě každý z vás má podobných vzpomínek spoustu. Napište nám je a my je uveřejníme v Deníku v seriálu na pokračování. Své příběhy (případně i fotografie) posílejte na mejlovou adresu:

petra.spitalska@denik.cz
případně přímo do redakce Mělnického deníku,
Kpt. Jaroše 295, 276 01 Mělník

U nás doma

Stránka U nás doma patří v Mělnickém deníku každý den příspěvkům čtenářů, kteří se pak u novin baví například u fotek z akcí, které pořádali nebo se jich účastnili.

Zasílat nám můžete rovněž snímky vašich dětí nebo zvířátek, vaše názory, povídky a verše, recepty na různé dobroty nebo vtipy, které vás pobavily.



Na vaše příspěvky se těšíme na adresách:

melnicky@denik.cz

Mělnický deník, Kapitána Jaroše 295, 276 01 Mělník