PLACKOVACÍ PRÁCE

NAPLÁNOVÁNÍ JEDNODENNÍHO POBYTU V PŘÍRODĚ

Autor: Vít Koza

Rok zpracování: 2022

Oddíl: T. K. Oregon Kolín

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem svou práci vykonal samostatně a čerpal z pouze z uvedených zdrojů.

V Kolíně …….

OBSAH

1. ÚVOD 4

2. TEORETICKÁ ČÁST 5

2.1 Výběr lokace, místa přespání 5

2.2 Přespání 6

2.3 Doprava 7

2.4 Stravování 8

2.5 Jak a co si s sebou zabalit? 9

2.6 Rady a tipy na závěr 10

3. METODICKÁ ČÁST 11

4. ZÁVĚR A PŘÍLOHY 13

5. ZDROJE 16

1. ÚVOD

Tato práce je sepsána za účelem teoretického naplánování ukázkového jednodenního výletu v přírodě. Bude se jednat o všemi táborníky dobře známý typ výletu, tremp. „Plackovací“ práce bude rozdělena do tří částí. V první úvodní části si popíšeme cíl práce a vysvětlíme rozdíly mezi trempem a čundrem, které bývají často zaměňovány. V druhé teoretické části si rozebereme detaily, na které bychom měli myslet při plánování samotné akce, a poslední je třetí část praktická část, ve které autor bude popisovat konkrétní případ již uskutečněné akce. V závěru práce budou k nalezení fotky z popisované výpravy, pořízené autorem.

Zajímá nás tedy, jaký je vlastně rozdíl mezí trempem a čundrem. Trempink provozují trempové a čundr, čundráci, to je lehké ne? On kde, kdo by si mohl říci, že jsou to synonymní slova a vyjadřují jedno a to samé. Ale ono ne! Hlavní rozdíl mezi nimi totiž tkví v kultivovanosti jejich chování, vzhledu a přístupu k přírodě. Být trempem je velmi ušlechtilý stav, který vás povznáší nad zbytek světa. Čundráci oproti tomu jsou verbež.[1] Trempink je totiž především životní styl, podle kterého se tak člověk chová. Takový tremp totiž i přesto, že razí do přírody, vypadá vždy upraveně, s čistým a vhodně vybraným oblečením. Táboří jen na místech určených k tomu, nikoli mimo ně, aby neškodil přírodě. Váží si ohně, u kterého může posedět se svými druhy a zpívat při tom trempské písně. Za to takový čundrák by se dal nazvat pravým opakem trempa. Jeho oblečení je otrhané, špinavé a vůbec nebudí dobrý dojem. Je mu to v podstatě jedno, jak vypadá. Ochrana přírody mu už tuplem nic neříká a nezajímá ho, kde se utáboří. Neváží si ohně, plive a močí do něj. Stejný význam má i slovo vandrák, který pochází z německého slovesa „wandern“, čili toulat se. Od toho také vznikl pejorativní označení tulák.

Teď co už známe rozdíly mezi nimi, bych doporučil si dávat pozor na jejich rozlišování. Mohlo by se totiž stát to, že nějaký hrdý tremp by to nemusel nést dobře a mohli by lítat facky. Rád bych upřesnil že naše práce bude o putování v přírodě v duchu trempinku, nikoli čundru, a bude především určená lidem, kteří by se chtěli plánováním výpravy inspirovat nebo se i tím řídit. Kdokoliv si musel ve své etapě působení v oddílu projít kdejakým plánováním výpravy, výletu nebo i tábora a stojí zatím mnohdy spousty úsilí.

[1] (Syky, 2011)

2. TEORETICKÁ ČÁST

Jak už jsme si v úvodu řekli, zde si popíšeme veškeré aspekty trempu, které je při jeho plánování zohlednit a brát v potaz. Následující kroky budou seřazeny podle autorových myšlenkových pochodů při psaní a plánování toho. Autor by rád předem upozornil, že důležitá bude především myšlenka textu nikoli jeho uspořádání, protože kdo jaké kroky bude volit první, je čistě subjektivní věc. V praxi plánování nijak neovlivní to, jestli vyřešíte jako první jídlo nebo dopravu.

2.1 Výběr lokace, místa přespání

Když už se rozhodneme pro nějaké uspořádání akce, tak jako první vždy musíme vyřešit cíl, potažmo místo zájezdu, kam se chceme podívat. Je skvělý mít nápad něco podniknout, ale pokud rovnou nevyřešíme, kam pojedeme, pravděpodobně zůstaneme doma sedět na gauči a nikam se nedostaneme. Nejčastěji se naše touhy vydávat se do přírody probouzí s příchodem jara a slunného počasí, setrvávajíc až do podzimu. Jsou tu samozřejmě mezi námi i tací, kteří trempování holdují celý rok a nedělá jim problém spát klidně i na sněhu. Proto je při vyhledávání finálního cíle našeho putovaní důležité už rovnou myslet na přespávání, aby nám vyhovovalo, bylo dostupné a zároveň abychom tábořením neporušovali nějaký zákon či vyhlášku. Takovými nejdostupnějšími místy jsou zajisté vodácké kempy, které vás za poplatek nechají utábořit na nějaké loučce, popřípadě chatce. Nevýhodou může být jejich vysoká cena, za kterou vás tam nechají utábořit. Hlavní je také si zkontrolovat sezónní období. Otázkou ale zůstává, zda je takové táboření v kempu hodno trempa?

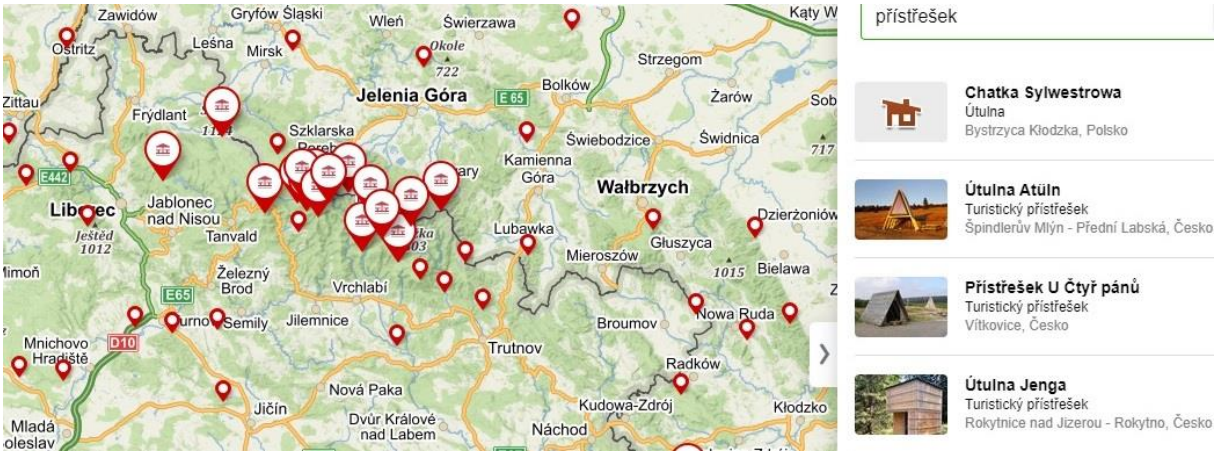
Dalším častým cílem výletů bývají přírodní památky v chráněných krajinných oblastech, kde je to upravený zákonem o ochraně přírody a krajiny. Ten ve zkratce zakazuje v národních parcích, chráněných krajinných oblastech a přírodních rezervacích:

- tábořit mimo místa vyhrazená orgánem ochrany přírody

- rozdělávat ohně mimo místa vyhrazená orgánem ochrany přírody[2]

[2] (Blanka, nedatováno)

Zákon se vztahuje na pojem „stanování“, ne však na „nocování“. Pokud se rozhodneme spát pod širákem a na místě vyznačené pro turisty, nebude s tím problém. Takovou dobrou aplikací na hledání míst, či přístřešků, kde se dá přenocovat, jsou skvělé Mapy.cz, viz obr. 1.



(obr. 1 Mapa přístřešků v ČR)

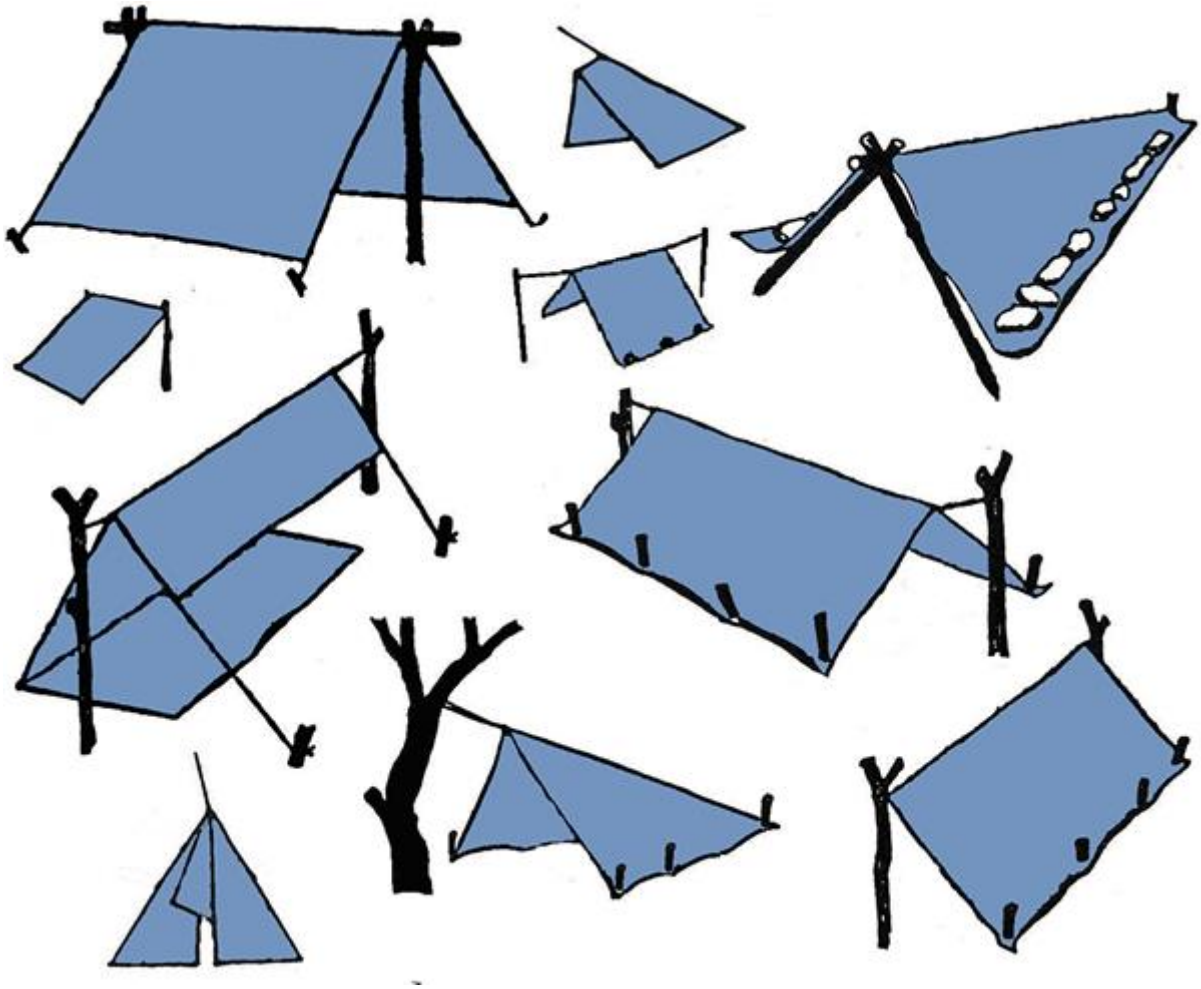
Při výběru lokality je lepší to dané místo zčásti znát, aspoň kvůli lepší orientaci v přírodě. Ale to se dá samozřejmě v dnešní době vykompenzovat mapami v telefonu nebo jinými navigačními pomůckami. Zároveň by bylo vhodné si vybrat takové místo, které by bylo atraktivní pro všechny účastníky. Může se jednat o přírodní úkaz, historickou památku anebo pokud jste banda nadšenců do dlouhých túr, i nějakou dlouhou okružní štreku. S realizací cesty vám mohou znovu pomoci Mapy.cz, které vám i rovnou na základě míst, které chcete navštívit, vytvoří cestu. Zde jsou dva odkazy na užitečné weby pro inspiraci, kam na výlet v daném kraji.
https://smilingway.cz/cestovani-po-cr/

https://www.kudyznudy.cz/

2.2 Přespání

Když přespáváme v přírodě, máme na výběr z několika variant, jak se utábořit. Je to spaní pod širákem, v postavěném přístřešku (z lana a plachty/celty), bivak/stan nebo houpací síť (hamaku). U každé z těchto možností bychom měli před každým trempem zvážit, zda se nám vyplatí tahat těžké a někdy i zbytečné věci navíc. Spaní pod širákem se nám samozřejmě jeví jako nejideálnější, protože si lehnout na karimatku můžeme v podstatě kdekoliv. Jediné, na co si dát v tomhle případě pozor je deštivé počasí. Stan a bivak jsou z těchto možností asi nejkomfortnější, díky jejich ochraně před deštěm, větrem a udržení teploty v nich. Ale každý víme, že zrovna o nejmenší a mnohdy nejlehčí věci se nejedná a je potřeba nutnost stanu s sebou řádně rozmyslet. Výhodou může být to, že jsou určeny pro více osob a tím pádem se jejich

přenos rozdělí do více lidí. Hamaka je skvělá věc pro jednotlivce, protože nezabere tolik místa v batohu a je lehká. Její výhodu je, že se dá uvázat téměř na čemkoliv a spaní v ní je relativně pohodlný. Jediný, co člověk musí vychytat je chlad prostupující zespoda od země a déšť. |Za deštivého počasí se může zavěsit nad síť plachta a je to. Posledním typem je přístřešek, který si musíme sami zhotovit pomocí lana a plachty. Jeho výhodu je multifunkčnost. Záleží čistě na nás, jaký typ přístřešku se rozhodneme kdy a kde postavit.



(obr. 2 typy přístřešků)

2.3 Doprava

Místo výletu známe, víme dokonce i v čem budeme přespávat a další věc k vyřešení nám zbývá způsob dopravení na požadované místo. Česko má výhodu v hustotě železničních sítí, který tu jsou vybudovány, a díky nim se naše cestování po České republice velice usnadní. Dříve, kdy cesta na příklad z Ostravy do Aše trvala bezmála celý den, dnes je to v rámci jednoho přestupu osmi hodin jako splněný sen. Do nejodlehlejších krajin republiky jezdí žluté

mandelinky, popřípadě starší červené motoráčky, se kterými se dostaneme téměř kamkoliv, kam nás kolejnice zavedou. Pokud jste si vybrali tu nejzapadlejší dědinu Česka, jistě bude užitečné využít kombinaci cestování vlakem a autobusem. Autobusy jsou též nápomocným dopravním prostředkem, díky kterému se dostanete do vesnic, skrze které nevede železniční trať. Občas v takových případech je potřeba počítat i s variantou toho, že budete muset dojít do určitých stanic sami pěšky. V dnešní době se dá cestovat tkz. „za hubičku“, díky různým skupinovým nebo studentským slevám. Výše zmíněná cesta z Ostravy do Aše by studenta dnes stála 208,-. Cena jízdného se dá snadno zjistit v mobilní aplikaci IDOS, popřípadě u přepážky na nádraží. Důležité je si taky předem zjistit, zda vlak nemá tou dobou výluky (v období léta vcelku běžná věc). Obzvlášť v době státního svátku, kdy jsou jízdní řády jak pro vlak, tak i pro autobus upraveny. Dalším takovým méně obvyklým, ale zaručeným, způsobem dopravy může být i kolo. Jsme zde samozřejmě limitovány svojí vlastní fyzickou kondicí, ale výhodu je, že se v Čechách nachází spousta cyklistických i turistických cest, které jsou sjízdné a vedou krásnou krajinou. A pokud vám kolo nevyhovuje, můžete se vždy vydat na pořádné túru po svých.

2.4 Stravování

Stavování je důležitá věc, kterou nelze jen tak pominout a doufat, že si cestou něco „ulovíme“. To možná mohlo platit tak před 100 lety, kdy jste si téměř na každém poli či sadu mohli sehnat potřebné jídlo na ten den. Nedílnou součástí toho je i dodržování pitného režimu, o který je potřeba se starat, obzvláště při zvýšený zátěži. Vždy bychom měli kalkulovat s tím, že bychom měli mít na den 2 - 3l vody, plus sem tam nějaká ta užitková voda. Cestu si také můžeme naplánovat skrze nějakou vesnici, kde se dá pitná voda od hodných lidí snadno dočerpat. Užitková můžeme najít například v přírodě u nějakého vyvěrajícího pramene či studánky. K lepšímu nalezení takového pramene nám může pomoci funkce v mapách cz, studánková mapa. V níž se nachází všechny zaevidovaný zdroje v národním registru viz. Odkaz níže.

https://www.estudanky.eu/mapa

Pití bychom měli zařízený a teď co k snědku. Obecně se doporučuje brát si s sebou vakuované trvanlivé potraviny, které vydrží delší dobu bez chladu. Bude se jednat především jídlo z konzerv, jako jsou fazole, guláše, paštiky, lunchmeat nebo vepřovku a potom třeba salámy ve vakuovaných obalech nebo rovnou celou šišku, instantní jídlo, nejčastěji polévky, které stačí jen zalít horkou vodou. K tomu je dobrý mít už předem nakrájený chleba z obchodu, který taky dost zasytí. K večeři nebude vůbec na škodu si vzít nějaký ten špekáček na opékání

nad ohněm, pokud budete mít tu možnost si ho rozdělat a pokud ne, doporučuji si s sebou přibalit plynový vařič, popřípadě lihový, aspoň k ohřevu vody. K snídani se hodí nějaký teplý nápoj na prohřátí a například něco sladkého k zakousnutí. To ale záleží na každém z vás. Při nějakých vícedenních akcí je taky dobré počítat s doplněním zásob v nějaké samoobsluze. Jídlo se snažíme mít po celou dobu cesty zabalené, aby se nám od toho neumastily nebo neušpinily ostatní věci v batohu. Použité obaly, plechovky zásadně nenecháváme v přírodě, ale bereme si s sebou zpět a u nejbližšího kontejneru je vyhodíme.

2.5 Jak a co si s sebou zabalit?

V odpovědích na tuto otázku se budeme každý od sebe lišit, a to obzvlášť v případě, když se bude jednat o výlet v zimě nebo v létě. Proto následující text bude pojatý jako obecné doporučení, co si vzít s sebou a jak správně zabalit. Úplně ze začátku musíme nejdříve vyřešit v čem ty věci vůbec budeme nosit. V poslední době můžeme vidět u mladší dětí, jak sebou tahají sportovní tašky přes ramena, který jim padají, kufry na kolečkách narvané k prasknutí…tady to takhle nepůjde. Mít pořádnou krosnu je prostě základ, protože kam jinam bychom mohli dát naše všechny věci určené k přežití? Do igelitky určitě ne…Nemluvě o tom, že všechen náš zabalený náklad si poneseme na zádech a je nutné, aby nám tam krosna dobře seděla kvůli správnému využití bederních popruhů. Věci v krosně balíme zespod od nejtěžších po nejlehčí na vrch. Je taky dobré myslet na potřebnější věci, které se hodí zabalit na vrh nebo na bok. Vyplatí se měkkým prádlem vycpávám volné mezery z důvodů toho, aby krosna byla pevná a její objem byl zcela zaplněn. V opačném případě se totiž stává, že krosna je neforemná a nemusí být na zádech zrovna pohodlná. Je běžné, že se všechny věci do batohu nevejdou a musíme je proto připnout na batoh. Nejčastěji se jedná o nějaký plachty, lana, karimatky atd. Vyvarujte se tomu, aby vám tam ty věci neplandaly, protože pak vám rozhodí těžiště za chůzi a půjde se vám špatně.

Pro lidi, kteří to mají rádi všechno sepsané, doporučuji si udělat předem seznam věcí, které si s sebou zabalit. První na vašem seznamu bude bez debat o **spacák** a **karimatku**. Bez toho nedáme ani ránu. Podle počasí v noci bych si taky rozmýšlel, co si vzít na sebe na spaní. V chladnějších počasích bych rozhodně doporučil nějaké **termo prádlo**, **ponožky**, a i nějako **pokrývku hlavy**. Když už jsme zmínili ponožky, přibalte si vždy nějaký ten pár ponožek navíc, kdyby vám najednou promokly boty, tak ať máte do suchý do zásoby. To samé platí i pro **trenky**. Na sebe si vezměte oblečení, které vám je pohodlné a vystihuje aktuální situaci počasí. Pro jistotu je dobré mít v záloze i jedny **kalhoty/kraťasy** a **mikinu** a například **2**

trička, kdyby přišlo nějaké náhlé ochlazení. **Bundu**, nejlépe nepromokavou, prodyšnou a k tomu **pláštěnku**. Kdybyste náhodou měli na výběr, který druh pláštěnky si vybrat, berte ponču pláštěnku. Doporučuju ji, protože je dlouhá a schováte pod ni i váš batoh. Do oblastí, kde nemůžete rozdělávat oheň, se hodí přibalit s sebou **vařič**, který může být větší plynový anebo i nějaký skladnější lihový, který bohatě postačí k ohřevu vody. Další potřebnými věcmi jsou **ešus**, **lžíce**, **plecháček, nožík** (ostrý), toaletní papír/**kapesníky, baterka/čelovka**, **lékárničku, osobní hygiena, lano** a **plachta**. Co se bude týkat obuvi je vhodný mít na sobě jedny pohodlný, ale za to pořádný. V případě dlouhodobějšího putování vzít si i nějaký rezervní. V létě je fajn si pod podmínkou místa v batohu zabalit třeba i plavky, ale vykoupat se jde samozřejmě tkz. „na Adama".

2.6 Rady a tipy na závěr

Cíl naší cesty známe, víme, kde a jak budeme přespávat, doprava máme zajištěnou, a to samé můžeme říct o našem sbaleném batohu včetně jídla a pití. Teď už jen zbývají doladit detaily jako omrknutí předpovědi počasí, kontrola seznamu a hurá do světa. Při odchodu, VŽDY dejte někomu z rodiny vědět, kam přesně máte namířeno, kdyby se vám náhodou něco přihodilo, tak ať přesně ví, kde budete.

Mějte také každý z vás u sebe mobilní telefon v případě, že by se jeden ztratil, tak ať se můžete dovolat. Sami jistě znáte někoho, komu je ve spacáku spí špatně a stěžuje si na zimu. Zde je pár rad, jak se takovéhle situaci vyhnout:

- Udělejte si těsně před zachumláním se do spacáku pár dřepů. Zahřejí se vám svaly a spacák pak vaše tělesné teplo udrží uvnitř.

- Odskočte si před spaním i když ještě úplně nepotřebujete! Plný močový měchýř vás může dost ochlazovat, a ještě víc vás ochladí, když budete muset uprostřed noci ze spacáku vylézt a měchýř vyprázdnit.

- Pokud je zima, dejte si před spaním do spacáku oblečení na další den. Vyplníte tak přebytečné místo a oblečení si vlastním tělem vyhřejete.[3] (Zde ale upozorňuji, že špinavé a mokré věci do spacáku nepatří)

[3] (admin, 2017)

Je také fajn mít vymyšlený program v průběhu procházky, protože ne každého může bavit jít dvě hodiny v kuse, aniž by se nějak zabavil. Proto doporučuji si předem připravit hry pro tento typ aktivity.

https://www.hranostaj.cz/.

3. METODICKÁ ČÁST

Jako metodiku práce jsem si zvolil popis již uskutečněné výpravy uspořádané autorem práce. Popis bude rozčleněn do jednotlivých odrážek podle způsobu zpracování teoretické části. Bude se jednat o jednodenní výlet do přírody, který se konal v září minulého roku v rámci výpravy oddílu T. K. Oregon Kolín. Výpravy se účastnily dvě děti a dva zletilý praktikanti (včetně mě) a vypadala pak následovně:

- **Výběr a popis místa**: Cíl našeho putování jsem zvolil mnou dobře známou lokalitu, a to z toho důvodu, že jsem tam už zavítal jako 13letý kluk se starším vedoucím a dalšími dvěma kamarády z oddílu. Proto jsem si myslel, že by bylo pěkné uspořádat podobnou výpravu pro tytéž stejně staré děti jako jsem býval já a ukázat jim to tam. Místo je známe díky jeskyni Mordloch, která se tam nachází a je možnost v ní dokonce přespat. Před jeskyní se nachází veřejné ohniště, který je volně dostupný. V okolí jeskyně se nachází pěkná naučná stezka, kde se dovíme zajímavé informace o tom daném prostředím. Dočetli jsme se například, že jeskyně v dobách 30leté války bývala obydlena pravými a nefalšovanými bandity. Součástí stezky jsou i pískovcové sochy, které zdobí tamní les už od konce 19. století.

- **Přespání**: V tomto případě bylo přenocování jednoduché a v rámci možností i pohodlné, protože jsme spali v jeskyni na dřevěných postelích, které se tam nachází pro nocující turisty, jako jsme byli my. Pro jistotu všichni měli s sebou i nějakou tu plachtu s lanem s sebou, tak jak jim bylo doporučeno v pozvánce a taky pro případ, že by se někdo bál tam uvnitř přespat (v mých 13 letech uvnitř spal pouze vedoucí).

- **Doprava:** Ta byla zajištěna prostřednictvím vlaku, kterým jsme se dopravili do města Štětí nedaleko Mělníka a odtamtud jsme se vydali na okružní cestu, která končila u jeskyně Mordloch. Celkově nám procházka vyšla na nějakých 15 km.

- **Stravování:** Jídlo bylo vyřešené způsobem, že si každý vzal své vlastní zásoby podle svého uvážení. Nejčastěji se v přibaleném jídle objevovalo sladké pečivo, instantní polívky, chleba,

paštiky, nějaký sladkosti a dokonce tousty. Co se týká pitné vody, tak jsem doporučoval si vzít si s sebou 3–5 l balené vody.

- **Zabalené věci:** Zde se uchýlím k popisu mnou zabalených věcí, jelikož si přesně pamatuji, co jsem měl s sebou za věci a může se to znovu krapet lišit od ostatních. Z předpovědi počasí jsem věděl, že nás na víkend čeká pěkné počasí a z toho důvodu jsem si na sebe vzal **kraťasy, triko** s krátkým rukávem a pevnou obuv. V batohu jsem měl zabalené **kalhoty** a **pláštěnku**. Standartní výbavu tvořil **spacák**, **karimatka**, **ešus**, **plecháček**, **čelovka**, **nožík**, **kapesníky, malá lékárnička, lano** a **plachta**. K tomu všemu jsem měl ještě přibalené **termo prádlo** na spaní a **dva páry ponožek** a **spodní prádlo**. Vím o sobě, že jsem velký jedlík, tak jsem si na výpravu koupil **dvě balení sladkého závinu**, **půlku krájeného chleba**, **paštiku**, **2 instantní polévky** a k tomu **chipsy** a **4 l balené vody**. Telefon jsem ani nezmínil, protože ho beru jako samozřejmost, obzvlášť jako v tomhle případě, kdy jsem měl všechny členy skupiny na starost.

- **Rady a tipy**: Jako menší jsem čítával knížky od Jaroslava Foglara s jeho skautskou a tábornickou tématikou. Proto jsem se rozhodl si i jednu takovou knížku s sebou vzít a číst ji u ohně. Všechny to bavilo a krásně to podtrhlo trampskou atmosféru kolem nás.

4. ZÁVĚR A PŘÍLOHY

Zde by autor rád shrnul svou práci a dodal pár vět ke konci. V úvodní části jsme měli tu možnost se dovědět zásadní rozdíly mezi trempem a čundrem. Pokračovali jsme teoretickou částí, která byla bohatá na informace týkající se plánování výletu. V této části můžete nalézt užitečné odkazy na webové stránky, které vám s výběrem nejen lokality pomůžou, ale i poradí. V metodické části je dopodrobna popsána jednodenní výprava, kterou autor naplánoval a zrealizoval. Cílem práce bylo sepsat návod, jak postupovat při plánování trempu/výpravy a na co při tom myslet.

5. ZDROJE

1. Syky, 2011 [cit. 2022-22-1] Dostupné z: http://www.treky.cz/nezaraditelne/tramp-vandr-nebo-cundr-na-co-vlastne-jezdime-uryvek-z-pripravovane-knihy
2. Smiling way, - [cit. 2022-23-1] Dostupné z: https://smilingway.cz/stanovani/
3. Autorova fotografie, obr. 1
4. Securitymagazin, obr. 2 [cit. 2022-23-1] Dostupné z: https://www.securitymagazin.cz/defence/vyber-plachty-pro-stavbu-pristresku-1404062445.html
5. Admin, 2017 [cit. 2022-24-1] Dostupné z: http://bushcraft.cz/vybaveni/stany-a-spaci-pytle/ve-spacaku-jako-doma-tipy-a-triky/