



doplňěk stravy



Celadrin™
Extra Silný
*pro silné
a zdravé
klouby*

Jsme **BARNY'S®**
PREMIUM QUALITY
záruka kvality a účinnosti.



UDĚLEJTE NĚCO PRO SVÉ ZDRAVÍ SPOLEČNĚ S OZP

Oborová zdravotní pojišťovna zaměstnanců bank, pojišťoven a stavebnictví (OZP) je dlouhá léta partnerem Klubu českých turistů a spolu s ním prezentuje možné způsoby aktivní prevence.

Všem pojištěncům nabízí:

- **Asistenční službu OZP**, která dovede poradit, najít lékaře a pomoci když je třeba
- **Preventivní programy** pro všechny věkové kategorie, zaměřené na prevenci civilizačních onemocnění
- **On-line služby**, mezi které patří zejména **VITAKARTA** – první elektronický zdravotní deník pro PC a mobilní telefony

... pro členy KČT - pojištěnce OZP navíc:

- Příspěvek na startovné na pochody Prahou turistickou 2015,
- Výhody a příspěvky na zdravotní prevenci a podporu zdravého životního stylu,
- ... a další aktivity.

OZP

OBOROVÁ ZDRAVOTNÍ
POJIŠŤOVNA

www.ozp.cz
infolinka 261 105 555



turistika.cz
pro větší zážitek z cesty i výletu



KAM po Česku
www.kampocesku.cz



PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA
GUE
GA
G
**Praha
volnočasová**

PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA
GUE
GA
G
**Praha
sportovní**

Člověče, pohni se, než bude pozdě!

Klub českých turistů, oblast Praha a partneři
vás zvou k účasti na 14. ročníku cyklu

PRAHOU TURISTICKOU

Záštitu Magistrátu hlavního města Prahy

část VII.: únor - březen 2016

Klub českých turistů, oblast Praha
Fügnerovo náměstí 3, 120 00 Praha 2
Pondělí - Čtvrtek 10.00 - 18.00 hod. (mimo prázdniny)
metro trasa C, stanice I. P. Pavlova
roh Legerovy ulice a Fügnerova náměstí



tel.: 224 261 919, tel./fax: 224 498 355
mobil: 736 754 030, e-mail: info@kct.cz
www.prahouturistickou.cz, www.kct.cz

UPOZORNĚNÍ:

Každý se účastní pochodu na vlastní nebezpečí.

Procházky zimní Prahou (PZP)

Start vždy: sobota (popř. neděle)

(46.) sobota 6. 2.



„Kolo, kolo Mlejnský“

Start: Stodůlky (M-B, směr výstupu Britská čtvrtě);
9:30-11:00 hod. (8, 10 km), 8:00-10:00 hod. (20 km),
7:00-10:00 hod. (40 km)

Trasa 8 km: - Chaby – Třebonice – Krteň – pramen
Prokopského potoka -

Trasa 10 km: - Chaby – Na Pískách – U Hájů – staré
Stodůlky -

Cíl: restaurace KD Mlejn (Kovářova 4/1614, P-13);
11:30-19:00 hod.

Připravil: KČT Praha-Karlov, odd. TurBan

(47.) sobota 13. 2.



„S Valentýnem na Valentinku“

Start: Hůrka (M-B); **9:00-11:00 hod.**

Trasa 10 km: - Cibulka – Šmukýřka – Santoška -

Cíl: rest. Na Valentince (Praha 5); 11:00-14:00 hod.

Připravil: KČT Trilobit Barrandov

(48.) sobota 20. 2.



„Pochod Prahou historickou - renesanční“

Start: restaurace U Holečků (Libocká 268/6, Praha 6),
TRAM 1, 18 a BUS 168, 191 Sídliště Petřiny;

10:30-12:00 hod.

Trasa 15 km: - letohrádek Hvězda – letohrádek
královny Anny – Nerudova – centrum Prahy -

Cíl: restaurace U Karla IV. (Neklanova ulice)

13:00-17:00 hod.

Připravil: Klub přátel a milovníků výletů

(49.)

sobota 27. 2.



„Zimou nezimou“

Start: MHD Sídliště Písnice (Libuš)

6:00-11:00 hod.

Trasa 7 km (dětská, kočárková): - Písnice – Modřanská
rokle – Modřany -

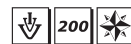
Trasa 10 km (20, 32, 52): - Písnice – Modřanská rokle
– Cholupice – Komořany – Modřany -

Cíl: restaurace Legál (Modřany); 10:00-20:00 hod.

Připravil: KČT Trilobit Barrandov

(50.)

sobota 5. 3.



„S Pohodou jarní přírodou“

Start: Davle, žst.; **9:30-11:00 hod. (15 km)**

a 6:30-11:00 hod. (25, 35, 50 km)

Trasa 15 km (25, 35 a 50): - Oleško – Březová –
Okrouhlo – Záhořanské údolí -

Cíl: restaurace V Pivovaře (Davle); 11:00-18:00 hod.

Připravil: KČT, odbor Pohoda Praha

(51.)

sobota 12. 3.



„Pochod Dr. Roberta Šumavského okolo Prahy“

Start: konečná TRAM Divoká Šárka (Praha 6);

8:00-10:00 hod. (12,5 km) a **8:00-9:00 hod. (28 km)**

Trasa 12,5 km (28): - Nebušice – Horoměřice – Kozí
hřbety -

Cíl: konečná BUS Výhledy (Suchdol);

11:00 - 16:30 hod.

Připravil: KČT Praha-Karlov, odd. Střelka

+ 35. stř. Junáka Praha

*Na těchto akcích lze plnit Oblastní odznak KČT,
oblast Praha KDY a KAM? – Pražský chodec.*

*Záznamník je pro členy KČT zdarma, pro nečleny
KČT je za poplatek a je možné si ho vyzvednout
v Infocentru KČT, Fügnerovo náměstí 3, Praha 2.*

(52.)

sobota 19. 3.



„Za jarním sluníčkem“

PĚŠÍ TRASY:

Start 10 – 12 hod. - Sluneční náměstí, Praha 13

Trasa 6 km (kočárková):

- Lužiny - Luka - Centrální park - Hůrka -

Start 9 – 12 hod. - Metro „A“ Petřiny, Praha 6

Trasa 10 km: - Letohrádek Hvězda - Bílá Hora -

Řepy - Prokopské údolí -

Start 8 – 10 hod. - Metro „B“ Radlická, Praha 5

Trasa 15 km: - Dívčí hrady - Prokopské údolí -

Dalejské údolí - Řeporyje - Stodůlky -

Start 7 – 9 hod. - Metro „C“ Chodov, Praha 4

Trasa 25 km: - Kunratický les - Modřanská rokle -

Braník - Chuchle - Slivenec - Prokopské údolí -

CYKLOTRASY:

Start 10 – 12 hod. - Sluneční náměstí, Praha 13

9 km: Okružní trasa vhodná pro rodiny s dětmi,
kočárky a bruslaře.

25 km: - Řepy - Chrástky - Ořech - Lužiny -

40 km: Lužiny - Černošice - Hlubočepy - Nová Ves

BĚŽECKÁ TRASA - 10 km

První turistický běh v rámci projektu „Běžecká
turistika 2016“. Partner projektu – HERVIS sports.

START 9:00 hod. - konečná TRAM Hlubočepy

Limit pro zařazení do slosování

o ceny od firmy Hervis sports je 90

minut. Losování cen v 11:00 v cíli

na radnici MČ Praha 13.



Cíl všech tras - do 16:00 hod.

Sluneční náměstí

Radnice MČ Praha 13.

*Vážení účastníci pochodu, upozorňujeme Vás,
že platnost zakoupených poukázek na startovné
pro členy KČT a pojištěnce OZP končí v sobotu
19. března 2016 na pochodu Za jarním sluníčkem.*