

Medzinárodné cyklistické preteky „Okolo Slovenska“ 2010

Na základe rozhodnutia organizačného výboru MCP sa mesto Liptovský Mikuláš v roku 2010 stalo etapovým mestom, čo znamená, že v ňom bol dňa 3.9.2010 cieľ 3. etapy (Veľký Krtíš – Liptovský Mikuláš) a štart 4. etapy v sobotu 4.9.2010 (Liptovský Mikuláš – Čadca).

Z dôvodu veternej kalamity, privalových dažďov a následného padania stromov bola však uzavretá št. cesta I/72 v úseku Čertovica – Malužiná, a tak organizátori pretekov operatívne vyriešili situáciu tak, že štart 3. etapy bol v Kráľovej Lehote a cieľ v Lipt. Mikuláši s tým, že okruh okolo priehrady Lipt. Mara sa išiel 2x. Trasa preteku bola nasledovná: Kráľova Lehota – Lipt. Hrádok – Lipt. Mikuláš – Vlasy – Lipt. Mara (priehradný múr) – Bobrovník – Lipt. Sielnica – Lipt. Trnovec – Lipt. Ondrašová – Bobrovec – Trstené – Lipt. Mikuláš a opäť uvedenou trasou okolo Lipt. Mary s cieľom v Lipt. Mikuláši.

Svitol pekný deň a o 13:15 hod. vyštartovali pretekári na upravenú trasu pretekov.

Keďže naša obec bola tiež súčasťou trasy pretekov, nezostali sme bokom. Od 14:00 hod. vyhrávala naša dychovka na námestí a čas prvého prejazdu pelotónu cez našu obec sa blížil. Nadšenci zo Skialpinistického klubu v Bobrovci umiestnili na námestí nafukovací pútač. Prvých pretekárov na námestí privítalo okolo 15:10 hod. už okolo 150 zvedavcov za tónov našej dychovky. Samozrejme čelo pretekov tvorili policajné sprievodné vozidlá a motorky, traťoví komisári, za pretekármi servisné vozidlá a zdravotná služba.

Druhý krát prešiel pelotón cez našu obec o 16:20 hod. a to už na čele s jazdcom v samostatnom úniku s náskokom cca 30 sek. pred pelotónom. Diváci vytvorili skvelú atmosféru, za čo im organizačný výbor ďakuje.

Myslím, že sme sa nenechali zahanbiť a v budúcich rokoch sa naša obec stane opäť súčasťou najvýznamnejších cyklistických pretekov na Slovensku.

Ing. Robert Volaj



Wellness masáže Medicor — Bankovanie —



Je to overená stará čínska masáž, ktorá Vás zbaví stuhnutého chrbta, krku, tenisového lakt'a a pomôže aj pri iných ochoreniach.

Na telo sa prikladajú plastové, gumené alebo sklenené banky, ktoré vytvárajú podtlak a prekrvujú kožu, stymulujú akupresúrne body a podporujú tok lymfatického obehu. Odplavujú sa škodlivé látky z tela a uvoľňuje sa svalstvo.

Pred bankovaním prevedieme krátku zahrievaciu masáž. Potom sa nahmatávajú na chrbte zatvrdnuté miesta - hrčky, zatvrdliny a poukladáme na ne banky. Banky necháme pôsobiť 5 až 15 minút. Potom jemne zložíme a na záver znova premasírujeme...

Čo treba robiť po bankovaní?

Nasledovné 2 dni je potrebný, dôsledný pitný režim, aby sa škodliviny, ktoré vytiahneme z vnútra do podkožia dostali z tela preč.

Bankovanie opakujte podľa potreby, môže byť bankovacia kúra 2x do týždňa, potom 6 až 9-krát raz do týždňa. Neskôr 2 mesiace pauza...

Čo sa bankovaním dosiahne?

Pôsobíme na obličky, močový mechúr, žalúdok, slezinu, pankreas, pečeň a žlčník, pohlavné orgány, lymfatický a imunitný systém, prekrvenie dolných a horných končatín.

Okrem chrbta môžeme dať banky aj na hrudník, brucho podbruško, stehná, lakty, kolenná aj chodidlá...

Nevhodné bankovanie pri: horúčke, tehotné ženy, silná menštruácia, hemofília, krvácavé cievy, leukémia, nádorové ochorenia a pod.

Pozývam Vás a ponúkam množstvo zliav a losovaciu akciu „**masáž zadarmo**“.

Od 1.10. do 31.10. 2010 bankovanie s 50% zľavou.

Kontakt: Lenka Drugáčová
Obecný úrad
2. poschodie
- vchod zadnou bránou
Č. tel: 0902/211 358



Pretek EZAKIMAK Červenec

V nedeľu 12. septembra sa uskutočnil ôsmy ročník preteku na horských bicykloch pod názvom Ezakimak Červenec, ktorý viedol z Bobrovca pod Vápenicu a závozom na chatu v Červenci.

Trasa je dlhá 11 km s prevýšením 780 m. Tento rok sme urobili aj súťaž pre deti, v ktorej chceme pokračovať a vzbudiť ich záujem

o šport. Preteku sa zúčastnilo spolu 49 pretekárov, čo bolo aj napriek peknému počasiu dosť málo. Opäť padol traťový rekord, ktorý si sám vylepšil o 1 min. slovenský reprezentant v cyklokrose Martin Haring. Trať zdolal za neuveriteľných 41,07 min. a to za nie celkom ideálnych podmienok.

Zo školákov sa najlepšie umiestnila Jana Táborná a medzi najmladšími Martin Danko.

Tešíme sa na ďalší ročník a hlavne na hojnejšiu účasť detí z Bobrovca.

Tomáš Kello

Druhá horolezecká expedícia do Álp

V priebehu roka sa postupne vykryštali-
zovala aj druhá zostava na zahraničnú
expedíciu, konkrétne Martin Horvát,
Martin Trizna, Martin Dirčík a Ján Lepiš. Cieľom
tentokrát boli Alpy, a to najvyšší vrchol Rakúska
Grossglockner 3798 mnm a svetoznámy
Matterhorn 4478 m. n. m. vo Walliských alpách zo
švajčiarskej strany. Cieľ sa nám podarilo naplniť
na 50%, no na miesto druhého vrcholu sme zvolili
myslím že celkom adekvátnu a hodnotnú náhradu.
Takže poďme pekne po poriadku. Najskôr sme išli
do Rakúska, cez Salzburg a tunel Felbentauer-
ntunnel sme vyšli do dedinky Kals am
Grossglockner, odtiaľ sme sa autom dostali do
výšky 1913 mnm, kde sme v neskorej nočnej
hodine hodili bivaľ pri aute. Ráno nás nepríjemne
prekvapil dlhotrvajúci lejak, už sme sa aj zberali na
odchod, no potom sa počasie začalo zlepšovať, čo
nám umožnilo aspoň vyjsť na chatu Stuhlhutte vo
výške 2801 mnm, kde sme aj prespali /10€ osoba/.
Po koštovke miestneho piva /3,60€/ sme išli skoro
spať a ráno sme normálkou vyrazili smer
Grossglockner. Počasie ráno nebolo zlé, prešli sme
ľadovec a ľahkou ferattou sme vyšli na chatu
Erzogen Johan hutte vo výške 3454 mnm. Tu už
prevládalo nevlúdne počasie, no ani to nás
neodradilo a vybrali sme sa po stopách hore. Všade
bolo kopec nového snehu, čo nám aj čiastočne
uľahčilo výstup/v strmých úsekoch nebol ľad/ a v
kombinácii s počasím to odradilo tie nekonečné
zástupy ľudí, čo za dobrého počasia stúpajú k
vrcholu. Výstup najskôr viedol strmým svahom k
skalnému výšvihu a potom kombinovaným
prudkým terénom až na vrchol Klein
glockner/3770 mnm/. Odtiaľ veľmi exponovaným



a vzdušným hrebienkom so zaisteným schádzaním
do sedielka, z ktorého nasledovala strmá stienka
zapadnutá snehom pod hlavný vrchol. Nasledoval už
len ľahký výstup k vrcholovému krížu, kde sa nám
akoby záprakom na chvíľu obloha pretrhla. Potom

už len schádzanie s najvyššou opatnosťou tou istou
cestou k chate a dole k autu/znova nás zastihol
strašný lejak/. Večierkom sme sa presunuli do
Talianska, konkrétne k jazeru Lago di Garda, kde
sme sa konečne obriadili a trochu si aj zaliezli na
skale nad cestou /vynitovaná 30 m cesta obtiažnosti
V/. Potom už len nasledoval presun cez sedlo
Simplon /2008 mnm/ do švajčiarskeho Taschu
/posledná legálna možnosť zaparkovať auto pred
Zermattom/. Po ubytovaní v miestnom kempe sme
sa hneď ponáhľali pozrieť do Zermattu na
Matterhorn. Pohľad naň nás vôbec nepotešil - bol
kompletne vysnežený od Hornliho chaty až na
vrchol. Po informovaní sa v miestnom Alpin centre



nám výstup neodporučili, vraj hore nechodia ani
miestni horskí vodcovia. Boli sme v rozpakoch, čo
ďalej. Situáciu vyriešilo stretnutie sa s našimi
českými bratmi, ktorí nám odporučili najvyšší vrch
v tejto oblasti a druhý po Mont Blancu - Dufour
Spitze v skupine Monte Rosa /4634 mnm/.
Zvažovali sme aj presun pod Mont Blanc, ale reku
keď sme už tu, poďme to skúsiť. Nakúpili sme
nejaké suveníry a na druhý deň sme sa
nekresťansky drahou zubačkou /52 € spiatočný
lístok/ vyviezli do stanice Rottenboden /2815



mm/. Odtiaľ sme museli zísť na ľadovec aj pomocou rebríka a prudkým výstupom sme vyšli na chatu Monte Rosa Hutte/2795 mm/. Keďže to bolo dosť nízko, aby sme si ušetrili čas a sily na nasledujúci výstup, vyšlapali sme si zhruba do výšky 3400 mm, kde sme za riadneho ležaku narýchlo postavili na snehu stan vedľa nemeckých kolegov a niečo narýchlo povarili. Po budičku o 4:00 hod. nás čakala jasná obloha a nekonečný výstup najskôr nebezpečným ľadovcom plným trhlín a potom snehovými plánami na skalný hrebeň. Celý čas nás sprevádzali úžasné výhľady najskôr na východ slnka a potom na nekonečné vrcholy Álp vrátane Mont Blancu a Matterhornu. Vo výške okolo 4600 mm nás čakalo niekoľko dĺžkové delikátne lezenie po skalnom hrebeni/2+/ v úžasnej expozícii a s fantastickými výhľadmi na

všetky strany. Po vrcholovej gratulácii nás čakalo veľmi nepríjemné a vysilujúce schádzanie v takmer kolmej stene zabezpečenej konopnými lanami do sedielka a odtiaľ po ľadovci za nenormálneho tepla až k nášmu stanu. Teplo a slnko narušilo niektoré snehové mosty cez ľadovcové trhliny na ľadovci - jeden most nevydržal a pod váhou prvoidúceho z nás sa rozsypal, našťastie sa nič vážneho nestalo - boli sme naviazaní, no prinútilo nás to ísť ešte opatrnejšie a predvídať. Noc sme strávili v stane ako predchádzajúcu noc - krásne pohľady na západ slnka za Matterhornom a na druhý deň únavný návrat do kempu tou istou cestou ako nahor. V kempe sme výstup trochu oslávili a na druhý deň po nákupe švajčiarskej čokolády pre našich najbližších sme sa cez Švajčiarsko a Rakúsko vrátili domov.

Bobrovčania v Dauphinských Alpách a Verdone

Koncom júla z Bobrovca vyrazilo 9 členov HO James Bobrovec smerom do Francúzskych Álp, národného parku Ecrin a lezeckej oblasti Verdo:

Milan Valaštiak, Jozef Rusina - Heli, Juro a Mišo Dankovci, Ivan Staroň, Marek Krajčí, Paľo Krajčí, Ľubo Blcha a Jakub Mikuláš.

CIEĽ VÝPRAVY:

- Lezenie na elegantnú Dibonovu vežu (3131 m), (obr. 1)
- Výstup na najjužnejšiu a najzápadnejšiu štvrtisícovku Barre des Écrins (4102), (obr. 2)
- Lezenie v oblasti Verdon. (obr. 3)



Vo večerných hodinách sme dorazili do krásnej dedinky La Berarde (1720 m). Našli sme miesto na bivaľ, nikto nás neriešil, spoločnosť nám robili iba somáre. Voda a záchody sú k dispozícii v dedinke pri infocentre. Na druhý deň sme navarili a zbalili sa na ďalšie dva dni (stany, spacáky, komplet materiál, laná, stravu). Popoludní vyrážame z Les Etages (dedinka nižšie) na chatu Refuge de Soreiller (2719 m).

Cesta ubieha bokmi a zrázmi celkom v kľude až do chvíle keď sa prehupneme cez prah a do očí nám udrie krásna veža Aiguille Dibona (3131 m). S plnou poľnou sme to zvládli za nejaké 4 hod. Chata Refuge de Soreiller je asi 5 min pod nástupom od

