

Zajímavosti o outdoorových-, turistických-, trekkingových a horských botách

Všeobecné informace

Boty jsou **důležitou součástí** vybavení.

Musí se noze nejen přizpůsobit, ale zaručit jí také **potřebnou stabilitu** a **jistotu** jak při lehkých tak i náročných túrách.

Obzvlášť důležitá je **opěrná funkce**, když k vlastní tělesné hmotnosti přibude ještě **hmotnost těžkého batohu**.

Dále je nutné vzít také ohled **na příležitost**, při které se boty používají: všední den, město nebo lehké procházky, pastvina a louka, vandr, trekking, vysoko-horské túry nebo expedice.

Nákupní tipy

Přizpůsobení bot

- **event. změřit délku chodidla** (hned vyzkoušet na vlastní funkční turistické ponožky- či podkolenky)
- nejvhodnější dobou na vyzkoušení bot je **odpoledne**
- vyzkoušet **různé modely** bot
- při uvolněných tkaničkách posuňte chodidlo až do špičky boty. **Mezi patou a botou** by měl zůstat volný prostor na šířku jednoho prstu (cca. **12 mm**).
- při zavázaných botách **se nesmí pata klouzat směrem nahoru** a nesmí docházet k otlakům
- **otestujte stabilitu kotníků** výkyvným pohybem do stran
- **prsty u nohou se nesmí** při chůzi z kopce (nerovném povrchu) **dotýkat špičky boty**
- **dejte si načas!**
- často diskutovaná otázka: **boty s- nebo bez GORE TEXové membrány?** Při krátkých túrách a dobré možnosti k usušení bot jsou kožené boty nepřekonatelné.
Výhoda GORE TEXových modelů: vodotěsnost, kontrolovaná produkce, vnitřní podšívka schne podstatně rychleji než u kožených bot - **výhoda při dlouhých túrách.**

Modely na všední den a do města

Od různých výrobců jako např. **SALOMON** a **LOWA** existují také nízce střížené modely se silnější konstrukcí podrážky, než je to u sportovních joggingových bot běžné. Tyto boty jsou lehké, moderní a chrání vazy při nošení lehkých batohů.

Vhodné pro: všední den, prohlídky měst, jízdu na kole, u trénovaných osob za určitých podmínek i pro trekking.

Outdoorové sandále

Mají **nastavitelné nylonové řemínky** u prstů u nohou, nártu a paty, nášlapku z měkké mikropěnovky a přilnavou gumovou podrážku (např. modely TEVA).

Vhodné pro: všední den, na cesty, do tropických oblastí, pro různé druhy vodních sportů atd.

Sandále s koženými řemínky jako např. LOWA a TEVA jsou vhodné pro všední den a volný čas.



Náš personál Vám rád poradí!

Lehké trekkingové modely

Z kůže se vsazením z cordury a nylonu. Částečně jsou vybavené také vodotěsnou membránou (např. GORE-TEX). Bota vybavená klimatizačním systémem transportuje pot navenek (jedno chodidlo produkuje až **200 g denně**) využitím pumpujícího efektu při chůzi.

Doporučuje se také **měkký a těsně přiléhající okrajový límec** s dobře vybaveným, prodyšným a měkkým polstrováním v oblasti kotníků. Nákladná a stabilní konstrukce podrážky s vytaženým okrajem, tlumícím klínem a gumovou profilovanou podrážkou zaručuje dobrou stabilitu a chrání chodidlo před špičatými kameny.

Vhodné pro: prohlídky měst, pastviny a louky, vandr, lehké trekkové a cyklistické túry.

Stabilní trekkingové modely

Pro náročné turisty při trvalém nasazení a vysoké námaze.

Boty jsou vybavené vrchním dílem a podšívkou z vysocehodnotné kůže nebo vnitřní konstrukcí z GORE-TEXu. Modely vybavené klimatizačním systémem transportují pot navenek využitím pumpujícího efektu při chůzi. Tyto modely se vyznačují měkkým, těsně přiléhajícím okrajovým límcem s prodyšným polstrováním v oblasti kotníků a postranní stabilitou. Nákladná a stabilní konstrukce podrážky s PU-mezipodrážkou, tlumícím klínem, gumovým ochranným okrajem a gumovou profilovanou podrážkou zaručuje dobrou stabilitu a chrání chodidlo před špičatými kameny.

Vhodné pro: vandry a trekking až do středních výškových oblastí, modely s pevnou mezipodrážkou např. LOWA, Meindl atd. jsou vhodné i pro náročné trekkingové túry a horolezecké stezky. Modely s GORE-TEXem jsou vhodné do každého počasí.

Modely pro vysokohorské túry s možností připevnění stoupacích želez

Vodoodpudivě zpracované z nejhodnotnější kůže, vybavené koženou podšívkou nebo GORE-TEXovou membránou. Nízká hmotnost, dobrá postranní stabilita, pevná mezipodrážka, vytažený gumový ochranný okraj, přilnavá profilovaná gumová podrážka s drážkou pro montáž stoupacích želez s vázáním se sklopnou páčkou zaručují stabilitu a jistotu při vysokohorských túrách do skal i na ledovec. Boty z umělohmotných materiálů jsou rovněž vhodné pro vysokohorské túry, avšak na šterku nejsou tak flexibilní jako kožené boty. Přesto mají velké přednosti: absolutně vodotěsné, teplejší a stabilnější. Vyjímatelná vnitřní bota je zároveň vhodná jako přezůvka do horské boudy a lze ji pohodlně použít při vysokých mrazech v bivaku nebo ve vyšších horských oblastech při spaní ve spacích pytlích.

Vhodné pro: vysokohorské túry do skal nebo na ledovec, náročné trekkingové túry a snadné, ale vysoké vrcholy.

Modely pro expedice

Výhradně z umělohmotných materiálů s vyjímatelnou vnitřní termoizolovanou botou. K nim se výborně hodí odpovídající termokamaše, např. expediční model firmy One-Sport.

Jak správně pečovat o boty?

- **před prvním použitím** 3 x nastříkat **impregnačním sprejem** a nechat 24 hodin uschnout
- **po použití** vyčistit **kartáčem/houbičkou** a nechat uschnout (v žádném případě na topení!)
- **nubuková kůže:** nejlépe ošetřit impregnačním sprejem. V delších časových intervalech vkartáčovat nemastný voskový krém.
- **hladká kůže:** impregnační sprej, voskový krém
- **přírodní kůže:** impregnační sprej po delší době používání, poté eventuálně vkartáčovat voskový krém
- **nikdy** neuchovávat **ve vlhkém sklepě nebo v kufříku auta!**

Výběr správných funkčních podkolenek/ponožek:

Příčinou puchýřů nebo odřenin jsou většinou nesprávné nebo špatně padnoucí ponožky/podkolenky (ne boty).

Úloha funkčních ponožek/podkolenek:

1. udržují nohy v suchu a transportují pot
2. izolují proti teplu/chladnu
3. zabraňují odírání kůže

Materiál musí být schopen **transportovat zvýšené množství vlhkosti** (např. polyester).

Konstrukce ponožek musí chránit ohrožené části nohou (polstrování).

Náš personál Vám rád poradí!