

## BĚŽECKÉ LOKALITY

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| 1. Královská obora neboli Stromovka ..... | 11 |
| 2. Hvězda .....                           | 16 |
| 3. Ladronka .....                         | 18 |
| 4. Hostivařská přehrada .....             | 20 |
| 5. Milíčovský les .....                   | 23 |
| 6. Kunratický les .....                   | 26 |
| 7. Vyšehrad .....                         | 29 |
| 8. Letná .....                            | 32 |
| 9. Máchalka .....                         | 34 |
| 10. Modřanská rokle .....                 | 35 |
| 11. Riegrovy sady .....                   | 36 |
| 12. Vidrholec – Klánovický les .....      | 38 |

## BĚŽECKÉ TRASY v Praze

|                                            |    |
|--------------------------------------------|----|
| 13. Centrum města .....                    | 43 |
| 14. Prokopské údolí .....                  | 46 |
| 15. Chuchelský háj aneb tři v jednom ..... | 48 |
| 16. Z centra po jedničce .....             | 50 |
| 17. Okruh Šárkou .....                     | 56 |
| 18. Cesta z města podél Vltavy .....       | 60 |
| MAPA OBLASTI .....                         | 64 |

## BĚŽECKÉ TRASY na sever od Prahy

|                                         |    |
|-----------------------------------------|----|
| 19. Staré Bohnice a okolí .....         | 66 |
| 20. Severní běhání .....                | 68 |
| 21. Po stopách předků .....             | 71 |
| 22. Tichým údolím a Kozími hřbety ..... | 76 |
| 23. Za krásami severní Prahy .....      | 78 |
| MAPA OBLASTI .....                      | 82 |

## BĚŽECKÉ TRASY *na jihozápad od Prahy*

|                              |    |
|------------------------------|----|
| 24. Za Kelty .....           | 84 |
| 25. Černošice–Řevnice .....  | 87 |
| 26. Cestou Karla IV. ....    | 89 |
| 27. Černošice–Stodůlky ..... | 90 |
| MAPA OBLASTI .....           | 92 |

## BĚŽECKÉ TRASY *na jihovýchod od Prahy*

|                                        |     |
|----------------------------------------|-----|
| 28. Lesy na východě .....              | 94  |
| 29. Hlubokými lesy v okolí Říčan ..... | 98  |
| 30. Sázava–Háje .....                  | 102 |
| 31. Přes hory a zlaté doly .....       | 104 |
| 32. Běchovická desítka opačně .....    | 106 |
| 33. Proti proudu Botiče .....          | 109 |
| 34. Utajená stezka .....               | 113 |
| 35. Voděradskými bučinami .....        | 114 |
| MAPA OBLASTI .....                     | 116 |

|             |     |
|-------------|-----|
| ZÁVĚR ..... | 119 |
|-------------|-----|