Vybíráme si jízdní kolo

Jak vybrat kolo?

Základem úspěchu je jízdní kolo o správné velikosti. Rozhodující je v tomto případě výška jezdce. Všeobecně se tvrdí, **že správná velikost kola se pozná podle toho, že cyklista stojící obkročmo nad kolem má horní rámovou trubku přibližně 5 cm od rozkroku**. Velikost rámu je udávána zpravidla v palcích (1 palec = 2,54 cm) a může se nepatrně odlišovat podle jednotlivých výrobců. Velikost kola se liší také podle jeho typu – horské, crossové a silniční.

Správný typ

Ne s každým kolem můžete vyrazit do terénu. Musíte tedy vybrat správný druh, abyste si zážitek z jízdy naplno vychutnali:

1. Silniční kolo na tenkých pláštích nebo galuskách je vhodné pro překonávání delších vzdáleností na kvalitních silnicích. Tato kola bývají **velmi rychlá a zpravidla také lehká**. Rychlost kola má ale i druhou (odvrácenou) stránku – u nejtěžších převodů se musíte opřít do pedálů s větší silou.

2. Horské kolo je bytelný bicykl, navržený pro jízdu v horských oblastech, jízdu mimo udržované stezky nebo cesty a jiné náročnější terény. Od silničního kola se horské liší **robustním rámem, širokými pneumatikami** pro lepší zvládání terénních nerovností, **převody uzpůsobenými pro náročnou jízdu v terénu**. Některá horská kola navíc disponují **odpružením předních i zadních kol**. Horská kola nemívají blatníky, aby se pro nánosy mokré půdy nezadřela kola.

3. Trekkingová nebo také crossová kola jsou kompromisem mezi horskými a silničními koly. Rozdíl mezi nimi je pouze v doplňcích. Crossové kolo nemá blatníky, nosič zavazadel a podobně. Je tak vybaveno pro jízdu na horších cestách a v členitějším terénu. **Trekkingové kolo je určené pro méně kvalitní cesty, ale můžete s ním okrajově zajet i do terénu.** Je **ideální pro rekreační cykloturistiku**, protože ta se většinou odehrává na silnicích nižších tříd nebo na cyklostezkách. Velikost rámu trekkingových kol je někde mezi horským a silničním kolem. **Na rovině jim užší pláště dávají možnost vyšších rychlostí, ve stoupání se potom díky rozsahu převodů vyrovnají horským kolům.**

Materiál rámu

K výrobě rámů kol se využívá hned několik materiálů. K nejčastěji používaným patří **hliník, scandium, karbon a ocel:**

1. **Hliníkové rámy** mají největší **výhodu v nízké hmotnosti kola**. Nevýhodou je pak **vysoká cena a malá pružnost**.
2. **Vyšší pevnost a pružnost** hliník získává použitím příměsi výše uvedeného **scandia**.
3. V současnosti nejlepším materiálem pro výrobu rámů jízdních kol je karbon. **Karbonové rámy** jsou **extrémně pevné a lehké**. Nevýhodou stále zůstává **vysoká pořizovací cena**.
4. Nejvyužívanějším materiálem mezi víkendovými jezdci je proto stále **ocel**. Její výhodou je **pružnost a nízká cena**. Spolu s přidanými slitinami jsou tato kola navíc odolná při nárazu.

Kolo pro děti

Při výběru správného kola pro nejmenší členy rodiny je **důležitá jak velikost, tak celková stavba kola**. **Malé kolo nedovolí dítěti udržet správnou stabilitu** a v extrémních případech může dítě koleny narážet do řidítek. **Velké kolo naopak zvyšuje pravděpodobnost pádu** a špatného sesedání z kola.

Na cyklovýlety s malými dětmi

Jestli jsou vaše robátka ještě příliš malá na sezení ve vlastním sedle, máte jiné možnosti, jak vyrazit na společný výlet na kolech. **Někdo si pořídí závěsné vozíky**, kde díky speciální sedačce (určené pro děti už od 1 měsíce věku) je dítě v bezpečí. Speciální moskytiéra dítě ochrání před prachem a hmyzem.

K dispozici jsou vám také cyklosedačky určené dětem ve věku od 18 měsíců. Nevýhodou je, že dítě není

chráněno před prachem, hmyzem ani nebezpečím, jakými jsou okolní větve nebo přímé sluníčko. Nabídka cyklosedaček je na našem trhu široká a při jejich výběru by se nemělo nic zanedbat. Náš **článek o tom, jak vybrat správnou cyklosedačku** si přečtěte ZDE

Pokud už dítko umí sedět a šlapat do pedálů, můžete ke zvýšení bezpečí použít spojovací tyč mezi dospělé a dětské kolo. Teleskopické tyče vám ušetří místo, a když robátku docházejí síly, i vaši trpělivost.

Přilba – ano nebo ne?

I cyklista je účastníkem pozemního provozu. Musí se tedy řídit zákonem o provozu na pozemních komunikacích. Mezi nejdůležitější informace pro výletníky pak patří novelizace zákona 361/2000 Sb., která **zvyšuje věkovou hranici pro používání cyklistické přilby z 15 na 18 let**, a to bez ohledu na to, zda cyklista jede v obci nebo mimo obec. **Dětská hlava je zranitelnější než hlava dospělého, a proto zbytečně neriskujte.** Také pro dospělé by měla být přilba při jízdě na kole samozřejmostí. V nejkritičtějších situacích vám může zachránit život.

Jak vybrat správnou přilbu?

Moderní technologie a materiály dávají sbohem výmluvám, že vám v přilbě bude horko, zima, bude vás tlačit atp. Můžete si vybírat z mnoha tvarů, velikostí, barev i designu. **Existují cyklistické přilby s odepínacím kšiltem, zateplovací vložkou nebo s čelovou svítilnou**. Z širokého spektra jsou nejlevnější variantou neseřiditelné přilby s pevnými vycpávkami. Střední cestu představují přilby, které nastavují velikost obvodu hlavy symetrickou dvojicí pásek v zadní části přilby. Nejnovějším typem je kolečko v zadní části přilby, které upravuje obvod hlavy, tzv. GPS systém. Jeho výhodou je rychlost manipulace a přesnost seřízení.