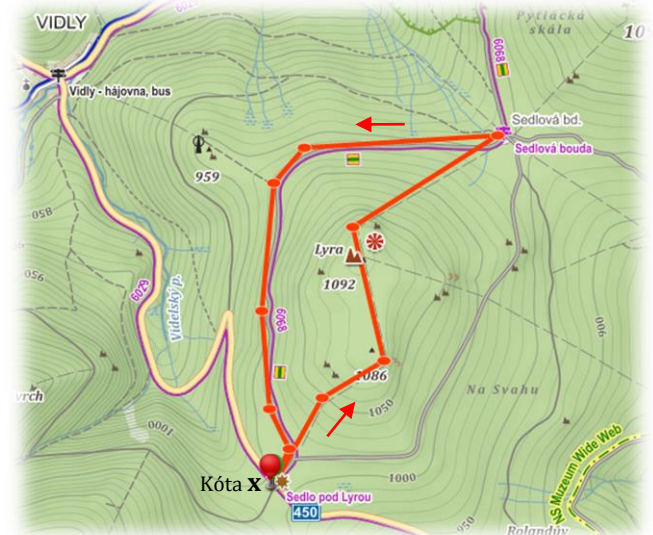
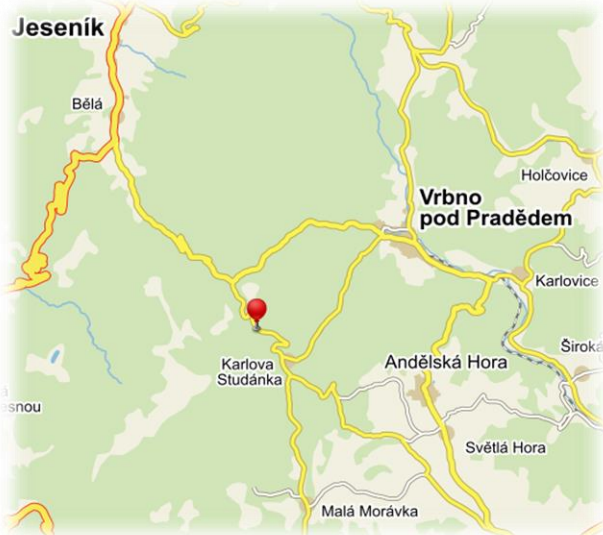


8. Cestičkou



horskou pěšinou ke skalám na vrcholu Lyry (1092 m)

Výlet nádhernou horskou přírodou a překrásným smrkovým lesem s výhledy do Medvědké hornatiny a na okolní vrcholy včetně Pradědu.



Délka trasy: 5,3 km celkem



- jde o okružní trasu, start **na parkovišti u přístřešku Sedlo pod Lyrou / turistické rozcestí Kóta** (3km od Karlovy Studánky po hlavní silnici směr Vidly), cíl je tamtéž
- trasa vede mimo značené turistické trasy



- nádherný smrkový les plný hub a borůvek
- úžasné výhledy ze skalisek na vrcholu i cestou z Lyry dolů





- restaurace **Pod Věží** nebo hotel **Džbán** (obojí v centru Karlovy Studánky)
- dozásobit se před výletem můžete v prodejně Hruška v Malé Morávce (nalevo od zastávky Malá Morávka zast.), případně v samoobsluze v Karlově Studánce (u dolního parkoviště – směr Vrbeno p.P.)
- osvěžit se můžete u **lesního pramene** (těsně před loveckou chatou Sedlová bouda, na kterou narazíme při sestupu z Lyry, u boudy je také ohniště s lavičkami)
- spousty **borůvek** a **brusinek** cestou

LYRA

- ❖ jedna z 56 „tisícovek“ v pohoří Hrubého Jeseníku
- ❖ na rozsáhlé zalesněné ploše mnoha desítek kilometrů čtverečních prakticky nikdo nežije a nevede tudy ani mnoho značených tras
- ❖ o to úžasnější a kouzelnější celé místo je a určitě stojí za návštěvu



Kudy kam:

- ✓ od parkoviště (turistického rozcestí **Kóta**) se vydejte po vedlejší silnici **po zelené** cyklostezce , po cca 150 metrech dorazíte na větší mýtinu (připomínající parkoviště), odkud pokračujte rovně **lesní pěšinou** (začíná přímo mezi oběma silnicemi)
- ✓ touto pěšinou pak běžte cca 1,4 km (do místa, kde se cesta začne pozvolna svažovat) – zde pak po pravé straně uvidíte **skály na Lyře** (s úžasnými výhledy)
- ✓ odtud pak pokračujte dál lesní pěšinou (nyní již z kopce), až dorazíte **k Sedlové boudě**
- ✓ od Sedlové boudy se pak nazpět na parkoviště / rozcestí Kóta vydejte **po zelené** cyklostezce  (po silnici)



Věděli jste, že takové **brusinky** jsou nejen chutná, ale i velmi zdravá svačinka...

- ❖ Se svojí spoustou vitamínů skvěle působí při průjmech, horečkách, nachlazení, ale dokonce i při cukrovce a rakovině a např. při léčbě zánětů močových cest hravě nahradí antibiotika.
- ❖ Plody brusinky v průběhu dozrávání značně mění svou barvu - zprvu jsou bílo-zelené, postupně blednou do jasně bílé zářivé barvy a nakonec sytě zčervenejí.
- ❖ Mají svůj původ na americkém kontinentu, kde byly hojně používány už domorodými indiány k barvení látek, koberců, ale i na obklady při léčení ran způsobených jedovatými šípy
- ❖ Stará indiánská legenda vypráví o brusinkách jako o daru Velkého ducha. Kytičku brusinek prý přinesla z nebes v zobáku holubice a upustila ji ve vřesovištích na severovýchodním pobřeží Severní Ameriky.
- ❖ Krocán s brusinkovou omáčkou je v Americe dodnes tradičním pokrmem v **Den díkůvzdání**
 - v USA slaven každoročně čtvrtý čtvrtek v listopadu (v Kanadě druhé pondělí v říjnu)
 - je svátek připomínající oslavu první úrody, o kterou se dělili Poutníci (první američtí osadníci) a původní obyvatelé Ameriky
 - slaví se od roku 1621 a v USA se během tohoto dne spotřebuje až kolem 50 000 000 krocánů!



Tajný nápis na kameni u Sedlové boudy

Prosba lesa

*Jsem dárcem tepla Tvého krbu
za chladných nocí v zimě
a dárcem příjemného chládku
v žáru letního slunce.*

*Já jsem dal trámovi Tvému obydlí
a desku Tvému stolu.
Ze mne je lože, ve kterém spáváš
i klec Tvého rádia.*

*Já jsem dal toporo Tvé sekeře
a branku do Tvého plotu.
Ze mne je dřevo Tvé kolébky
i Tvojí rakve.*

*Já jsem tím, čím pro život je chléb
a pro vázu květina.
Vyslyš tedy prosbu mou, opatruj mě
a chraň i pro věky budoucí.*

*Co láska k lesu vytvořila, necht' dobrá
vůle zachová.*

