

Divoká Šárka

Dlouhá varianta

Po startu seběhneme z hráze a vzápětí opět stoupáme po silničce až do zatáčky, kde zabočíme vlevo na asfaltku se žlutou značkou. Po asfaltce běžíme dalších 700 m až k altánku na kraji louky, kde opouštíme žlutou značku a pokračujeme po cestě vedoucí krajem louky. Přebíháme potok a malý remízek a po 700 m od altánu zatáčíme na kraji lesa vpravo na lesní cestu, která nás provází dalších 700 m až na asfaltku, po které seběhneme ke koupališti. Od koupaliště pokračujeme údolní asfaltkou, která nás mírným stoupáním mezi skalami přivede až do cíle.

Doporučené tempo

Délka	Výkonostní	Kondiční	Rekreační
4200 m	15 min.	19 min.	22 min.

Střední varianta

Po startu seběhneme z hráze a vzápětí opět stoupáme po silnici až do zatáčky, kde zabočíme vlevo na asfaltku se žlutou značkou. Po asfaltce běžíme dalších 700 m až k altánku na kraji louky, kde opouštíme žlutou značku a pokračujeme rovnou po pšíně vedoucí středem louky. V údolí seběhneme potok po devném mstku a zatáčíme vpravo na pšínu podél potoka. Po pšíně běžíme zhruba 600 m až ke koupališti. Zde odbočíme vpravo na asfaltku, která nás mírným stoupáním mezi skalami přivede až do cíle.

Doporučené tempo

Délka	Výkonostní	Kondiční	Rekreační
3000 m	11 min.	13 min.	16 min.

Krátká varianta

Z hráze nádrže Džbán vyběháme po červené značce do prudkého kopce. Kamenitá cesta nás po 300 m přivede na náhorní plošinu, kde spolu s červenou značkou zatáčíme vlevo, okolo vrcholu Džbán a vyhlídky Díví skok pokračujeme po polní pšíně. Po 900 m přebíháme na křižovatku pšín, zatáčíme vpravo na pšínu, po které seběhneme louku, a seběhneme stejnou cestou jako na začátku do cíle.

Doporučené tempo

Délka	Výkonostní	Kondiční	Rekreační
1600 m	6 min.	7 min.	8 min.