

PLANINE

10

NAJVIŠIH

Od Everesta do Annapurne

LAVINOZNO!

- Jesam li ja lud
što želim napolje?
- Andiamo
in montagna
- Odgovorno
ponašanje u prirodi

MARKET

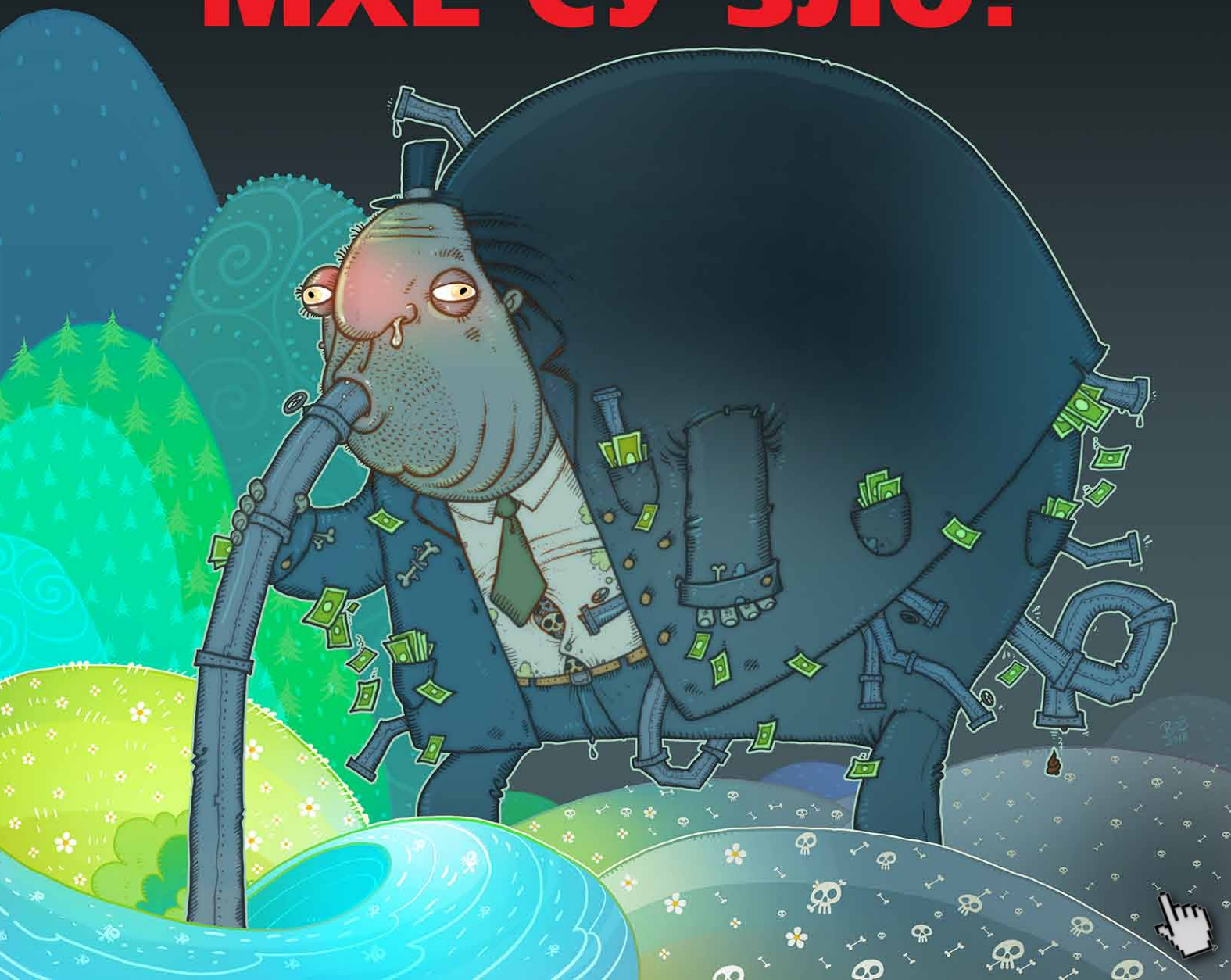


Izbor najpopularnijih
ženskih
hiking cipela



KO UBIJA REKU

UBIO JE RIBU, UBIIO JE ŠUMU,
UBIO JE PTICU, UBIIO JE PLANINU.
MIJE SU ZLO!



BESPLATNI OUTDOOR MAGAZIN / 20. avgust 2020.

→ PLANINE



22 Deset najviših

Od Mont Everesta do Annapurne - preko svih gorostasa između njih - to su najviše planine na našoj Planeti...

34 Velež & Maglić

Planinari iz više gradova iz Srbije pevali su „Bosno moja, jabuko u cvetu” šetajući Sarajevom, Mostarom i okolnim planinama...



→ VISOKOGORSTVO

94 Market - Izbor najpopularnijih ženskih hiking cipela



PROPELER

46 Velebitska romantika

Samo zajedno hodati u tišini obilazeći vrhove, dolove, pašnjake, grebene i šume. Mi i Velebit - ništa više!

AONS

54 Šestorica su penjali k'o jedan
Kako su Ljetnji alpinistički kurs u organizaciji AONS-a preživeli momci iz Prnjavora...

BICIKLIZAM

66 Za sirac sira
Deveta po redu MTB trka „Za sirac sira” - Žakovo 2020. u organizaciji Biciklističke sekcije PD „Vučji zub” iz Trebinja održana je 5. jula u selu Žakovo...

TEHNIKE

74 Bonton na via ferratama
Osnovna pravila i postupci za kretanje VF stazama...

LAVINOZNO!

80 Jesam li ja lud što hoću napolje?
Plašim da će ova godina biti upamćena kao „godina koju je pojela korona”...
86 Andiamo in

montagna

Pravim outdoor ljudima ovaj tekst je suvišan, ali upravo vi - čitaoci ovog magazina - morate da budete svest i savest „turista” koji su pohrlili u planine...

90 Za odgovorno ponašanje u prirodi

Stručnjaci Zavoda za zaštitu prirode Srbije upozoravaju da povećano interesovanje za prirodu mora da prati odgovorno ponašanje posetilaca...



GORSKA SLUŽBA SPASAVANJA

92 Tehnologija koja čuva živote onih koji spasavaju tuđe živote



SAVETI I TRIKOVI

102 13 penjačkih lekcija koje prave razliku

EKOLOGIJA

106 Zlatni nalaz na Pešteru
Na teritoriji beloglavih supova, istraživači su 15. juna

zabeležili novu vrstu ptice u Srbiji - azijskog zlatnog vivka...

109 Najviše lasta u domaćinstvu
Gvozdenović iz Kraljeva

PUTOVANJA

110 Najzanimljivije znamenitosti pod zemljom u Rusiji

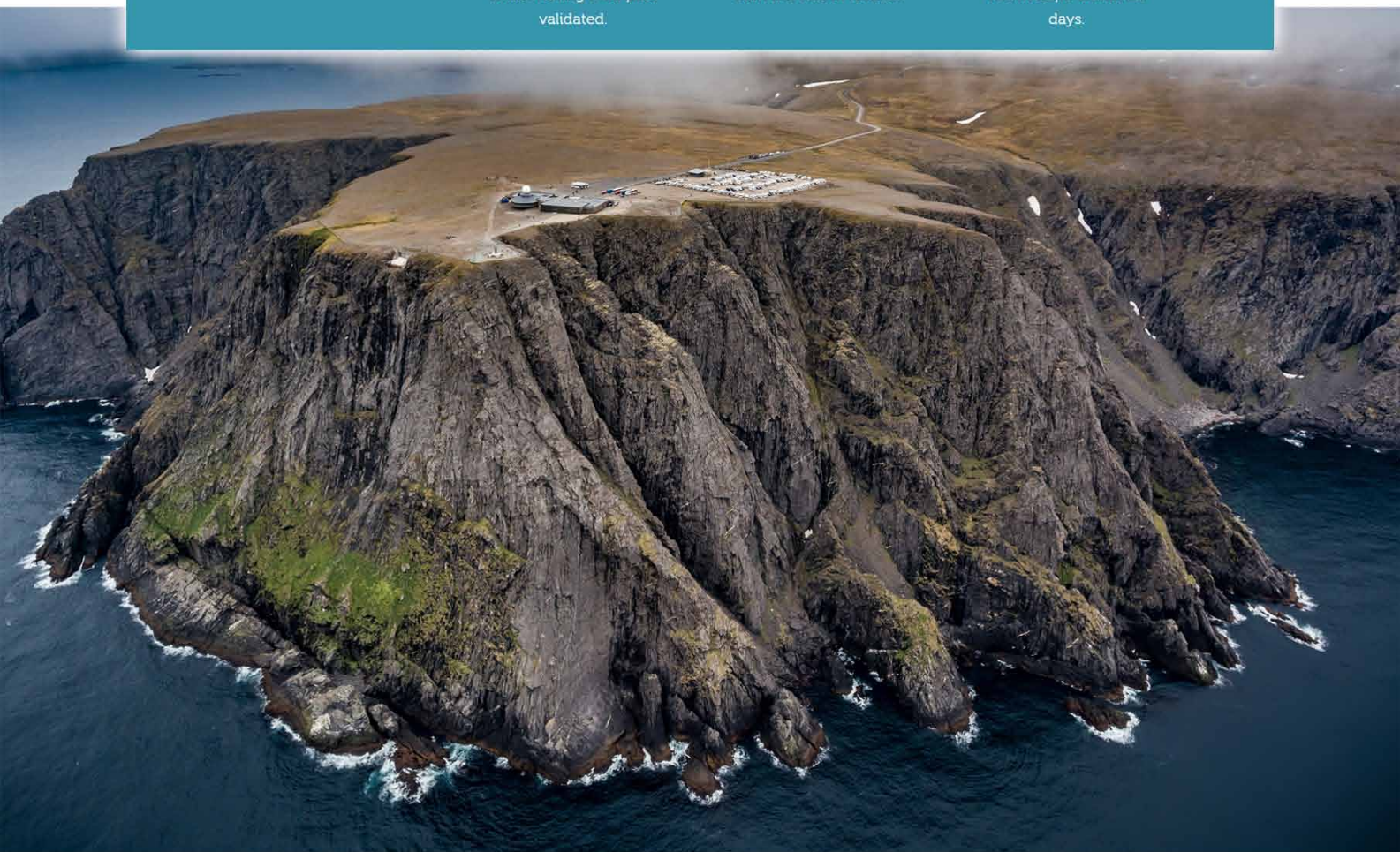
115 Kroz prozor voza na Transsibirskoj pruzi





1 continent, 11 countries, 4000 km self supported with a legendary destination, the Arctic Circle! This is the NorthCape4000, the Ultracycling Bike Adventure.

FIXED ROUTE	GATES	UNSUPPORTED	TIME LIMIT
We traced 4000 km of timeless atmospheres, amazing landscapes and natural sceneries. All united, to the Great North.	There are 4 obligatory checkpoints or "Gates" where participants have to pass through. Here one can catch their breath whilst having their pass validated.	A legendary adventure requires legendary participants. No outside support whatsoever, total autonomy. You have to earn the title of finisher.	Experience the event and cover the distance in the time you want; however, to be a Finisher of Edition IV, you have to reach North Cape within 22 days.



www.northcape4000.com

Postanite
PATREON
podržite naš rad



DONIRAJ
PayPal

MOJA PLANETA 85 • avgust 2020.
Besplatni outdoor magazin za aktivan život • PDF izdanje

Osnivač i izdavač:
Studio za dizajn „Smart Art“
Adresa redakcije:
Narodnog fronta 65, 21000 Novi Sad
Glavni i odgovorni urednik:
Jovan Jarić (jovanjaric@mojaplaneta.net)



Art direktor:
Marica Puškaš
Prelom:
Studio za dizajn „Smart Art“
Fotografije:
Dreamstime, Pixabay, Studio za dizajn „Smart Art“
Advertajzing:
062/22-37-47

Izdanje je besplatno i distribuira se u PDF formatu, putem elektronske pošte. Stari brojevi se mogu downloadovati iz arhive sa Internet adrese:
www.mojaplaneta.net

CIP - Katalogizacija u publikaciji
Biblioteka Matice srpske, Novi Sad
796.5

MOJA planeta [Elektronski izvor] : besplatni outdoor magazin za aktivan život / glavni urednik Jovan Jarić . -
Online izd.- Elektronski časopis . - 2010, br. 1 - . -
Mesečno . - Dostupno na http://www.mojaplaneta.net
ISSN 2217-3307
COBISS.SR-ID 255946503
Magazin upisan u Registar javnih glasila Srbije pod registarskim brojem:
DE: 000002

Izdavač zadržava sva prava. Svi autorski tekstovi, fotografije i ostali sadržaji objavljeni su uz odobrenje autora. Svi pisani i foto materijali u vlasništvu su Studija „Smart Art“ i autora. Kopiranje, dalja distribucija teksta (delimično ili u potpunosti) i fotografija u komercijalne svrhe zabranjena je u svim medijima bez pismene dozvole Studija „Smart Art“ i autora. Tekstovi i fotografije se objavljuju isključivo bez novčane naknade. Redakcija i izdavač ne odgovaraju za sadržaj i istinitost reklamnih poruka i tekstova. Redakcija i izdavač ne odgovaraju za štamparske i nenamerne greške. Redakcija nije obavezna da vraća i odgovara na primljene rukopise, fotografije i elektronsku poštu.

ČITAJTE NAS PREKO SMARTPHONA

Naše novine takođe možete da čitate koristeći aplikaciju NOVINARNICA.NET (za android operativni sistem), a magazin potražite u kategoriji besplatne novine. Aplikaciju možete da skinete na sledećem direktnom linku:



DOSTUPNO U DIGITALNOM FORMATU
www.novinarnica.net

POTRAŽITENA:
www.mojaplaneta.net

Pronađite svoje mesto na planini

ADRESAR PLANINARSKIH DOMOVA
IZ CELOG REGIONA NA JEDNOM MESTU

Stare brojeve magazina „Moja planeta“ možete skinuti sa Internet adrese:
www.mojaplaneta.net
na linku ARHIVA



SLEDEĆI BROJ MAGAZINA „MOJA PLANETA“ IZLAZI 15. OKTOBRA 2020.

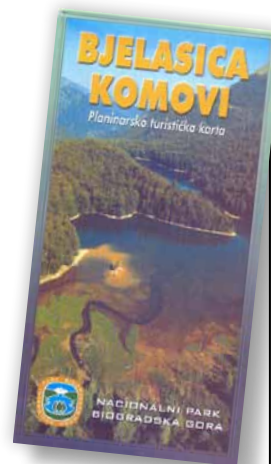
Bjelasica i Komovi, Nacionalni park „Biogradska Gora”

Razmer: 1:60.000

Format: 66 x 94 cm

Format savijene: 12 x 23 cm

Opis: Na planinarsko-turističkoj karti planina Bjelasica i Komovi prikazana je granica nacionalnog parka Biogradska Gora sa granicom zaštićenog područja. Na poledini karte date su turističke informacije sa fotografijama i tekstovi o planinama Bjelasici i Komovima, nacionalnom parku i gradovima Kolašin, Bijelo Polje, Mojkovac, Berane i Andrijevica, koji se nalaze na obodu planine Bjelasice.
Cena: 500 din. + PTT



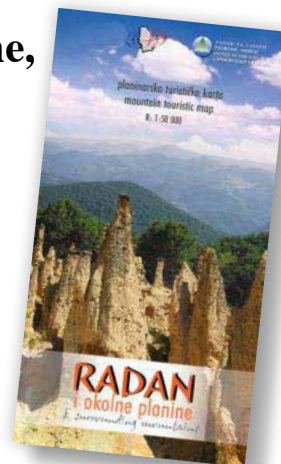
RADAN i okolne planine, planinarsko turistička karta

Razmer: 1:50.000

Format: 96 x 67 cm

Format savijene: 12 x 22 cm

Opis: Na karti je prikazano područje planine Radan planine i okolnih planina. Označeni su Đavolja varoš, Caričin grad i Prolom Banja sa turističkim objektima, stazama zdravlja i lovištima. Na poledini karte dati su osnovni podaci o prirodnoj i kulturnoj baštini i turističkim objektima na tom delu Srbije na srpskom i engleskom jeziku sa odgovarajućim fotografijama.
Cena: 500 din. + PTT



Suva planina i Svrlijske planine, planinarsko turistička karta

Razmer: 1:55.000

Format: 96 x 67 cm

Format savijene: 12 x 22 cm

Opis: Na karti je prikazana Suva planina i Svrlijske planine sa prirodnim i kulturnom baštinom, turističkim objektima i obeleženim planinarskim stazama. Na poledini karte se nalaze fotografije sa odgovarajućim tekstom na srpskom i engleskom jeziku.
Cena: 500 din. + PTT



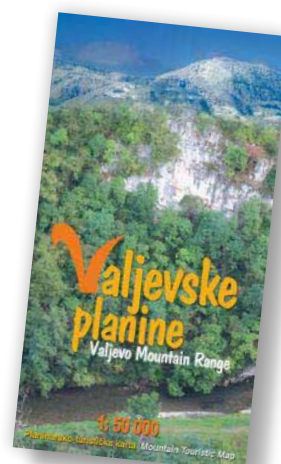
Valjevske planine, planinarsko turistička karta

Razmer: 1:50.000

Format: 96 x 67 cm

Format savijene: 12 x 22 cm

Opis: Na karti je prikazano područje Valjevskih planina sa prirodnim i kulturnom baštinom i turističkim sadržajem. Na poledini karte date su fotografije sa odgovarajućim tekstom na srpskom i engleskom jeziku.
Cena: 500 din. + PTT



Stara planina, park prirode

Razmer: 1:50.000

Format: 67 x 96 cm

Format savijene: 12 x 23 cm

Opis: Na planinarsko-turističkoj karti područja Stare planine i Pirota prikazano je područje parka prirode Stara planina sa granicama rezervata I i II stepena zaštite i lokacijama turističkog sadržaja. Na poledini karte date su fotografije i podaci na srpskom i engleskom jeziku o odlikama oblasti Stare planine, flori, faunu i vegetaciji ovog područja i turističkim objektima i izletištim. U prilogu je data karta područja parka prirode i turističke regije u sitnijoj razmeri.
Cena: 500 din. + PTT



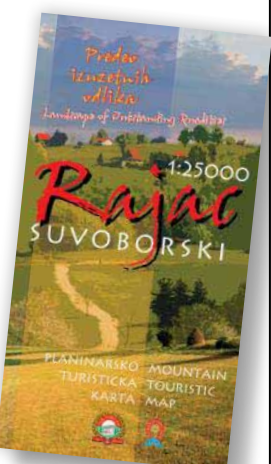
Rajac, planinarsko turistička karta

Razmer: 1:25.000

Format: 96 x 67 cm

Format savijene: 12 x 22 cm

Opis: Planinarsko turistička karta Rajca izrađena je u saradnji sa Planinarskim društvom „Pobeda” i na njoj je prikazano šire područje Rajca: od Ljiga na severu do Koštunica na jugu i od Struganika na zapadu do Boljkovca na istoku.
Cena: 500 din. + PTT



Divčibare, planinarsko turistička karta

Razmer: 1:6.500

Format: 96 x 67 cm

Format savijene: 12 x 23 cm

Opis: Karta je izrađena na ortofoto podlozi sa prikazom turističkog sadržaja, planinarskim stazama, označenim vidikovcima i dr. Na poledini karte dat je tekst sa fotografijama o turističkom sadržaju na srpskom i engleskom jeziku.
Cena: 500 din. + PTT



Nacionalni park „Fruška gora”

Razmer: 1:60.000

Format: 96 x 55 cm

Format savijene: 12 x 25 cm

Opis: Na planinarsko-turističkoj karti prikazano je područje nacionalnog parka Fruška Gora sa granicom zaštićene zone, granicama I, II i III stepena zaštite. Na poledini karte nalaze se informacije o Fruškoj Gori i Sremskim Karlovcima sa fotografijama.
Cena: 500 din. + PTT



Vlasina, predeo izuzetnih odlika

Razmer: 1:30.000

Format: 97 x 96 cm

Format savijene: 12 x 22 cm

Opis: Karta prikazuje područje Vlasinskog jezera sa širim okruženjem, zaštićeno krajem 2005. godine kao predeo izuzetnih odlika „Vlasina” i kategorisano kao prirodno dobro od izuzetnog značaja za Srbiju. Na poledini karte dat je tekst na srpskom i engleskom jeziku sa podacima o ovom predelu.
Cena: 500 din. + PTT



Nacionalni park „Tara”

Razmer: 1:50.000

Format: 75 x 60 cm

Format savijene: 12 x 25 cm

Opis: Na planinarsko-turističkoj karti prikazano je područje NP „Tara” sa rezervatima prirode, planinarskim i pešačkim stazama i turističkim sadržajem. U prilogu su fotografije vrsta biljaka i životinja. Na poledini karte dati su plan grada Bajina Bašta i karta Šarganske osmice, kao i opisi turističkih izletišta.
Cena: 500 din. + PTT



EKolist

ISKREN PRIJATELJ PRIRODI I ČOVEKU

Tel/fax: 021/780 - 537
Mobil: 065/888-08-57
E-mail: ekolist@yahoo.com
www.ekolist.org

***Prodaja u pretplati**

20 PLANINARSKO-BICIKLISTIČKIH KARATA FRUŠKE GORE



+ VODIČ SA OPISIMA STAZA NA 140 STRANA

Novo izdanje sa ucrtanim novim stazama Fruškogorskog maratona

Format: 46 x 34 cm

Format savijene: 17 x 15,5 cm

Tekstualni deo: 140 stranica + geografske karte [20 presavijenih listova]

Opis: Koliko ste se puta zapitali, boraveći na Fruškoj gori, kada ste na mnogo mesta oko sebe videli planinarsku markaciju (oznaku na drveću, putu, ogradi), beo krug i crveno srce u sredini: „Šta ovo znači?“ Evo odgovora na to pitanje: To je markacija staza planinarskog maratona na Fruškoj gori, koju smo mi odabrali, kao simbol zdravlja. Ovom markacijom pokriveno je ukupno 19 staza maratona na Fruškoj gori, u ukupnoj dužini od 932,066 km, od čega je 97% staze u šumi. Od sada ne bi smela da postoji dilema kuda koja staza vodi. Uz pomoć ovog vodiča moći ćete preko cele godine, a ne samo u dane kad se održava planinarski maraton, u vremenu koje vama odgovara, da odaberete bilo koju od staza maratona i da je bez ikakvih teškoća uspešno savladate. Ja vam savetujem da stazu birate uvek prema svojim trenutnim psihofizičkim mogućnostima, i nemojte birati onu koju volite, već odaberite onu koja će vas posle prolaska učiniti srećnijim i zadovoljnijim.

Pred vama je veliki izbor, staza je ukupno 19 i njima je pokriven najlepší deo naše lepote Fruške gore. Karte koje imate u prilogu ovog vodiča biće vam od velike koristi. U opisu staza maratona često se pominje reč kontrolna tačka (KT), koja je bitna samo u dane održavanja maratona, kada se na posebnoj kontrolnoj knjižici overava prolazak kroz određeni predeo.

Vreme potrebno da se staza savlada, u vodiču je dato uz pretpostavku lagane šetnje i uživanja u planini. Dobro fizički i psihički pripremljeni ljubitelji prirode, dato vreme će znatno, znatno skratiti.

Poštovani planinari, maratinci, planinski biciklisti, ljubitelji prirode i rekreacije u njoj, zaljubljenici u Frušku goru, zarazite se prirodom zarad zdravlja – pošujmo prirodu, postignimo nedostižno...

Cena kompleta: 1.000 din + PTT

PORUČITE

Karte možete naručiti na mail:
magazin@mojaplaneta.net

Potrebno je da nam pošaljete vaše ime, prezime, adresu, broj telefona, koju kartu želite i koju količinu naručujete.



PLANINE I VRHOVI BALKANA

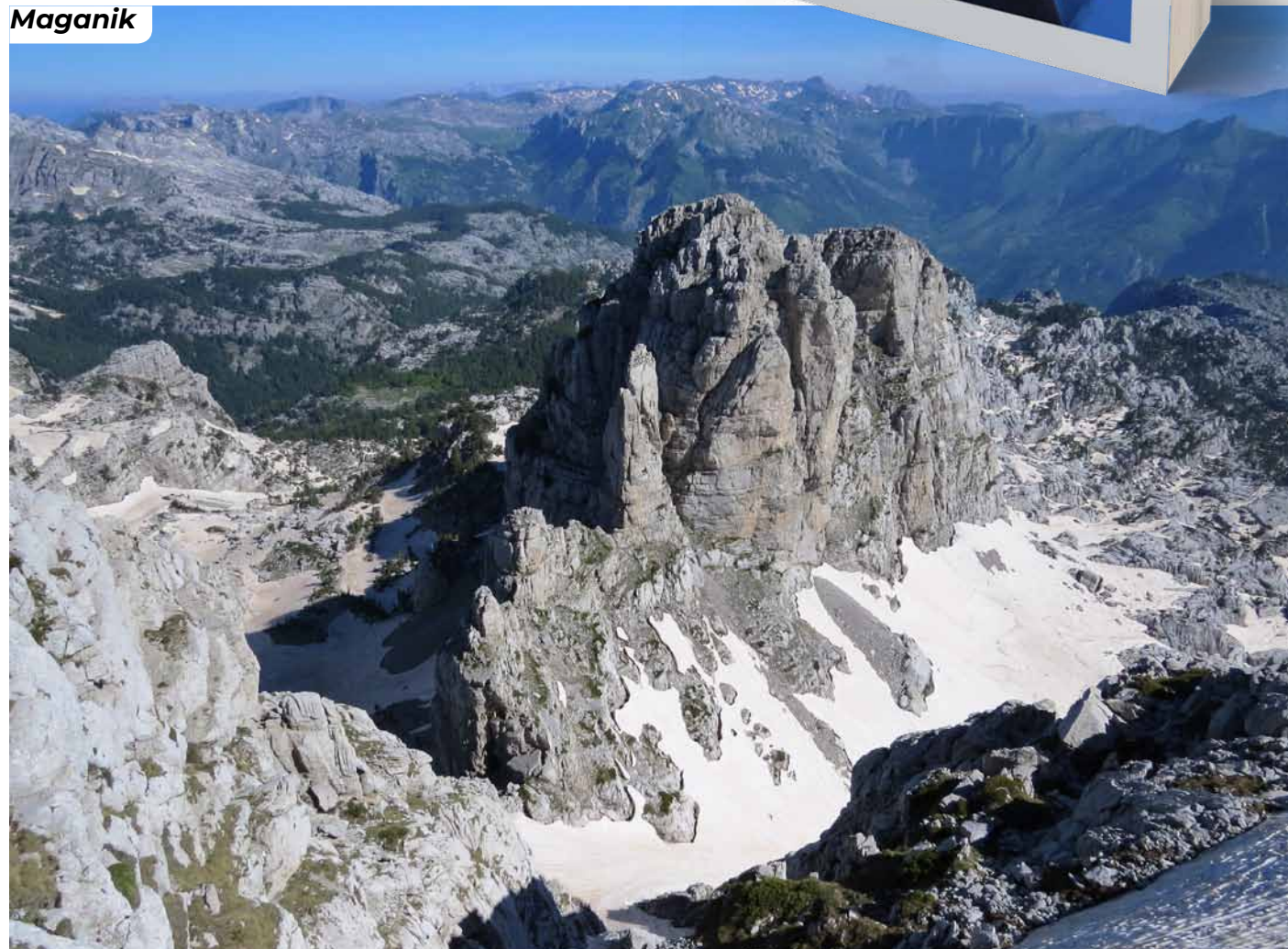
Autor: Tomica Delibašić

Knjiga je izašla u izdanju Službenog glasnika i Planinarskog saveza Srbije, a šampar je Službeni glasnik. Predstavlja sveobuhvatan opis planina sa teritorije Balkana. Obuhvata najviše planine Srbije, Crne Gore, Bosne i Hercegovine, Hrvatske, Slovenije, Bugarske, Makedonije, Grčke i Albanije, ukupno 101 planinu. Obima je 688 strana, formata 28 cm, a sadrži 887 fotografija, sa tvrdim je povezom. U uvodnom delu knjige između ostalog navodi se:

Priroda je večiti izvor i rezervoar života i obnovljive energije što se stalno rađa, traje pa nestaje, a ujedno vaskrsava novom snagom. Kao takva, priroda je večna i neuništiva. Ona je rezervoar nepresušnog života. Nigde kao u planini čovek nije tako blisko povezan sa takvom prirodom, kada



Maganik



Komovi

najbolje oseća preobražajnu moć njenih prostranstava. Nigde kao na planinskim vrhovima čovek nije bliži nebu, oblacima, vasioni, univerzumu, ujedno bliži drugom čoveku. Dah prirode čini ga kreplekim u stremljenjima, njegove zamisli čini ostvarivim, a želje uzvišenim. Čovek je deo prirode, njena čestica, i kao misaono biće nastoji da sve to shvati i prihvati, postajući čvršći i ujedno opušteniji, postojaniji i

realniji, u celini prirodniji. Planinski vrhovi streme visinama i zovu na svoje vidikovce, odakle se najviše vidi i bolje razume širina viđenog. Posetilac vrhova širi skućene vidike, shvatajući prirodno okruženje i ujedno životne vidokruge. Čovek tako u dodiru sa moćnom prirodom shvata snagu nedodirnutih prostranstava, kao i sebe, svoju ulogu i svoje moći u prirodi i planini posebno. Ići u planine znači biti u svojoj prirodi, tako ostati prirodan i deo iskonskog postojanja, dok planinarstvo postaje shvatanje o prirodi i čoveku u njoj. Knjiga će vas, pre svega svojim opisima, odvesti na zavidne vrhove Balkana, najviše vrhove pojedinih država, kao i brojne druge vrhove navedenih planina, prikazujući raskoš lepote planinskih predela. Cilj je propagiranje planinarske ideje i aktivnog načina boravka u prirodi. Knjiga se može nabaviti u knjižarama Službenog glasnika, knjižarama **Delfi**, **Službeni glasnik** i **Vulkan**, kao i online.



Tali



UKRATKO O...

Planine, zajedno s dinama i kanjonima čine egipatsku prirodu jedinstvenom. Planinarske staze su pomalo prašnjave, klima previše topla, ali staze su dostupne svim planinarima. Treba izbegavati letnje mesece se temperature u toku dana popunu na 40 stepani i više...

HIKING EGYPT

1. Sinajska staza

Sinaj je jedna od glavnih ruta za avanturiste i planinare u Egiptu. Sinajska staza dugačka je 550 km od mora do vrha, a prelazi se u etapama tokom 42 dana. Počinje i završava Akavskim zalivom. Za vreme ovog popularnog egipatskog pešačenja, kretaćete se po epskim pustinjama Sinaja i najvećoj egipatskoj divljini. Stazu održavaju pripadnici beduinskih plemena iz osam različitih klanova, uz podršku grupe volontera. Dočekaće vas fantastični pustinjski prizori, priroda, jedinstveno kulturno nasleđe i domaće stanovništvo. Za vreme planinarenja, možete da unajmite kamile za nošenje hrane, opreme, vode, prtljaga i različitih potrepština. Na nekim mestima postoje prirodni izvori vode. Najčešće se rade ture u trajanju od jednog do 15 dana.

2. Nuweiba

Ovaj planinarski izlet omogućava vam uživanje u stazi kroz Obojeni kanjon, koji se nalazi na Sinajskom poluostrvu. Najbliži grad u okolni je Nuweiba te se odatle može lako doći terenskim vozilom. Živahne boje kanjona su posledica povlačenja plime iz Crvenog mora te su ostali različiti oblici i boje krečnjaka, granitita i peščara. Nakon završetka pešačenja možete da posetite eko-kućicu Basata i da se odmorite. To jedan od najboljih eko-domova koji možete da pronađete u Egiptu. U ponudi se nalazi domaća hrana koju pripremaju beduini.

3. Planina Catherine

Ovaj trek se nalazi na jugoistoku sela Svete Katarine, u visokom



planinskom mestu Sinajskog poluostrva i jedna je od najpopularnijih staza. Vodi vas kroz planinske predele, prirodne bazene i istorijske ostatke davnih civilizacija. Možete da kampujete u prirodi. Osnovna staza traje od četiri do osam sati, a možete da je produžite i do pet dana. Sveta Katarina najviša je planina u Egiptu i visoka je 2.645 mnv.

4. Sahara

Sahara je najveća svetska pustinja i u njoj se nalaze neki od najsuvlijih i bezvodnijih predela na planeti Zemlji. Veći deo ovog pustinskog područja zabranjen je za putnike i turiste, ali ipak postoje neke zapadne regije dostupne za pešačenje. Mnogobrojni egipatski organizatori putovanja mogu da vam obezbede odlazak dublje u pustinju, kako biste videli neke sada već napuštene pustinske gradove. Na ovom pešačenju uživaćete u „zemlji“ narandžastih, crnih i belih, peščanih brežuljaka i u stenama koje je vekovima isklesao vetar. Tokom nekoliko kraćih planinarskih izleta pustinjom ili jednog dužeg, možete da istražite različita područja poput Bele pustinje, Crne pustinje i Kristalne planine. Takođe, možete da posetite Dolinu kitova

koja je u UNESCO-ovoj svetskoj baštini i da vidite skelete kitova i različite fosile. Tu je i mnogo poznatija Dolina kraljeva iz Luksora, kao i grobnica Aleksandra Velikog. Pešačenje u pustinji najbolje je obaviti između meseca oktobra do aprila ili početkom maja, a duža verzija puta traje oko 12 dana.

5. Jebel Serbal

Mnogi planinari smatraju Jebel Serbal najzanimljivijom planinom na Sinaju, a ona je i najteža za uspon. Nije toliko visoka kao neke planine u regionu, ali je staza veoma zahtevna, uspon je dug i veliki deo treka je na stmom terenu. Jedino je pripadnicima plemena Qararsha dozvoljeno da vodi ljude ovom stazom. Kao kontrast, na planini postoje i jezera uokvirena ogradama zelenila između dramatičnih vrhova. Ruta Jebel Serbal takođe pruža neverovatne poglede ka Sueckom zalivu. Za ovo pešačenje vam treba tri dana.

6. Giza

Kada vam neko spomene Egipat, prvo što vam padne na pamet su piramide i karavani kamila





u pustinji. Upravo je jahanje na kamilama najbolji i najzanimljiviji način da istražite pustinju oko piramida i u njihovoj pozadini. Kamilu možete iznajmiti po dolasku u Gizu. Jedinstven doživljaj je da se kod piramida nađete pre izlaska ili zalaska sunca.

7. Bela pustinja

Izlet u belu pustinju, El Sahara El Beida je pravi izbor. Bele peščane dine podsećaju na snežne predele. Duga razdoblja ekstremnih vremenskih prilika, izvajale su ogromne nadrealističke oblike stena između dina. U blizini se nalazi praistorijska opservatorija, zanimljivi stari gradovi i raskošne oaze. Na ovom dramatičnom pustinijskom putu oseća se uticaj više lokalnih kultura, a na stazi



možete videti i neke divlje životinje. Ako se odlučite za ovu rutu, postoji mogućnost boravka u odmaralištu ili kampovanja napolju.

8. Crevno more - planinska staza

Planinarska staza na Crvenom moru dugačka 170 km i prva je uređena dugoprugaška pešačka staza u Egiptu i sestrinski projekt Sinajske staze. Ovde možete da dobijete priliku da posetite neka manje poznata planinska mesta u blizini mesta Hurghada. U blizini ove staze nema smeštaja ili naselja i zato je potrebna dobra priprema za ovu avanturu. Planinarska staza Crvenim morem je pod nadzorom lokalnog plemena Maaza, a cilj stvaranje radnih mesta i očuvanje beduinske kulture. ■





PLANINE

PLANINE

DESET NAJVIŠIH

Od Everesta do Annapurne - preko svih vrhova
između njih - to su najviše planine na svetu...

PHOTO BY JEREMY ZERO ON UNSPLASH



PHOTO BY VALENTIN SALJA ON UNSPLASH

Niko od nas se zapravo ne seća kako je saznao da je Mount Everest najviši vrh sveta. To smo nekim čudnovatim načinom saznali još kao deca - čuli smo u razgovoru odraslih ili u zanimljivom i nadasve poučnom televizijskom programu... Najviša planina na svetu je Mount Everest. Tačka.

Da li znate koji je, na primer, šesti najviši vrh sveta? Srećom, postoji njegovo veličanstvo Google, pa možemo da zablistamo na našem času visokogorstva... Ali nije sve baš tako jednostavno... Budući da se krećemo po klizavom terenu Nepala, Kine, Indije i Pakistana, te da su naše igralište Himalaji, pored „Boginje majke sveta“ u ovoj regiji postoji još 13 planinskih vrhova viših od 8.000 metara. Neki od njih su u prošlosti pogrešno mereni, pojedini su dugo bili neotkriveni, a na neke je gotovo nemoguća misija popeti se... Ipak, ostanimo među deset najviših.

1) MOUNT EVEREST

Kao što smo već rekli - i kao što ste već znali - Mount Everest je najviši vrh sveta. S vrtoglavih 8.848 metara nadmorske visine, bar četiri puta je viši od prosečnih najviših vrhova u regiji. Na jeziku Tibetanaca ova planina zove se „Čomolangma“ iliti „Boginja majka sveta“, dok njeno ime na nepalskom - „Sagarmatha“ znači „Visoko u nebu“. Ime pod kojim mi danas prepoznavamo ovaj vrh stiglo je 1865. godine, kada ga je odobrilo Kraljevsko geografsko društvo sa sedištem u Londonu. Na preporuku Andrewa Waugh, britanskog generalnog geodeta u Indiji, ovaj „dosta visoki vrh“ mogao bi da se nazove po njegovom prethodniku na položaju - sir Georgeu Everestu, uglednom geodetu i geografu. Usprkos Everestovim prigovorima, predlog je prihvaćen i ime je ostalo.

Everest se nalazi na samoj granici između Nepala i autonomne regije Tibeta. Službeno govoreći, prvi uspešni penjači na Everestu bili su sir Edmund Hillary i Tenzing Norgay 1953. Neslužbeno, najverovatnije su to bili Tenzing Norgay i sir Edmund Hillary...

Pre njihovog podviga bilo je više neuspešnih i tragičnih pokušaja. Procenjuje se da se na Everestu nalazi više od 200 tela planinara koji su izgubili bitke s planinom, ostrim uslovima, prirodom, samima sobom... Zbog ekstremno niskih temperatura nesrećni planinari godinama su ostajali na mestima svoje pogibije i izgledali kao usnuli. Poslednjih godina, zbog globalnog otopljanja i sve češćih lavina i pomeranja glečera, „spavači“, koji su izazivali duboki pijetet i strahopoštovanje, počeli su polako da nestaju u dubokim usecima.

Everest je veoma privlačan iz više razloga. Pored toga

što je najviši vrh sveta, ključni je član društva „Seven Summits“ (najviše planine na svakom od sedam kontinenta), kao i famoznih „Eight-thousander“ (vrhovi 8.000+). Kao da uspon na Everest nije dovoljan podvig sam po sebi - penjanje ovih zahtevnih vrhova u bilo kojoj kategoriji vrhunska su dostignuća u alpinizmu, pa i u sportu uopšte.

Turistička taktika, razvijanje novih materijala i pristupačnost opreme - poslednjih godina omogućile su i mnogima da se oprobaju „osvoje“ Everest... Jedna fotografija alpiniste Nirmala Purja iz 2019. godine, najbolje je ilustrovala koliko su žed za profitom, sa jedne, i egoizam, s druge strane strane, proizvele saobraćajnu gužvu na najopasnijoj raskrsnici na svetu. Prošle godine je usled zastoja u „Zoni smrti“ već u stratu sezone potučeno više mračnih rekorda.



2) K2

K2, službeno poznat i kao Mount Godwin-Austen ili Chhogori, s 8.611 metara nadmorske visine drugi je po visini vrh na svetu. Nazivaju ga još i Dapsang, Keču i Čogor. Nalazi se na granici između Kine i Pakistana, u nestabilnom regionu Kašmir. Mnogi smatraju da ovaj vrh ne pripada Himalajima već lancu Karakorum, koji se nadovezuje prema severozapadu. Drugi su pak uvereni da Karakorum predstavlja tek deo Hindukuško-himalajskog venca - najvišeg terena na planeti Zemlji.

Ova pometnja oko imena i pripadnosti ne čini ga ništa manje surovijim. Naprotiv! Uspon kineskom stranom planine smatra se težom i opasnijom, pa se na vrh obično pokušava izaći s pakistanske. Ako bismo se grubo šalili - rekli bismo: „Mrtva trka”. Iza Annapurne, K2 je na drugom mestu po smrtnosti. Otprilike, na sva četiri uspešna uspona dolazi jedna nesreća sa smrtnim ishodom, čime K2 opravdava svoj nadimak „Savage Mountain”. Da budemo iskreni, sam pristup vrhu je ozbiljni višednevni trekking, a uspon do prvog baznog logora izazov i za najspremnije alpiniste... Ukratko: K2 baš ume da namuči čoveka...

3) KANGCHENJUNGA

Kangchenjunga je planina čije je ime nemoguće izgovoriti bez dovoljno kiseonika u mozgu. A njega će vam svakako manjkati, jer treći najviši vrh, smešten na granici Nepala i Indije, ima nadmorsku visinu od 8.586 metara.

Na otprilike 125 kilometara od Everesta, Kangchenjunga je druga najviša planina na Himalajima (K2 je na Karakorumu!). Sve do 1852. godine pretpostavljalo se da je najviša planina na svetu. Međutim, nakon nekoliko preciznijih proračuna, a verovatno i manje punča, utvrđeno je da je Everest

ipak viši. Četiri godine kasnije, tokom trigonometrijskog merenja Tomasa Montgomerija u Kašmiru, nekadašnja najviša planina na svetu - Kangchenjunga zglajznula je na treće mesto - iza K2.

Postoji tradicija da se prilikom uspona na Kangchenjunga alpinisti zaustave nekoliko koraka pred sam vrh - i da te korake nikada ne načine. To potiče od prvog uspešnog uspona na planinu, kada su Joe Brown i George Brand, sada već daleke 1955. godine, lokalnim monasima obećali da će „vrh bogova” - Chogyal ostati čist. Obećanje britanske ekspedicije poštuju i današnji planinari.



4) LHOTSE

Lhotse je zamalo ostao bez medalje i mesta na postolju. Nadmorska visina od 8.516 metara, ovu impozantnu stenu stavlja na četvrto mesto na svetu. Zajedno sa susednim Mount Everestom i čini deo masiva Everest. Vrh Lhotse nalazi se na granici između regije Khumbu u Nepal i Tibetu.

Švajcarci Ernst Reiss i Fritz Luchsinger prvi su se popeli na njega 1956. godine. Zanimljivo je da se Lhotse Middle (drugi vrh Lhotsea s nadmorskom visinom od 8.410 metara) nije penjao sve do 2001. godine. Srednji je bio konačni cilj svih penjača, iako je zapravo bio niži od glavnog vrha Lhotsea, i smatran je jednim od najtežih 8.000+ uspona. Razlog tome je najverovatnije zastrašujući vrh koji podseća na toranj.

Prošle godine bilo je dosta prometno na himalajskim vrhovima, a posebno kada se govori o skijaškim spustovima. Ne samo da je „pao” prvi skijaški spust niz K2, već nam je godina priuštila i prvi skijaški Lhotse spust. Američki dvojac - Hilaree Nelson i Jim Morrison - stušio se niz padine ovog diva. Pogledajte **OVDE**.



5) MAKALU

Sa 8.485 m nadmorske visine, Makalu je službeno peta najviša planina na svetu. Smešten je tek 19 km jugoistočno od Everesta, na granici između Nepala i Kine. Makalu je poznat po karakterističnom obliku piramide na vrhu. Ovaj vrh su 1955. godine prvi ispenjali Lionel Terray i Jean Couzy, koji su bili deo francuske ekspedicije.

Zbog izolovanog položaja planine, izložena je ostrim vremenskim uslovima, a brojni grebeni i noževi pod kojima zjape ambisi - „pune gaće” i najhrabrijima. Mnogi u planinarsko/alpinističkoj zajednici Makalu smatraju jednim od najizazovnijih vrhova. Poslednje faze uspona uključuju posebno tehničko penjanje po stenama i ledu. To znači da ćete se istom, ali obrnutom tehnikom vraćati s vrha. Veoma onespokojavajuće...



6) CHO OYU

Jedna planina koja se po brojevima nalazi u rangu Makalua, ali na sasvim suprotnom kraju spektra što se tiče težine uspona. Iako je neki opisuju kao šetnju parkom, njena nadmorska visina ipak je zastrašujuća. S 8.188 metara, Cho Oyo ili „Tirkizna boginja” - nije za potcenjivanje. Planina je pristupačnija i daleko pitomijih padina. Nalazi se na kinesko-nepalskoj granici i dobro je ušuškana među gorostase koji je štite. Ipak, ume da pokaže svoju čud.

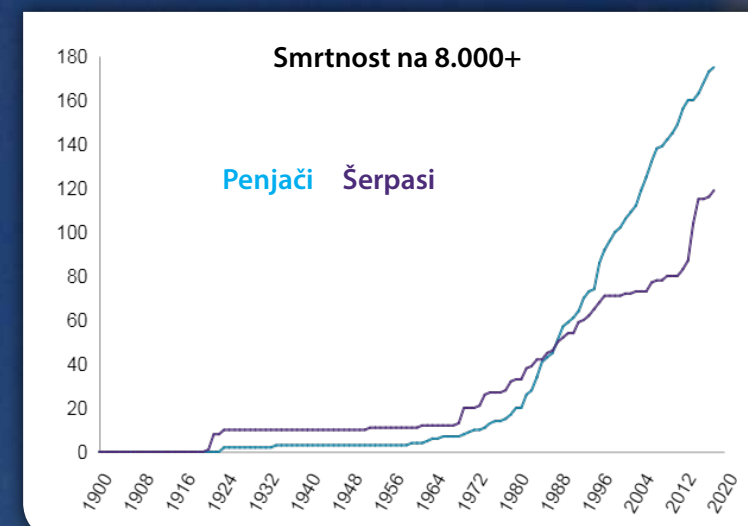
Prvi uspon izveli su 1954. godine Austrijanci Joseph Jöchler, Herbert Tichy i Pasang Dawa Lama iz Nepala.



7) DHAULAGIRI

Uz 8.167 metara nadmorske visine, Dhaulagiri je sedmi najviši vrh na svetu. Nalazi se u Nepal, a prvi put je ispenjan 1960. godine u zajedničkim naporima ekspedicije Švicarske, Austrije i Nepala.

Godine 1808. Dhaulagiri je upisan u knjigu rekorda kao najviša planina na svetu i to je bila punih 30 godina, sve dok ga Kangchenjunga 1838. godine nije zbacio s trona... A nesrećnu sudbinu Kangchenjunge već ste čuli...





8) MANASLU

Manaslu se nalazi u zapadnom i središnjem delu Nepala, s vrhom od 8.163 m nadmorske visine. Prvi uspešni uspon dogodio se 1956. godine, kada su na vrh stigli japanski alpinist Toshio Imanishi i nepalski Sherpa Gyalzen Norbu. Planina, najviša u

okrug Gorkha, tako je postala značajan deo planinarske istorije Japana. Svi kasniji usponi japanskih ekspedicija odvijali su upravo u tom duhu - penjali su svoju planinu s dubokim poštovanjem i poslovičnom japanskom skrušenošću, zahvalni što im to dozvoljava ovaj nazubljeni „zid od snega i leda koji visi na nebu“.

9) NANGA PARBAT

Nanga Parbat je deveta najviša planina na svetu i mnogi bi rekli da se s 8.126 metara nadmorske visine ne ističe posebno među vrhovima 8.000+. Planina se nalazi u regiji Gilgit-Baltistan u Pakistanu, a na najzapadnijoj tački Himalaja... Ujedno je i najzapadniji „osamtisućnjak“.

Godine 1953. Hermann Buhl, koji je bio deo nemačko-austrijskog tima, postao je prvi čovek koji je stupio na Nanga Parbat. Nanga Parbat zloglasno

je i opasno mesto, a ljudi koji se bave nadimcima stručno su ga ocenili kao „Planina ubica“. Lokalno stanovništvo, kojem nikada nije palo ni na kraj pameti da se penje na njegov vrh zove ga prosto - Deo Mir, to znači „Ogromna planina“.

Jedna od karakteristika Nanga Parbat je „Rupal Face“, kameni odsek koji se uzdiže 4.600 metara na južnoj strani planine. Ujedno to je i najviše „lice planine“ na svetu.

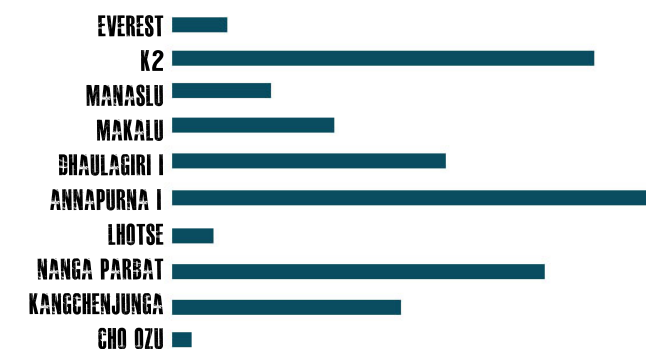


10) ANNAPURNA

Annapurna zaokružuje ovaj okrugli broj najviših vrhova na našoj planeti i čini se da smo najbolje ostavili za kraj. Tehnički gledano, masiv Annapurna pripada Himalajima, a čini ga preko 30 planina viših od 6.000 metara. Kad za potrebe ovog članka kažemo „Annapurna“ zapravo govorimo o jednoj planini u tom ogornom masivu. Njena visina je iznad 8.000 metara (Annapurna I - 8.091 m). Vrhovi u ovom lancu, neki su od tehnički najzahtevnijih i najtežih za penjanje, ali i najopasnijih planina na svetu. Na primer, odnos broja fatalnosti i ispenjanih vrhova na Annapurni zaista je zastrašujućih 32%.

Planina se nalazi u severnom središnjem Nepalu, a prvi put je ispenjana 1950. godine od strane francuske ekspedicije koju su vodili Maurice Herzog i Louis Lachenal. Ako vam trebaju priče za uspačljivanje malih alpinista - nemojte im čitati o Annapurni...

■ Procenat smrtnosti u odnosu na uspešnost



Source: 8000ers, The Himalayan Database



Planinari iz više gradova iz **Srbije** pevali su „Bosno moja, jabuko u cvetu” šetajući Sarajevom, Mostarom i okolnim planinama...

VELEŽ & MAGLIČ

Posle mnogo peripetija, jer je prvobitni plan bio da idemo i u Hrvatsku, na kraju se mala, ali odabrana ekipa veselo uputila ka granici sa Bosnom s nadom da će je preći bez većih problema. Dan pred akciju svoje kapije je zatvorila i Hrvatska. Dobro da nismo krenuli, pa završili u karantinu u povratku. Kako god, srećni što smo se opet okupili, uz smeh, suze, rakiju i ništa slatko - susrećemo se sa graničnom policijom. Krupan momak, maska preko lica. Ljubazno nas zamoli da pokupimo pasoše kako ne bi ulazio u kombi.

- Planinari, a...
- Planinari - svi složno u glas.
- Pa, gde ćete?
- U Bosnu - sa specifičnim naglaskom, opet vičemo svi

ko jedan. - U Hrvatsku nam ne daju.

- Jeste li obavesteni da je nova uredba pre pola sata stupila na snagu?

- Nova uredba? - pitamo se.

- Da, da... I ako sad uđete u Bosnu, u povratku morate da budete pet nedelja u karantinu.

Svi se zbunjeni zgledasmo. Šta nam je činiti? No, mreškanje bora oko očiju se nije dalo sakriti te na drugu loptu shvatismo da se čovek šali sa nama. Šala je više nego uspešna!

- Ih, dobro je... - svima nam je laknulo.

Uzimamo pasoše i teramo dalje. Uz usputne pauze i po neku čašicu razgovora, stižemo u Sarajevo negde iza ponoći. Dobijamo divan apartman sa pogledom na

čuveni hotel „Evropa“, u čijem se prizemlju nalazi još čuveniji bečki kafe. Obožavam velike prozore, napravljene tako da možeš da postaviš velike jastuke i da se uvališ u sam prozor i čitaš knjigu, a da ti nemirne oči zuje po okolišu.

SARAJ'VO

Samo spustismo rančeve i složno svi uglas odlučismo da izađemo na Baščaršiju. U Sarajevu nisam bila još od onomad, od rata...

Više se sećam mirisa pita, i tek sveže samlevene i sku-vane kafe, dok sam još kao tinejdžerka išla sa roditeljima na more. Znam da sam volela da pijem tu kafu iz filidžana, iako u to vreme realno nisam bila neka kavopija. No, sam

ugodaj, sam ritual donošenja kafe, mirnoća ispijanja, žamor razgovora za drugim stolovima uvek me je nosio u neki drugi svet. Pošto sam htela da osetim bar njegov delić, ta tri srka tamne tekućine predivnog mirisa bili su moj prozor u svet.

Duh noćnog života, uprkos koroni, teče svojim neu-mitnim tokom. Slike tih malih uvučenih ulica vraćaju me u neko bezbrižno detinjstvo gde smo svi bili isti, gde nije bilo granica, gde nije bilo mržnje u ovoj količini, gde je postojao čovek u iskonskom smislu te reči - čovek koji će ti uvek pružiti ruku, čovek koji neće okrenuti glavu, čovek koji će ustupiti svoj krevet da bi ti spavao u njemu, a on će spavati na podu, vreme u kome je gostoprimstvo imalo neko savršeno, magično dejstvo na sve nas.





Umorni, ali vođeni nepresušnim izvorima adrenalina, trčkaramo sarajevskim ulicama, te se divimo što još uvek postoji stara, prastara poslastičarnica „Egipat“, ista onakva kakvu pamtimo iz mladosti. Nešto što je dobro, opstalo je uprkos modernizaciji. Vrednost je vrednost i ne treba je menjati. Duh tihe, u noć ogrnute Baščaršije, mami svojom mirnoćom i postojanošću, stara sarajevska čaršija, istorijski i kulturni centar još od 15. veka.

Prolazimo pored zatvorene „Mrkve“, gde već planiramo dolazak na jutarnje čevape. Svako u Sarajevu ima svoje mesto gde jede. Tradicija se ne menja. Kaldрма pod umornim nogama priča neke svoje priče, neke od tih možda i ne želim ponovo da čujem. Neke su suviše tužne i teške, neke su vesele i vrcave. Ta kaldрма živi neki svoj život, poseban i samo njoj znan i sva svoja sećanja i na lepote i na strahote ljubomorno čuva.

Pravimo jedan kratak krug oko centra i vraćamo se u smeštaj. Kao i obično – „brzo“ spavamo, i rano ujutru nalazimo se sa još jednim delom ranoraničarske ekipe i krećemo u ponovni osvajački pohod po Sarajevu. Prolazimo i pored divne, arhitektonski jako lepo uređene Akademije likovnih metnosti, ispred koje stoji još interesantniji most preko Miljacke. Sunce nas greje svojom toplinom, i smejem se dok stajem na stope na kaladrmu koje su utisnuli „Indeksovc“. Da li je ovde bacila sve niz rijeku?

Posle preukusnih čevapa u „Mrkvi“, i kafe u Morića hanu, sa sve filidžanima, ratlukom i specifičnom pozorni-

com prepunom ćilima, i raznoraznih drugih stvarčica iz Isfahana, Irana, ne mili nam se da napustimo tu specifičnu atmosferu Sarajeva u koju smo se odmah zaljubili.

NA „ČELIČNOM PUTU“

Pakujemo se i krećemo ka Mostaru i Blagaju. Predviđena je ferrata. Sunce prži. Već u autobusu se mažemo raznoraznim faktorima, ne bi li se bar malo zaštitili od neumoljive toplotne sile.

Pod punom radnom opremom – šlemovima i ferata setovima, lagano se krećemo ka Vrelu Bune, gde nas samo na trenutak takne hladan, svež vazduh što se diže iznad fenomenalno, kristalno zelene reke. Prelazimo je sa nadom da ćemo umorne noge u povratku moći smočiti u njenom ledenom zagrljaju.

Vrelo Bune je jedno od najvećih u Evropi. U jednoj sekundi izbacila 30 m³ vode. Ta divna, rajska voda dolazi iz dubine pećine u visokoj klisuri u podnožju brda Hum.

Javljam se momku iz Nacionalnog parka i nastavljamo svoj pohod. U grupi je neko i ko nikad nije penjao feratu. No, to je Mladenka, ona sve može. I mogla je. Iskusno je stavljamo između dva već verzirana penjača, da bi mogli da joj budu od pomoći, ali posle početničkog okršaja sa strahom, Mladenka spretno i vešto penje te na kraju jedva uspesmo da je stignemo.

Ferata nije predugačka i nije suviše teška. Poslednji deo uspona, potpuno ravna stena sa jednim previsom baš



pred sam kraj može da izgleda malo zahtevno, ali za bilo koga ko je već penjao Berim ili Gornjak, apsolutno nije problem. Iako relativno kratka, vrlo je atraktivna, i već deo smo zbog stena bili u hladovini. Nije izostao ni „photo session“, kao po običaju, ali je lokacija kao izmišljena za to. Pri samom vrhu morali smo proći i pored velikog gnezda osa, ali srećom po nas, bile su opijene vrućinom, te se nisu mnogo deo deo našim prisustvom i u miru su nas pustile da prođemo.

Svi članovi male ali odabrane ekipe su izgurili feratu. Kružnom turom smo se vratili na početnu tačku, prolazeći i pored čuvenog Stjepan grada, zidina sa kojih se širi panoramski vidik na okolinu. Poneki pahuljasti oblak nas je sramežljivo čuvao od jarkog sunca, a lepota krajolika kojom smo se napajali, pojila je naša tela više i bolje od neke izvorske, planinske vode.

Via Ferrata Vulin potok – Blagaj: Dužina staze 6 km, početna tačka 69 m, najviša 400 m, dužina vertikale od 5-30 m, težina ferate B-C.

MOSTARSKE KALDRME

Pošto smo uspešno našli naš smeštaj – hostel u Mostaru, posle tuširanja smo se kao mali mravi razmislili kaldrmom mostarski ulica i upijali lepote starog-novog grada. Devastiran posle rata 90-tih, sa ožiljcima koji opominju, ponovo je obnovljen, pre svega stari most i sve oko njega. Varošica koja se natkriljuje nad prele-

pom zelenom Neretvom, koju pamtimo još iz parti-zanskih filmova i istorije za peti razred osnovne škole. No, trgnemo se kad nam kažu kako nije bakteriološki ispravna, jer sve otpadne vode, jedna, mala ne može da sažvaće. Bez teksta i bez komentara... produžimo samo dalje. Švrljamo uskim ulicama i kao da dobru po nama Zupčeve „Mostarske kiše“, i kao da je tu ona njegova Svetlana...

Prelazimo kameni most. Dečko svira gitaru u nekom omanjem kafiću. Ljudi se lagano skupljaju. Poneko se klata u laganoj ritmu koji odzvanja među kamenim zidovima. Mesec visoko iznad šeretski namiguje na sve nas. Udobno se zavaljujemo u mekane jastuke rasprostrte tu po kaldrmu. I neki mlađahni devojčurak nam se pridružuje. Željna razgovora, željna pažnje, radoznala, vesela, nasmejana, i ona se klata opijena muzikom.

Jedan deo ekipe odlučuje da ne ide sutra na Velež, nego da provede dan u Mostaru. Drugi deo udarnički ide u pohod na još jedan vrh. Plaše ih poskocima i kršom i stenom iza kojih se ne možeš sakriti od žarkog sunca. Nepokolebljivi u svojoj nameri, odlaze rano ujutru na još jedan planinarski uspon.

Mi, ostali, naš šestoro, lagano se razvlačimo po predivnom jutru, kafenišemo i smišljamo kako ćemo običi svaki kamen usijanog starog grada i kako ćemo uživati u kafi pored smaragdne tonova reke ispod naših nogu. Razderotine rata još uvek vidljive. Pogrdni nazivi wifi



iz okoliša koji se otvaraju dok tražimo „password“ od kelnera u kafiću. Rupe od rafala na kućama... Spuštamo telefone i nastavljamo razgovor o fenomenalnoj sceni plavuše koja pere kosu ispod omanjeg vodopada pored Neretve, ne znajući da su to u stvari fekalne vode, nećemo ovaj put. Smeh i suze i trk do smeštaja, i tuširanje i sve je ostalo na planini kao i mnogo puta do sada.

Neverovatnost samoće i tišine praznog Mostara je nešto što ćemo zauvek pamtit. Mi sami na mostu.

Mi sami u kafiću. Mi sami u restoranu. Poneki zalutali turista iz bivše Juge, po neki biciklista ili avanturista...

Zato koristimo blagodeti imanja grada samo za sebe i uživamo u svakom minutu, pa i u trci čamcima po Neretvi gde kao deca vrištimo i smeju se i pokušavamo da pretekemo jedni druge. Dan završavamo ručkom u nekom polufensi restoranu nad Neretvom, gde osim u jelu uživamo u tome što smo jedini na terasi. Naš mali svet, samo za nas. Zahvalni „onom gore“ što nam je priredio ovakav događaj.

Sunce i dalje nemilosrdno prži. Željni smo onih „mehurčića“ mostarskih, ali toga nigde na vidiku.

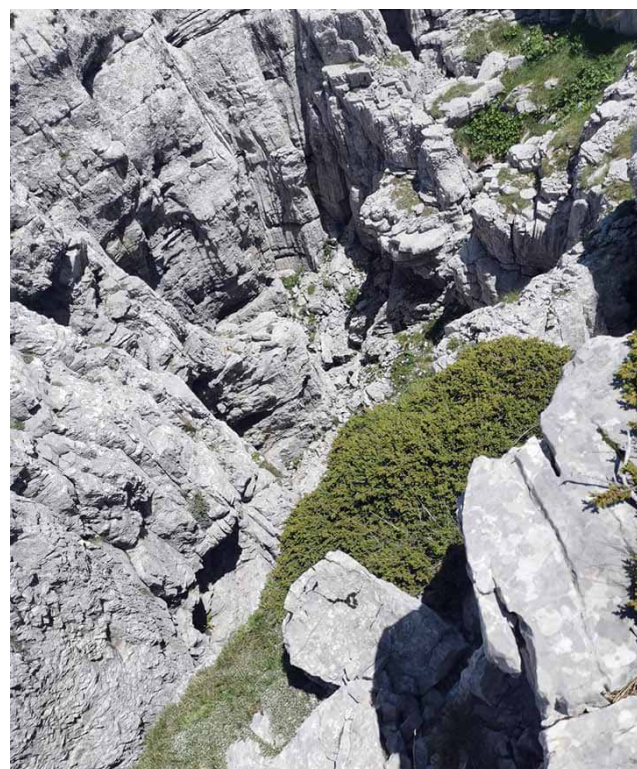
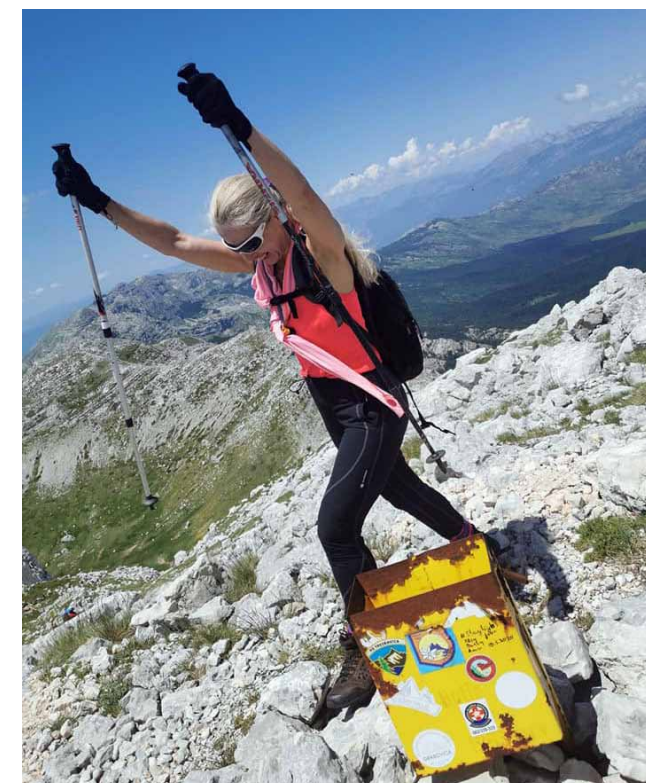
Sa ostatkom ekipe se sastajemo u podnožju Veleža gde se raspojasani bacamo na zelene travnate površine u debelom hladu nečijeg imanja. Dehidrirana i umorna grupa koja je penjala zahvalna je na našoj brizi i obezbeđenoj dovoljnoj količini vitamina B. Sve za drugarstvo!

Velež – Botin: Najniža tačka 735 m; najviša tačka 1.963 m; dužina staze: 10 km.

MAGLIĆ

Nastavljamo vožnju ka Tjentištu. Spavamo kod domaćina iz Gorskog službe spasavanja. Plan za sutradan je Maglič. Već sam hodala njegovim stazama u oktobru. Srećna što me je Bog pogledao i darivao mi opet odlično vreme. Dešava se da ljudi dolaze i po nekoliko puta i da zbog vremenskih uslova ne mogu da popnu. Taj poker sa Zevsom uvek upali, posebno ako ga pustim da pobedi.

Nekih 17 km do početne tačke, prebacuju nas kombi-





jem i džipom. Vreme, idilično. Oblačno, sa tek po nekim sunčevim intervalima. Temperatura oko 16. Kiša u najavi u kasnim popodnevrim satima. Sve rascvetalo, sve mirisno, sve za uživanje. Sam uspon prilično naporan, i valja biti oprezan jer su sajle stare, istrgnute, ili su suviše

Opres!

Budite oprezni ako se odlučite da idete Poštarevom stazom, a naročito ako silazite, jer se na njoj nalaze loše i nestručno postavljene sajle, previše su labave i mogu vas „odvući“ u klatno, a na nekim mestima ih je pametnije ne koristiti već se samo služiti prirodnim hvatovima na steni.

labave. Stene su krušljive i trebalo bi svaku proveriti dva puta pre potpunog oslanjanja na nju. Složno, jedan po jedan prelazimo distancu po distancu. Momci ispred nas koje ne poznajemo, idu prilično lagodno i odranjaju kamenje. Čekamo ih da prođu da se ne bi neko povredio. Kako se penjemo planovi se menjaju, ali pogled na Perućicu, mami sva naša čula na još.

Uspešno stižemo do vrha. Posle kraćeg odmora spuštamo se Poštarevom stazom. Prošli put sam išla preko Trnovačkog jezera, čiju lepotu opet doživljavam, ali samo gledanjem sa vrha ovog puta, te njegov sroljiki oblik nosim kao amanet za neke sumorne dane.

Silazak prilično težak. Sajle na nekim mestima apsolutno neupotrebljive. Sipar ispod nogu koji zlokobno kotrlja svoju priču. U nekom momentu, zbog razgovora

sa momkom iz Bihaća, koji je zaostao iza svoje ekipe, promašismo stazu, te se Ljupka nađe u hororu sipara i gore i dole. Srećom, vitka kao antilopa i spretna i brza kao gepard, posle prvobitnog straha, uspe da nađe način da se izvuče iz problema. Nastavljamo stazom prilično sporo jer teren ne dozvoljava da se žuri ni malo. Ipak, bez obzira na sve i sam uspon i silazak savladavamo za rekordno vreme s obzirom na raznolikost grupe.

No, naši domaćini nas ne čekaju na završnoj stazi. Počinje da grmi i da kiši. Rešavamo da krenemo peške ka smeštaju, pa šta bude. Na nekih pola puta, deo ekipe ustopira veći džip, a po drugi deo ekipe, domaćini sa velikim kašnjenjem najzad stižu. Uredno su nam, bez obzira na svoju grešku, uz neko mlako izvinjenje naplatili punu cenu vožnje, iako više od pola ljudi nisu spustili

dole, iako su i one koje su spustili vozili samo sedam-osam, umesto 17 kilometara.

No, sve to nas nije omelo da budemo srećni što smo svi zajedno uspeli u još jednom poduhvatu.

Statistika staze: Uspon stazom od Prijedora, silazak Poštarevom stazom, iako se pitam koji je to poštar tuda ikad raznosio poštu... Najniža tačka 1.400 m, najviša 2.389 m, dužina staze 16 km, plus 7-8 km silaska ka smeštaju.

Od Sarajeva do Mostara, setih se pesme Safet Isovića, beše nam divno i krasno i još dugo ćemo nositi u svojim srcima mirise zelenih proplanaka dok gordo iza prati nas stenoviti krš i nabusiti vrh Maglića.

„Bosno moja, jabuko u cvetu...”

JADRANKA BALIAK

VELEBITSKA ROMANTIKA

Samo zajedno hodati u tišini obilazeći vrhove, dolove, pašnjake, grebene i šume. Mi i Velebit – ništa više!



Kako god se zabavljali u razdoblju restrikcija, činjenica je da nam ništa ne može zamijeniti planinu. Čim su ukinuli propusnice - spakirali smo ruksake i odjurili nekoliko dana na Velebit. Ova planina naš je prijatelj koji nas je šutke zagrlio, nismo si trebali ništa reći. Samo zajedno hodati u tišini obilazeći vrhove, dolove, pašnjake, grebene i šume. Mi i Velebit – ništa više!

POČETAK PRIČE

Potreba da se nekamo ode u nama je tinjala tjednima, dok napokon nije postalo moguće da uđemo u auto i zaputimo se na izlet izvan grada. Troje junaka ove priče veselo je jurilo praznom cestom prema Lici, te s posebnim guštom udahnuo planinski zrak kada smo konačno zastali na šumskoj cesti između Rizvanuške i Visočice. Bilo je kasno popodne, a naše uzbuđenje neopisivo. Bili smo mnogo puta na Velebitu, ali ovaj put bilo je drugačije. Susret je bio zaista poseban, a mi smo opijeni zelenilom šume gazili planinarsku stazu u pravcu neba. Gore gore, zovu nas visine! Planinarska kućica na Visočici dočekala je umorne putnike, a uskoro je pala i noć. Mi, Velebit i vjetar koji mrsi grane. Tako nam planina govori, barem si ja tako utvaram. Vatica je gorjela u peći, a mi



večerali i nadvili se nad planinarsku kartu. Kuda i kako sutra?

NA VRH PA DOLJE, A ONDA DALEKO TAMO NA JUG...

Ustali smo rano, spakirali se i krenuli na Visočicu. Do vrha nam nije trebalo više od pola sata, a divna staza koja vozi otvorenim grebenom omogućila nam je nezaboravan vidik i doživljaj visine kakvog Zagreb ipak nema. Na vrhu visokom 1.619 m lagani povjetarac – opet nam Velebit kaže „Pa dobro jutro, gdje ste do sada vi spavali?“. Nebo je sivo i kao da nam prijeti kišom, pa smo uskoro sišli na sedlo i nastavili stazom



u pravcu Struga, golem zalogaj za naše noge koje moraju hodati velebitskim kamenjarom. Leđa bolno jauču od teških ruksaka, a evo i prvih kapi kiše! Srećom, nije padala zadugo. Granulo je čak i sunce, pa je livada Rudine izgledala ljepše nego inače! Stazica vijuga gore pa dolje, opet u šumu pa opet na livade. Oglavinovac nas dočekuje svojim prostranstvom, pokušavamo zamisliti kako je ovdje nekada paslo stotine ovaca. Livade su preplavljene encijanima i narcisama, sve se šareni od cvijeća. Oko nas velebitski vrhove, na mnoge od njih ljudska noge vjerojatno nikada nije stala. Na kraju dana umorni stižemo na Struge, a pred planinarskim skloništem veselo laju dva razigrana psa. Vesela ekipa priprema gulaš, a mi smo se „malko dobili“ i nakon večer „bolje vidjeli“, te napravili ratni plan za sutrašnji dan.

OD LIKE DO MEDITERANA

Nakon ustajanja i doručka krećemo na Badanj, slikovit vrh koji se nalazi u zaleđu Struga i dio je obilaznice „Vila Velebita“. Dugačak greben kod planinara izaziva divljenje i strahopoštovanje, a na vrhu nas je dočekao novopostavljeni križ. Masiv najviših velebitskih vrhova skrivao se u magli, a bura se poigravala oblacima pomičući magleni veo na sve strane. Vidik je zaista

spektakularan, a duboko dolje naziremo i Veliko Rujno na koje još danas moramo stići. Badanj zahtijeva oprez, odnosno ne smije se skretati s markirane staze zbog minski sumnjivog područja koje je upravo ovih dana u procesu razminiranja. Vratili smo se na Struge, te usput natočili svježu vodu na izvoru Marasovac. Kažu, voda s Marasovca je najbolja na svijetu. Kad si žedan na Velebitu i šiba te sunce, lako je povjerovati toj tvrdnji! Uprtili smo ruksake i zaputili se na Buljmu, prijevoj koji je toga dana uobičajeno bio šiban vjetrom. Lijepa staza silazi prema kanjonu Paklenice i planinarskim domovima, a mi smo skrenuli na Stražbenicu. Stražbenica je lijep vidikovac s kojeg puca pogled na Veliko Rujno i Bojinac, te udaljene kukove i vrhove. Duskoro smo opet ostavili ruksake uz stazi i rasterećeni se penrali na 1.265 m visok Veliki Golič. Ljudi moji, kakav vidik! Teško je sada pisati floskule u stolu „zastaje dah“, jednostavno se more doživjeti. More, Paklenica, velebitski greben koji se stapa s nebom, Veliko Rujno, Bojinac... Od brojnih velebitskih vrhova, ovo je svakako najljepši vidikovac! Vrijeme nezadrživo curi, spuštamo se na Veliko Rujno i „odmaramo“ hodajući po ravnici. Krave nas radoznalo gledaju, a jedan bik prijeteći prilazi da nas priupita „Tko ste i što tražite ovdje!“. Nismo se dali smesti, ali sa žaljenjem gledamo stijene Bojinca kojeg





danas više nemamo vremena posjetiti. Odmorili smo se pored crkvice, a zatim nastavili na Malo Rujno gdje nas čeka skretanje prema skloništu Zavrata. Već umorni morali smo se prvo malo uspeti, a zatim spustiti. E sada se već osjeća Mediteran i miris mora, a još jutros smo sa Badnja gledali Liku i udisali miris kave koju je vjetar donio s neke terase u Gospiću! Sklonište Zavrata je predivna kamena kućica koja je te noći bila našao dom – vatra je ubrzo pucketala u peći, miris pržene slanine i luka ispunio je prostoriju, a plamičak svijetla titrao je isto kao nekada davno pastirima koji su ovdje živjeli. Ako ćemo najiskrenije, od bolova smo nekako slabo spavali. Upala mišića i bolna leđa bile su „čuške“ koje nam je Velebit reda radi podijelio, ali do jutra će i to proći!

S MALOG RUJNA U ZEMLJU ČUDESA – STAP

Čudno je izgubiti se na ogromnoj livadi i tražiti stazu, a prema nama ide krdo konja. Ponosno koračaju dok im povjetarac mrsi grive a vođa krda dobaci nam „Jelte, gospodo, a imate li vi kartu sa sobom?“. Srećom smo je imali, pa smo i našli put. Hajdmo opet gore, pa malo dolje... Jest bilo naporno, ali velebitska divljina i vrhovi Višerujna iznad nas bili su melem za bolne rane i žuljeve. Uz stazu su brojni suhozidi i ostaci pastirskih stanova koji svjedoče o nekadašnjem prisustvu ljudi kojima je Velebit bio dom. I taman kada smo došli do odvojka za Kamenu galeriju, počela je kiša! Razgled Kamene galerije trebao je biti „trenutak dana“, ali planina ima drugačiji naum. Osjećali smo se kao klinici koji su ostali pred ulazom u disko jer nisu imali osobne, te samo udahnuli i navukli kabanice. Ako ništa, blizu smo Stapa! Nema jada mala Alisa pojma što je zemlja čudesa, jer nije posjetila ovo magično mjesto! Kada se u našem vidokrugu pojavila znamenita Stapina, srce je odmah jače zaigralo. Impozantan stjenoviti toranj

i njegov mlađi, niži bratac spazili su nas, te nekako „ugasili kišu“. Mogli smo dalje bez kabanica, hodajući uz neizostavno brbljanje – dojmove ipak treba podijeliti s prijateljima! Stajali smo podno Stapine i gledali Stap na kojeg ćemo se spustiti, te gordi Debeli kuk na kojeg se zbog kiše i mokrih stijena ipak nećemo penjati. Gledaš taj prizor i osjećaš se počašćen što si ovdje. Planinarimo da bi se sljubili s planinom, preispitali sebe i svoje razloge zbog kojih smo uopće krenuli na put. Odgovori su uvijek drugačiji. Obrasla gustišem, Tatekova koliba dočekala nas je prazna. Tek kasnije je došlo nekoliko simpatičnih šibenskih planinara, a planinarsko sklonište ispunilo se toplinom, razgovorom i mirisom skuhanе večere.

U LIKU KROZ DALMATINSKA VRATA

U planini se dobro spava i još ljepše budi – a cijeli Stap osvanuo je okupan suncem! Danas će biti vruće, ali naša staza skrivena je gustim krošnjama i hodat ćemo po hladovini. Razbudio nas je strmi uspon od samog početka, a nakon dva i pol sata penjanja stigli smo do poznatih Dalmatinskih vrata. Nekada su ovdje ljudi s mora prelazili u Liku, a Ličani u Dalmaciju. Trgovalo se i trampilo: sol, za krumpire, kupus za ribu. Da li je moguće da su ljudi nekada hodali ovim terenom na konjima i magarcima? Teško je zamisliti koliko je život nekada bio surov. S Dalmatinskih vrata sišli smo na makadam koji nas je doveo podno Visočice, a nedugo zatim i do auta u kojem nas je čekala nagrada – tri limenke piva! Peti i zadnji dan avanture, idemo kući. Već nam nedostaju najmiliji, a i mi ćemo nekako više cijeniti toplu vodu i mekani krevet. Najljepše je doći kući, ali već planiramo iduću turu, kako bi nam i novi povratak u civilizaciju bio još slađi! A Velebit? On ostaje, čeka nas i jako dobro zna da ćemo opet doći!

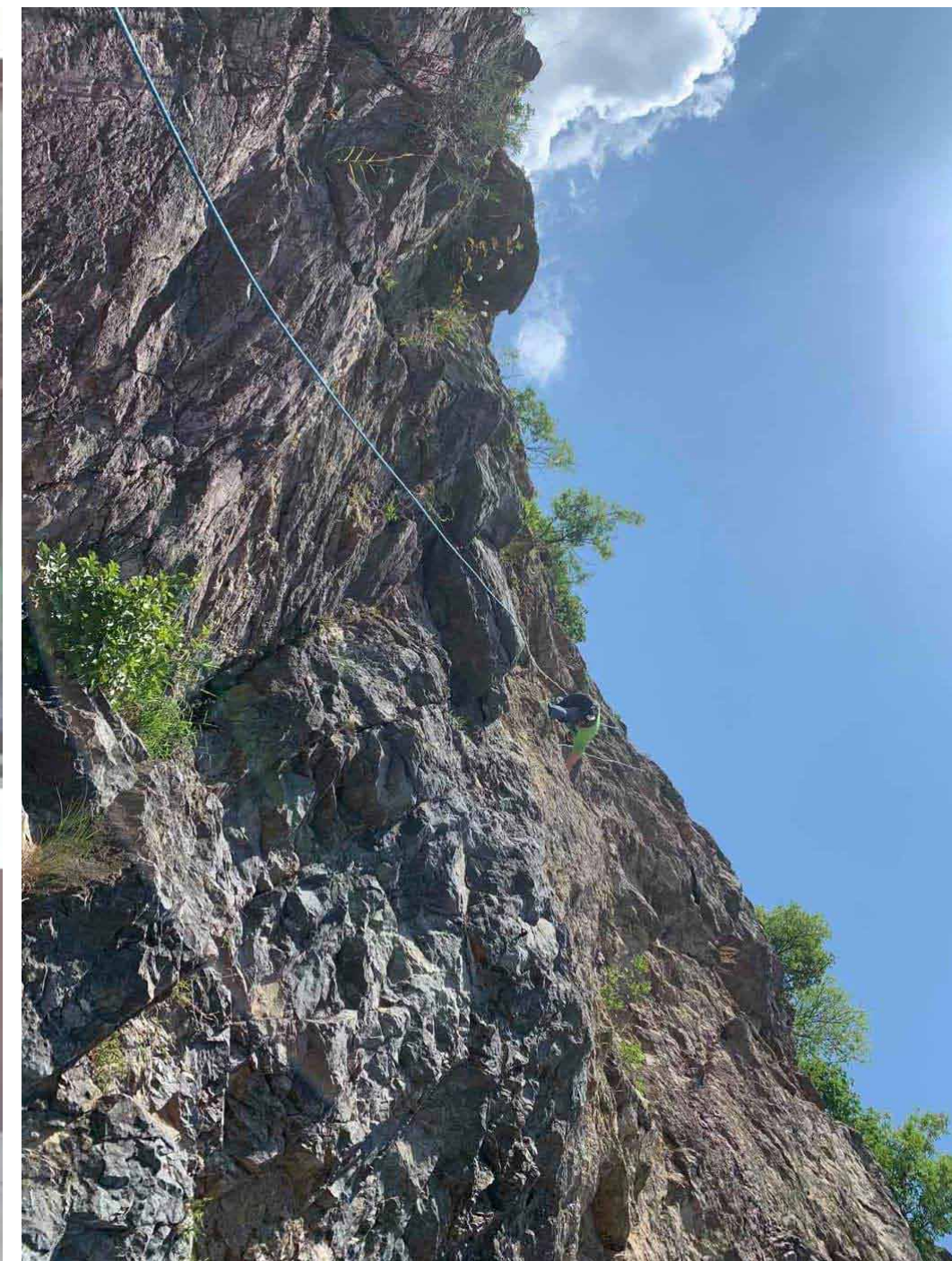
MATEJ PERKOV



Šestorica su penjali k'o jedan

Kako su **Ljetnji alpinistički kurs** u
organizaciji **AONS-a** preživeli momci iz
Prnjavora...





Prije nego se pređe na priču kako je bilo na ljetnjem alpinističkom kursu u organizaciji AONS, dozvolite da malo pojasnimo kako je nastala uopšte ideja da se proba malo „ono“ - alpinizam i obuka.

Kao i sve dobre ideje, dobra književna djela, zavjere, teorije života, ljubavi... i ova ideja se rodila u kafani. U kratkom periodu planinarenja dosta toga se prošlo, penjalo, popelo i uradilo u našem Prnjavoru. Dobar međusobni odnos, druženje i planinarenje njeguje se već par godina sa kikindskom PD „Kinđa“, tom šarenom skupinom dobrih ljudi, kao iz romana Branka Ćopića, uvijek veseli i živopisni. Lijepo njima s nama, lijepo nama s njima. Budući da u vremenima koja dolaze, planira se raditi nekoliko zahtjevnih, višednevnih

tura u ljetnim i zimskim uslovima, a znajući da obuke nikad dosta kao ni planinarskog znanja i iskustva i da ukoliko su svi „spremni“, jak je lanac onda i izazovi se lakše savladavaju. Tako se rađa ideja i odluka za „ono“. Rođena i iskovana u kafani.

Obično se sastajemo na istom mjestu u uobičajeno vrijeme na kafi i to vrijeme i mjesto služi samo za teme planinarenja. Otprilike išlo je to ovako:

- Je l' idemo na uspon?
- Idemo!
- Nešto sam razmisljao, nismo penjali do sada sa tim „g'oždima“ na nogama i tako to, pa da ljudima ne pravimo probleme.
- I šta sad hoćeš? Nismo penjali sa g'oždima, ali kupimo, stavimo i penjemo. Malo sporije ide i to je to.

- Znam da može i tako - nije problem, samo kažem... Ali eto i onaj „čekić“ nemamo što se s njim penje. Neko ima jedan neko ima dva, a pričali smo ranije kako je to lijepo da i mi radimo takve stvari, oprobamo se u tome i tako. Da idemo gdje do sada nismo bili...

Minut šutnje i eto rađa se ideja.

- Aaa, misliš ti na „ono“!

- Koje „ono“?

- Pa da to je ono što smo pričali, da hoćemo da idemo i u te vode.

I eto, mi ko mi, opet se neki projekat sklepa, nabavi se novac, oprema, sve po spisku trebovanja i na obuku se prijave tri planinara uz logističko-informativnu pomoć „Kinđe“ i to je „ono pravo“.

Tu počinju slatke muke. Oprema - tu, finansije - tu,

logistika - tu, sva sprema - tu, a korona tamo. I eto ne odosmo na „ono“. Malo razočarani, ali život ide dalje. Tu priči nije kraj. Ima ljetna alpinistička obuka, zbog zatvaranja granica prema EU ne ide se nigdje i može se vrijeme iskoristiti za ljetni dio obuke, valja i to proći. Koristi puno i to je azbuka svega. Lijepo je malo po vertikalni bazati i tako se kaliti. Samo sada umjesto tri člana idu na obuku šestorica. Kod nas je to tako, ide se ko horda, idu svi koji hoće, žele, mogu, kojima napredak bilo koje vrste nije stran ili mrzak. Stvar sada ide ovako.

Opet prijava u AONS, a ljubazan ženski glas nam kaže da zovemo sutra i da se čujemo.

- Zašto? - pitamo.

- Pa za zimski vas je bilo trojica i niste došli zbog





korone, a za ljetni šest. Šta ako i sada bude tako?

- Ma nema šanse, dolazimo sigurno.

- De vi skontajte koliko vas dolazi pa se sutra javite, možda neko odustane od vas.

- Neće.

- Možda hoće.

Možda nas zeza. „Ma jok, tvrdi pazar“, kaže neko.

„Ajd, dobro - zovemo sutra.“

Opet sutra poziv, nas šest dolazi sigurno.

- Je li to definitivno?

- Jeste, dolazimo k'o horda.

Eto umjesto tri na zimski - ide šest na ljetni kurs. Da je bio prolječni možda bi bilo devet, ali o tom potom.

Na obuku idu braća Šušak, Slobodan - najbolji penjač među nama, već se penjao po građevinskim skelama; Uroš - penje srcem i hoće da se u svemu oproba i izmjeri, sviđa mu se Silvester kako to radi; Garići - sin i čača, a neko misli i da su braća, mlađani Đorđe - osamnaestogodišnjak penje mladošću svojom vjerujući iskustvu starijih; čača Aleksandar - penje čisto da im se nađe i što voli izazove, a odavno je prirodnjak; Zlatko - penje iz želje i duše, a Dragan - on penje onako da se proba. Voli „wild“ stvari pa to ti je.

U dva auta se pokupismo i tog prvog vikenda naše obuke 13. juna krenuismo za Orlovo bojište, gdje se održava obuka, i Planinarski dom Popovica, ne znajući šta nas baš sve čeka, iako smo informacijama dobro potkovani. Negdje u pauzi, sjetismo se da smo prva organizovana grupa iz Prnjavora koja prolazi osnovnu

alpinističku obuku. Ima još alpinista, ali su obuke prolazili na drugi način. Stiže se u večernjim satima u dom na Popovici. Smještaj, kafa sa domaćinima i šačica razgovora. Dobri ljudi, kao da je naša krv, gostoljubljivi i gostoprимljivi, stara škola rock 'n' rolla.

Svanu jutro, prvog dana obuke. Dolaze i drugi polaznici. Gledamo se, oni prošli zimski, znaju se, upoznali se. Dolaze instruktori: Kuki, Zoka, Andrej, Dragan, pomoćnici njihovi. Počinje upoznavanje i nekako „legoše“ nam ljudi, što se kaže, „na prvu“. Kuki u svom životu jedino nije obučavao one iz šah-kluba i ljubitelje trike i klikera, a pored sve njegove životne istorije i iskustva, ispostaviće se i odličan pedagog. Prošao sito i rešet po planinama i dolinama. Zoka (za njega „kapa dole“ i naklon do poda) - tih, miran, nasmijan, spreman stalno pokazati, pomoći, savjetom prići. Jednom riječju, to je Zoran Marković. Ko ga zna dosta su mu i ova velika slova, a ko ga ne zna, neka ga traži i upozna. Dragan, mlad penjač, a već je iz „stjenovitih planina“. Andrej, e njega nigdje ne vidiš a stalno je njegovo oko negdje tu i posmatra sve.

Za prvi dan predviđen je odmah abzajl, čvorovi, sidrište, jer drugi dio obuke ide u podnožju stijene. Petljaju se „osmice“, pokazuje se osiguranje, čekira se oprema i počinje ozbiljan rad. Ode Kuki prvi da ispravi uže i kaže da svi po jednom abzajlju jer nas je puno i da nastavljamo rad dole u podnožju stijene. „Kako doskočiti ovome?“, razmišljamo. Ide se nama na spust užetom više puta. Jedva dočekali da to radimo, a sada

„samo jednom“. Polako pridemo i objasnimo ljudima da smo mi „s onu stranu Drine“ i da nama treba sve dva puta objašnjavati da bi mi to shvatili kako treba. Na ovu opasku bi malo dobrog smijeha i velikom parlamentarnom većinom usvoji se prijedlog da se ide dva puta jer „Brena je Brena, ali dvaput je dvaput“. Bi tu i jedna zanimljiva epizoda koja se može nazvati: „Kako je Đorđe zeznuo čaču i išao triput na abzajl“.

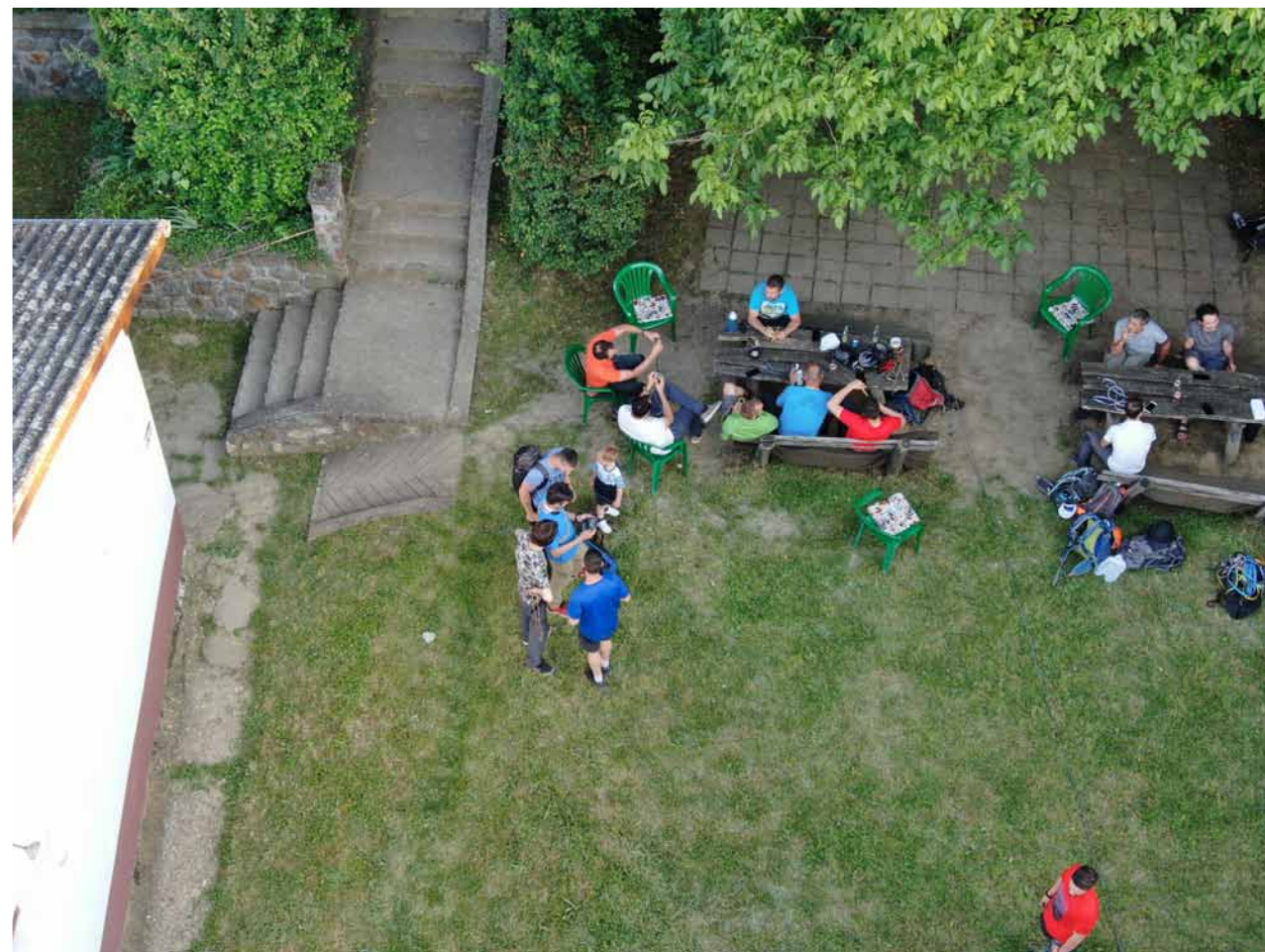
Spustiše se u drugom abzajlu otac i sin kao par. Brzo je išlo, vremena se ima i kaže Đorđe da ide gore po vodu.

- „Ajde, sine, nije daleko, ali se brzo vrati.“

Ode po vodu k'o fol, a spusti se niz uže.

- Otkud ti niz uže? Gdje je voda?

Reče malo mangupski: „Ma pomiješao sam nešto, vodu imamo, ali čokoladice ostale gore i da me ne





čekate puno, ja niz uže". Tako je išao triput. Snašao se dobro.

Ide tako priča, pa praksa, pa priča, grupa dobra sluša učitelje svoje. Dođe na red i ona igranka „spasi se sam ako možeš". Petljaj čvorove, navezuj, svezuj, penji. Neko se vrti ko ringišpil dok ne odmakne bar metar, a neko ide ko da je po ravnom. Uglavnom svi prođuše i taj dio bez problema, ali najbolje da nikad ne zatreba. Bi nama to zanimljivo i ostali bi još, ali vikend prođe i mora se kući malo otići.

Sledeći se jedva čeka. Lakše je malo, znamo šta nas i ko čeka. Malo se upoznali, snjuškali i atmosfera prava ko da se znamo već par godina. Dođe drugi vikend obuke. Treba penjati sada smijer u paru, proći dio da svako osigurava penjača, da svako popne smijer, jer je poslije toga praktični dio, provjera i polaganje na Gornjaku. E tu mi skontamo da „opanke" za penjanje suve stijene nemamo, a one baš, baš pomažu u tome i tome su i namijenjene. Teško šljajdranje u gojzericama ide, ali penjemo i srcem i glavom i snagom, penjemo svakako samo da popnemo. A jest lijepo kad popneš, pa niz uže te spušta neko drugi, onako lagano, a ti uživaš kao početnik jer si popeo svoj prvi smijer u životu. Nema tu šta, razmišljamo svi u glas, i ovi „opanci" za suvu stijenu se moraju nabaviti. Na polaganje se treba doći sa svom opremom. Nema zezanja tu, rođaci. Koje uzeti, kakve, koji broj. Pitanja sto, a odgovor jedan. Trebaš ih imati, ako želiš da penješ. Što nas vole te prodavnice opreme, da samo znate. Odmah ide šest pari za šest momaka koji ispit polažu.

Dolazi se na Gornjak u dogovoreno vrijeme, sada je već 4. juli i biti ili ne biti. Stižu Kuki i Zoka. Poslije pozdrava Kuki odmah pita: „Jeste li uzeli penjačice?" Jesmo - svi. Okreće se i kaže: „Jesam ti rekao da će nabaviti svi, ne zezaju se ovi". Znamo šta se iza toga krilo, kakve misli, sumnje i tako to. Mi došli da položimo ispit. Šta treba, ima da se ima i to ti je. Neka-ko je prijatan i lijep osjećaj biti opet zajedno. Boro, sada je „Bjeljinac", ima onaj „zrakomlat" što sve snima i fotografije sa visine. Čudo od tehnike, američko je. Boro je dosta toga već prošao u odnosu na nas i došao da podrži zemljake. Ode daleko da ga ne vidiš i vrati se „zrakomlat" Bori, kao Lesi kući. Ovaj put došao je i Mile isto „Bjeljinac", stari poznanik naših učenja da da podršku i pomogne ako šta treba. Penjao i popeo „Boga oca" što se kaže, a zeznut pozitivno (malo) i istovremeno dobar, drag lik. Stara je on škola i lako stekneš povjerenje u njega.

Prvi dan polaže se praksa. Treba popeti najmanje dva smijera, a po mogućnosti tri. Raspoređuju se naveze i počinje penjanje. Jedan insturkor dobija po dvojicu da vodi u smijer, samo Mile jednoga. Opet bi šale, zezze i anegdota. Pentramo se po „Ljubinkama" iz različitih smijerova. Ne vidimo se međusobno, samo povremeno čujemo glasove i naslućujemo da svima ide dobro penjanje. Nakon prvog cuga, sretoše se dvije naveze na sidrištu - Draganova i Miletova. Onaj iz Draganove naveze, daje onom iz Miletove cigaretu da popuši, malo da predahne i u pogledu uživa. Mile planu k'o zipo upaljač. Kakva cigara, idemo drugi

cug, nema pušenja, ako bi stali za svaku cigaru ne bi popeli do večeri, nema toga, samo penji, dolaze drugi penjači, itd. Gasi se cigara i ide drugi cug iz cuga. Nema frke nikave, dobar je Mile i u pravu je Mile. Zato ni onaj sa „zrakomlatom" ne puši po danu, samo puši „po noći" kad ga Mile ne vidi. Na drugom cugu u vazduhu osjeti se pjesma „Ide Mile lajkovačkom prugom". Malo se pjesma preradi i dok se penje izgleda ovako:

„Penje Mile Ljubinkinim smijerom,
za njim penje momak s jakom željom,
popećete dva nova drugara,
nek nas onda Ljubinka s'kim god hoće vara".

Tako to bi. Kukijevi su poslije pričali da ovaj trči niz sipar kao na atletskoj stazi. Zokijevi da penje kao pauk, a Draganovi da plešu tango po stijeni. Nekako u isto vrijeme završi se praktični dio i polaganje za sve naveze. Kafana preko puta k'o majka nas dočeka. Kažu dobri ste svi bili. Popeli ste šta treba i idemo dalje da se na ovome samo ne stane. Kako je bila slatka kafa tada.

U „bazi" glavnog smještaja ljepota od života. Za sutra je ostala teorija da se polaže i taj 5. juli ostaće neizbrisiv datum u našim životima. Mi k'o pravi đaci, literaturu proučili, naučili, sramota je sramotiti se neznanjem. Skupila se tu i družina neka „fensi šmeksi" penjači. Ima ih ko mrava. Ima ih dobrih, a ima ih brate i ko da su sve popeli što niko popeo nije. Šta ćeš, svijet je lopta šarena. Idemo dalje. Svanulo je i jutro zadnjeg dana druženja našeg. Pomalo veselo i pomalo tužno što se sve ovo završava i što odlazi cirkus iz našeg malog mjesta. Uglavom, pisanije na testu svi rade iz glave, materija i teorija poznata. Brzo ide test, pregled se malo oduži, ali uz razgovor i to brzo prođe. Kažu učitelji, sve je dobro. Pogled na Homolje. Doćemo opet. Put ka Drini čeka. Šestorica su penjali k'o jedan.

TEKST: ALEKSANDAR GARIĆ
FOTOGRAFIJE: BORISLAV AVRAMOVIĆ



Deveta po redu MTB trka „Za sirac sira”
- Žakovo 2020. u organizaciji Biciklističe
sekcije PD „Vučji zub” iz Trebinja održana je
5. jula u selu Žakovo, Trebinje...

ZA SIRAC SIRA Žakovo 2020



Trka se po tradiciji održava polovinom juna, ali nepredviđene okolnosti sa koronavirusom učinile su da se donese odluka o odlaganju za neko bolje vrijeme. Dovitljivi Hercegovci ne bi bili to što jesu da nisu sačuvali vedar duh i u dobru i u zlu; pa su tako nastale uzrečice tipa „dobre običaje ne valja mijenjati“, „bolje da nestane sela nego običaja“ i slično. A „Sirac sira“ je u proteklih osam godina stekao status ne samo običaja, već i svojevrsnog brenda. Iz tih razloga, čim se situacija malo stabilizovala, određen je novi termin trke - 5. jul.

Domaćini su se i ovaj put potrudili da maksimalno pripreme i obilježe stazu i stvore uslove da se trka protekne u najboljem redu. Već postaje tradicija i kampovanje na mjestu starta/cilja trke, uz neizbježni roštilj, eksperimentisanja sa noćnom fotografijom i slično.

U tri trke ukupno je uzelo učešće trideset takmičara, uglavnom iz Trebinja, zbog situacije sa korona virusom, neuklapanja u kalendar ranije preuzetih obaveza, zatvorenih granica, nije bilo takmičara iz okruženja.

Program je otvoren trkom u najjačoj kategoriji - „Elit“. Prvo mjesto osvojio je Petar Spaić, drugo Miloš Bodiroga, članovi društva domaćina; koji nastupaju i za BK „Mostar“, treće - Marko Paovica, takođe član

„Vučjeg zuba“. Pobjednički dvojac je oštro povukao sa samog starta i stvorio nedostižnu prednost, čime su potvrdili dominaciju od prošle godine. Zbog prirode ovogodišnje trke nećemo o brojkama, ali treba reći da je pobjednik oborio dosadašnji (svoj) rekord staze. Zbog obaveza pobjedničkog dvojca unekoliko je promijenjen protokol, pa je proglašenje pobjednika muškaraca uslijedilo neposredno posle trke. Odmah zatim, otputovali su u Široki Brijeg, gdje su nastupili na pripremnoj MTB trci za Prvenstvo BiH i osvojili prva dva mjesta, prošavši skupa kroz cilj. Sve čestitke! Možda je najbolji komentar izrekao jedan od domaćina, koji je, čuvši za pobjedu u Širokom Brijegu, rekao „ne bih se začudio da su do Širokog otišli biciklima“!

U ženskoj konkurenciji, kao i prošle godine, pobijedila je Kristina Gudelj iz Trebinja, svestrani sportista, koja osim biciklizma trenira atletiku, fudbal i karate; drugo mjesto je osvojila Spomenka Perišić, treće - Ana Vlatković.

U kategoriji juniora (12 - 15 godina) pobijedio je Dado Bijelić iz Odžaka; drugo i treće mjesto su zauzeli Srđan Popovac i Aleksa Berak iz Trebinja. U trci je učestvovala i jedna djevojčica - Kristina Runjevac iz Trebinja.



FOTOGRAFIJE: SLAVENKO VUKASOVIĆ; NATAŠA MUČOVIĆ; PREDRAG MUČOVIĆ; MIROSLAV KOVAČEVIĆ





Dosta uzbuđenja bilo je u poslednjoj trci - djeca do 12 godina. Djeca ne znaju da kalkulišu, taktika im je nepozant termin. Viđena je bespoštedna borba, a pobjednik je odlučan nakon vrtoglavog spusta, fotofinišem u poslednjih pet metara do cilja. Prvo mjesto je zauzeo Vanja Crnogorac, drugo Jakov Perišić Glebov, treće Đorđe Odavić - svi iz Trebinja.

Po završetku programa uslijedio je proglašenje pobjednika, koji su pored pehara dobili i „sirac“ - kolut autohtonog domaćeg sira. Pripadnice ljepšeg pola – i mirisne bukete od smilja i hercegovačkog cvijeća ubranog uz stazu. Kako napisa Ana Vlatković na sajtu domaćina - „trka sa uskusnim nagradama“, dodaćemo – i mirisnim, da sva čula uživaju! Pošto dobre običaje ne treba mijenjati – po završetku je uslijedila degustacija sira i drugih autohtonih domaćih proizvoda.

Organizatori nisu krili zadovoljstvo činjenicom da je trka održana i protekla u najboljem redu. Još jednom su zahvalili takmičarima, sponzorima i svima koji su uzeli učešća u organizaciji. Vidimo se na desetoj, jubilarnoj trci, a dotle - sve najbolje uz pozdrav trebinjskih „zubića“ - „da smo zdravo“!

TEKST: MIROSLAV KOVAČEVIĆ



BONTON na via ferratama

Osnovna pravila i postupci
za kretanje VF stazama...





Popularnost via ferrata poslednjih godina naglo raste. Pored velikog broja zainteresovanih planinara raznih uzrasta i sposobnosti, sve je više onih koji se nikada nisu oprobali u nekoj outdoor aktivnosti. Šta je zapravo VF? Planinarska staza kroz teško pristupačne stenovite terene, obezbeđena sajlama i nogoastupima. Baš kao na planinarskoj stazi, i ovde važe neka pravila.

- Na via ferrate idite samo kada ste potpuno odmorni i odličnog zdravstvenog stanja. Upoznavanje i potpisivanje „Izjave o odricanju od odgovornosti“ obavezna je za sve učesnike ove vrste akcije.
- Adekvatno se opremite u skladu sa težinom staze VF, njenom dužinom, visinom, u skladu sa vremenskim uslovima i godišnjim dobom.
- Sve što se nosi mora biti upakovano u ranac na odgovarajući način, a ranac zakopčan i postavljen uz telo, tako da ne ometa i ne utiče na bezbedno kretanje na VF stazi. Na ranac postavite karabiner. Na pauzama i odmorima, čim skinete ranac sa leđa, zakačite ga karabinerom o klin, prečku i sl. kako biste mogli bezbedno manipulirati (voda, sendvič...).
- Vodič je u obavezi da proveri spisak učesnika i postojanje potpisane „Izjave o odricanju od odgovornosti“. Licima koja nisu potpisala dokument ne dozvoljava kretanje na VF.
- Pre samog polaska na VF izvedite vežbe dinamičkog istezanja-zagrevanja i na taj način pripremite telo i organizam za predstojeće napore. Najčešće je to mesto gde se postavlja sva oprema na telo penjača radi kretanja stazom VF.
- Omogućiti učesnicima vreme za toalet.
- Obavezna je dupla partnerska provera kompletnosti i podešenosti opreme pre polaska na stazu VF. Proveriti podešenost šlema, VF pojasa, ispravnost i navezanost VF seta na penjački pojas, postojanje dopunskog



karabinera, postavljenost čeonih lampe na šlemu i njena funkcionalnost, rukavice za VF, stanje obuće i odeće. Podešenost ranca na telo penjača. Navedenu proveru vrši vodič kod organizovanih grupa.

- Vodič kroz konkretna pitanja proverava svakog učesnika. Da li si odmoran/a? Da li imaš neke tegobe? Da li se osećaš spremnim za ovu VF? Kako si raspoložen/a? Vodič poznavanjem i procenom učesnika odobrava učešće na konkretnoj VF.
- Idite sa licenciranim vodičem na umereno teške „B“ i teške „C“ VF.
- Grupa koju vodi licencirani vodič na VF je 2-4 penjača.
- Odluke vodiča na VF su neprikosnovene. Izvršavaju se bez pogovora.
- Početnike koji nemaju iskustva, decu i osobe koje su uplašene ili dekoncentrisane, voditi u navezi na planinskom vodičkom užetu.
- Nikada ne idite sami na VF. Preporuka je da idete u grupi od minimum tri osobe.
- Ne idite na VF po lošem vremenu a posebno ukoliko se očekuje grmljavina.
- Povećan rizik od odrona kamena na VF je u situacijama kada je neko ispred vas i u slučajevima kada pada kiša i duva vetar. Na signal „Kamen!“ hitro se priljubiti celim telom uz stenu i glasno obavestiti druge penjače.
- Proveravajte prirodne i veštačke oslonce pre nego što ih opteretite svojom težinom.
- Pridržavajte se propisa o upotrebi i korišćenju opreme na VF stazama. Obavezno koristite šlem, VF pojas, VF set, dopunski karabiner, VF rukavice i po potrebi čeonu lampu. Šlem stavite u toku prilaska stenama, a ne na početku staze VF. Prilazak do starta VF će nekada biti pored stena. Šlem se ne skida sa glave na VF stazi, već kada se završi VF i dođe u sigurnu zonu.
- U toku kretanja na VF obavezno oba karabinera moraju biti postavljena na sigurnosnu sajlju. Karabinere treba ukopčavati na sigurnosnu sajlju jedan nasuprot drugog. Prvi karabiner uvek postavljamo na sigurnosnu sajlju vratima okrenut od stene, tj. ka nama, dok drugi ukopčavamo suprotno ka steni i od nas. Dolaskom do klina prekopčati prvo jedan karabiner i tek nakon vizuelne provere da li je karabiner zatvoren i drugi karabiner. Elastične

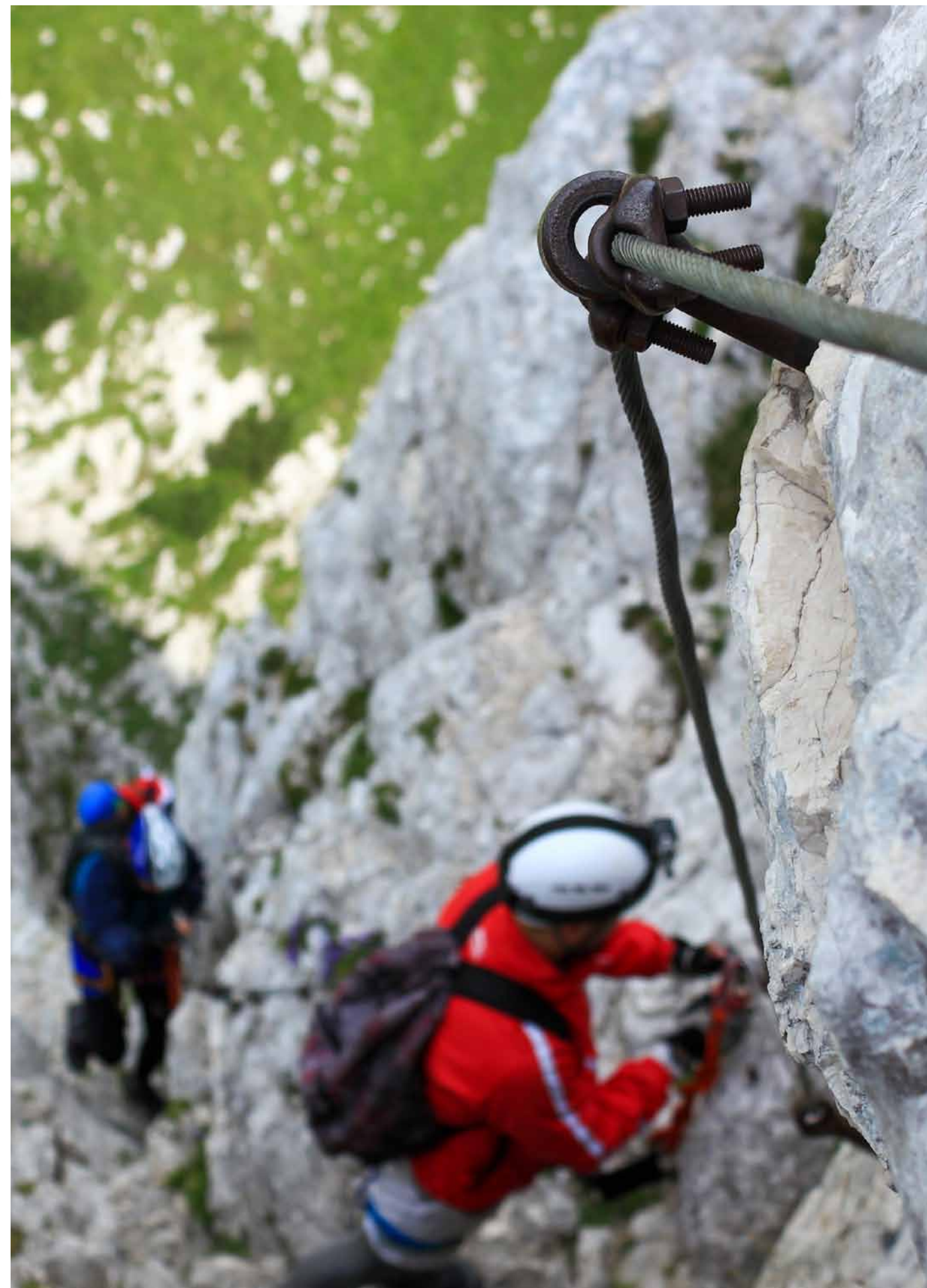


PHOTO BY FRANTISEK DURIS ON UNSPLASH

Duško Popović, Alfa Activ, Beograd

Licencirani vodič Via Ferrata 493
Planinski vodič Ib kategorije UIAA MB 583
Tel./mob: +381 60 684 51 71
E-mail: dusko.popovic060@gmail.com
Web: www.alfaactiv.com



PHOTO BY KLAUS HUBER ON UNSPLASH

trake trebaju biti uvek u paralelnom odnosu a ne upletene.

- Dok se prekopčavamo na klinu jedan karabiner je uvek na sigurnosnoj sajli. Nikada se istovremeno ne vrši otkopčavanje oba karabinera. Karabineri su stalno ukopčani na sigurnosnu sajlu.

- Najbolji momenat prekopčavanja je čim smo u mogućnosti da opruženom rukom dohvatimo sigurnosnu sajlu iznad klina na koji nailazimo. Krajnji moment je kada glavom dođemo u visinu klina. U toku prekopčavanja obavezno imamo tri stabilna i sigurna oslonca.

- Ruka na sigurnosnoj sajli je uvek iznad karabinera. Podlakticom proći ispod elastičnih traka i iznad karabinera se uhvatiti za sigurnosnu sajlu, tako da su oba karabinera ispod naše zatvorene šake.

- Na VF stazi siromašnoj prirodnim i veštačkim osloncima sigurnosnu sajlu koristiti kao oslonac.

- Hvatanje sigurnosne sajle je jednom šakom u nathvatu a drugom u podhvatu. Kontinuirano ili povremeno menjajte hvat. Šaka ne treba da bude čvrsto zatvorena i stegnuta jer to uzrokuje brzo zamaranje.

- Pri hvatanju i opterećenju sigurnosne sajle i drugih infrastrukturnih elemenata, to činiti ravnomerno i umereno, bez nepotrebnog cimanja.

- Težina tela raspoređena je na noge dok ruke koristimo za držanje vertikalnosti i ravnoteže. Na težim sekvencama, gde je neophodno snažno angažovanje ruku radi savladavanja vertikalnih i previsnih detalja, prethodno se pripremiti kroz kraći odmor i istresanje odmaranje ruku.

- Položaj tela na VF je takav da nam je izražena blaga fleksija u skočnom zglobu, kolenima i kukovima, a karlica i gornji deo tela odmaknut od stene. Pogledom pratimo sigurnosnu sajlu i naredne oslonce. Muskulatura je aktivna i elastična, nikako kruta.

- Kretanje na VF stazama je kontinuirano i umerenog tempa. Na taj način štedimo snagu pri penjanju. Nema potrebe za cikličnim kretanjem brzo-sporo.

- Radi pauze za odmor na VF, opuštanja, fotografisanja, osveženja, mimoilaženja, sačekivanja ostalih penjača i sl. dopunski karabiner ukopčati na klin sigurnosne sajle ili drugi stabilan veštački oslonac (prečka, sajla od lestvi, klin sa ušicom...).

- U slučaju zamora ruku, grčeva u šakama, drhtavice ODMAH se osigurati dopunskim karabinerom i obavestiti vodiča.

- U slučaju klizanja i pada na sekvenci odgurnuti se od stene kako bi telo ostalo u vertikalnoj poziciji i povijenim nogama i rukama pripremljeno za novi amortizujući kontakt sa stenom.

- Vodič daje obaveštenje i informacije o pogodnim mestima za odmor na samoj VF stazi.

- Vodič ukazuje na tehniku prelaska težih sekvenci.

- Na horizontalnim stazama i traverzama VF samo jedan penjač može biti na sekvenci između dva klina. Telo



je frontalno postavljeno ka steni, dok se kretanje vrši horizontalnim pomeranjem nogu „noga do noge“ bez ukrštanja i koračanja. Bočno kretanje je dozvoljeno na sekvencama sa izraženom planinskom stazom. Kao pomoć, po potrebi, koristiti dopunski karabiner.

- Na kosim VF vodič određuje rastojanje na licu mesta.

- Na vertikalnim VF stazama, u zavisnosti od rastojanja između klinova, vodič određuje koliko praznih sekvenci će biti sigurnosno rastojanje između penjača. Radi proračuna uzeti u obzir dužinu elastičnih traka, maksimalnu dužinu traka šok absorbera i visinu samog penjača. Sabiranjem dolazimo

do konačne dužine sigurnosnog rastojanja kako penjač usled pada ne bi povredio penjača ispod sebe.

- Korak pri penjanju na vertikalnim sekvencama treba da bude takav da nozi koja je opterećena kao oslonac, privedemo drugu nogu. Naredni korak započinjemo privedenom nogom. Na taj način ravnomerno opterećujemo muskulaturu obe noge što ima uštedu snage kao krajnji rezultat.

- Ukoliko treba da obidemo nekog penjača na VF prethodno ga glasno obavestimo „Prolazi!“, a nakon toga ga obilazimo tako da dolaskom do njegove pozicije, dok je priljubljen uz stazu, prekopčavamo prvo jedan a zatim i drugi karabiner, te nastavimo kretanje.

- Silazak po VF stazi se vrši samo izuzetno i ukoliko je to neophodno.

- Kod mimoilaženja, penjač koji penje se osigura sa dopunskim karabinerom, a onaj koji se spušta se prekopčava preko njegove pozicije prvo sa jednim a zatim sa drugim karabinerom.

- Na sekvencama VF sa različitim tipovima mostića i lestvi, vodič obavezno naglašava i demonstrira tehniku prelaska.

- Posebnu pažnju posvetiti na eventualnim „lakšim“ delovima VF staze gde nema sigurnosne sajle.

- Na kraju staze VF vodič čestita pojedinačno učesnicima uspešno ispenjanu VF stazu. U kratkim crtama analizira i ističe dobre i pogrešne postupke.

- Daje instrukcije o podešavanju i pakovanju opreme za povratak sa staze VF.

- U posebnim slučajevima i incidentnim situacijama postupati po zahtevima i uputstvima vodiča. Obavezna saradnja sa vodičem.

- Navedena pravila, nisu zamena za specifične obuke od strane licenciranih vodiča.

- Na VF idite sa stručnim, sposobnim,iskusnim i odgovornim vodičima.

- Dok ne steknete dovoljno iskustva, krećite se sa licenciranim vodičima na stazama VF.

- Ostavite informacije u smeštaju o stazi VF na koju idete kao i o predviđenom vremenu povratka.

- Pozivni broj za hitne situacije je 112. Ukucajte u vaš telefon.

DUŠKO POPOVIĆ

Jesam li ja lud što hoću napolje?

*Plašim da će ova godina biti upamćena
kao „godina koju je pojela korona“...*





Svi smo mi outdoor-ovci neka dijagnoza. Za većinu „normalnih ljudi“ spadamo u neku kategoriju između mazohista i pustinjaka, svet za sebe na koji ne treba obraćati naročitu panju jer je možda (a složićete se i da jeste) opasno i zarazno.

Da se ja vratim na temu, dok ima teme. Koronaz izolacija je prošla, pa je i „korona-pobeda“ prošla, i sad se evo već nalazimo u drugom talasu, ili drugom piku (vrhu za one koji ne vole da se „frljaju“ engleskim jezikom) prvog talasa, ili... šta god. Uglavnom, opet neke restrikcije, zabrane putovanja, okupljanja,

obaveza nošenja maski i još sto čuda. Nije da nismo najavljivali još u prošlom broju. S druge strane, većina poslova se, na ovaj ili onaj način vratila svojim redovnim tokovima: nacionalni parkovi seku šume, naplaćuju ulaznice i žmure na divlju gradnju, političari širom regiona furaju izbore, igra se Liga šampiona, kafane rade - istina sa restrikcijama, ali se uz dobru organizaciju možete „naroljati“ sa ekipom. Čak su se i naše matične organizacije i savezi vratili svojoj redovnoj aktivnosti narađanja ničeg korisnog (dobro, na njih vanredno stanje nije naročito ni uticalo), pa sam i ja tako rešio

da se vratim svojoj redovnoj aktivnosti tumaranja kudagod, samo da je u prirodi. I gle čuda, ova se moja bogugodna namera odmah suočila sa problemom koronarne logistike.

Svi znamo da u prirodu nije pametno ići sam, nije bezbedno. U medijima opet frka i panika, maltene k'o u martu, onako bojažljivo se prebiramo jedni po jedni ko je prelomio da napusti sigurnost doma svoga i da izmilimo nekud. Sedimo na onim sedištim, motor bruji, pogledamo se onako iza maski, hajde prva lokalna destinacija, da probijemo led. E sad, moje društvo i ja

nismo familija, rizikujemo razmenu „the Virusa“ - što je svestan rizik. No dobro, posle vožnje smo napolju, rizikujemo prelome i iščašenja, al' to nije zarazno, pa se ne važi, i kao se konačno malo opustimo i družimo skoro kao nekad. Dolazim kući, čujem se sa drugarima, jedan od njih već kuka kako su ga roditelji, pravoverni i lojalni građani, zamolili da ih, za svaki slučaj, neko vreme ne posećuje. Teško da će ga to zadržati kući sledećeg vikenda, ali da ostavlja otužan ukus u ustima, to svakako.

Posle inicijalnog uzbuđenja izazvanog ovom našom ▶



malom outdoor kvazidelikvencijom, kreće da me jede crv sumnje - organizuju se samo virtualne trke. Nema manifestacija - nema ništa. Možda sam ja stvarno lud što nisam u izolaciji 24/7, a nije da nemam uslova, jer mi posao dozvoljava da radim od kuće, marketi donose robu na adresu... No ipak još malo, teško je naromanu da se „skine“, kad tamo kontradikcija-medijska slika, propisi, bezbednost, zabrane okupljanja i slično sa jedne, a realnost s druge strane. Red ispred ovih naših malobrojnih jezera kilometarski, naroda toliko da nema gde da se raširi maramica, a kamoli peškir. Sa razglasa, onde gde ih ima, nasnimljen glas s vremena na vreme izvrti priču o obaveznom rastojanju, i maksimalnih 200 ljudi. Svih 99.999 ga ignorišu, nadležni za red prave se nevešti, rizično ponašanje „sve u 16“. Zaprećene su i ozbiljne kazne, ali ih niko ne ferma. Sreća te po prirodi toliko ne volim gužvu, inače ni

Podsetnik

Zdravstvene prednosti boravka u prirodi

Da podsetimo sve koji su zaboravili da boravak u prirodi donosi niz zdravstvenih koristi. Našem telu neophodno je izlaganje suncu, pre svega zbog vitamina D, a izlaganje svežem vazduhu čisti pluća naviknuta na zagađivačima „obogaćen“ gradski udah. Osim toga, umerena fizička aktivnost blagotvorno utiče na ceo organizam, rad srca, cirkulaciju, tonus mišića... Može se pobeći i od nekih alergena, ambrozije na primer. Sa psihološko/psihičke strane, dokazano je da boravak u prirodi smanjuje stepen stresa, poboljšava koncentraciju... Ne zaboravimo da su boravak na moru, planini ili banji bili sastavni deo terapije za niz bolesti, a korona zasigurno nije umanjila njihovu lekovitost.

sam ne bih odoleo iskušenju da nađem svoj kvadrat vodene površine i malo se rashladim, mislim ja, i već počinjem da shvatam da pokazujem preveliki stepen razumevanja za ove „koronarne delikvente“. Jesu li nas od detinjstva drilovali da je leto = more? Jesu. Da se za ovih šest meseci odviknemo - to ne biva, nego snalazi se kako znaš i koliko smeš.

Da je sve podređeno pre svega profitu, konačno me uverila kampanja u korist domaćeg turizma. Letujte ovde (kao da, jelte, imate izbora). Na mestima tipično znanim samo vrlo specifičnom soju ljudi, gužve, stotine hiljadamiliona turista vođenih Instagramom. Još ako se do prirodne lepote u pitanju može doći automobilom, pa još raspaliti roštilj... Evo novih divljih deponija na zaštićenim područjima. Infrastruktura ne može da izdrži toliki priliv ljudi - nema uređenih mesta za kamp, loženje vatre, odlaganje smeća, parkiranje, niti će ona, čini mi se biti potrebna čim ovo stanje prođe. Moram da se osvrnem i na ekološki aspekt - niko ni u najluđem optimizmu nije očekivao da broj posetilaca u „nekoj tamo bestragiji“ skoči stotinu puta, ali to nije opravdanje da se zažmuri na oba oka i čeka da se gungula završi sama od sebe, posledice po prirodu bi mogle biti poražavajuće. Đubre se neće samo očistiti, spomenici koje priroda oblikuje hiljadama godina ne mogu se zameniti ovim, a zasad nas još samo vremenske prilike i neočekivano kišovito leto spasavaju od požara. Kako bilo da bilo, jasno je da je najezda na planine/jezera/banje postala deo nacionalne politike spasavanja turističke industrije po svaku cenu. Hiljade turista su OK, jer „proizvode“ novac, ali hiljade sportista (mada je outdoor više način života) nisu OK, jer ne prave, ili bar prave mnogo manje para.

U skladu sa ovom kampanjom i novi trend - svi kupuju šatore, svi bi na kampovanje, a nemaju osnovnu edukaciju o tome. Rafovi sa opremom za boravak u prirodi opustošeni, k'o da su prošli Huni. Televizija bruji o lepotama, dok se saopštenjima i apelima GSS-a pridaje nikakva ili minorna pažnja. Niko da saopšti surovu istinu - priroda može biti i opasna, ne samo lepa. Mislio sam da ovoj temi posvetim malo više pažnje, ali je ovo ipak „Moja planeta“, i čitaoci kojima bi to bilo otkrivanje tople vode, pa samo da apelujem na sve - pokušajte da, kada su institucije već zakazale, informišete svoje prijatelje, novopečene outdoor-ovce, šta ih čeka i koje ih opasnosti vrebaju. Bar pokušajte, neko će vas možda saslušati, a oni dobri ljudi iz GSS-a će biti zahvalni za svaku intervenciju koju neće morati da obave.

Mere ostaju na snazi, zasigurno još nekoliko meseci. Ja ću i dalje da špartam, koliko god mogu, u skladu sa važećim propisima i onome što mi je još ostalo od zdravog razuma. Ima vas sigurno kojima je kao i meni došlo da oterate sve „u majčinu“ i ponašate se kao da virus ne postoji. Ima vas i koji ste, uplašeni iskustvima bliskih ljudi za metodu „strogog zatvora“. Teško je biti „pametan“. Rekoh već, ja sam „hoću napolje“ lud, mada se staram da ne ugrozim druge, ipak je to prvo pravilo čovečnosti. Ali se plašim da će ova godina biti upamćena kao „godina koju je pojela korona“.

ZMIJAT

PHOTO BY MATT HEATON ON UNSPLASH

Andiamo in montagna

Pravim outdoor ljudima ovaj tekst je suvišan, ali upravo vi - čitaoci ovog magazina - morate da budete svest i savest „turista“ koji su pohrlili u planine...

Pandemija izazvana coronavirusom već dosta dugo ograničava nam kretanje. U jednom trenutku građani Srbije bili su doslovce zaključani u svojim domovima. Policijski čas trajao je danima, satima, minutima... Naši stariji sugrađani bili su „pod ključem“ mesecima. Odbrojavali smo svaki trenutak samo da bismo uhvatili malo svežeg vazduha i koji zrak sunca. Opasnost od zaraze postoji i danas, te je sasvim razumljivo da su ograničenja na svakom koraku. Prelasci granice su upitni, boravak više ljudi u prevoznim sredstvima i smeštajima... Pravim outdoor ljudima, koji razumeju zakone prirode i kako treba da se ponašaju „off-road“, ovaj tekst je suvišan, ali upravo vi - čitaoci ovog magazina - morate da budete svest i savest „turista“ koji su pohrlili u planine.

SVRAB ĐONA

Život s koronom ne bi smeo da bude toliko komplikovan i težak. Napetost raste iz meseca u mesec, a svaki novi slučaj dodatno diže tenziju posebno onih koje „svrbe tabani“. No nisu to samo planinari. I biciklistima su nervozne pedale, penjače steže užarija, trkače zovu neistrčani kilometri... Čak i oni koji nikada nisu uživali u outdoor aktivnostima sada naprasno osećaju potrebu da zdime u planinu. I zapravo tek ovde počinjemo da se bavimo našom glavnom temom - možda ćemo mi preživeti ovu koronu, ali ona, sasvim sigurno, neće preživeti nas...

Nakon više akcija spasavanja u kojima su učestvovali spasioци Gorske službe spasavanja u regionu, pojavili su se apeli da ljudi ne bazaju po nepoznatom terenu, bez vodiča, odgovarajuće opreme i znanja. Ukratko, svi su pohrlili u prirodu s manjkom znanja i viškom samopouzdanja. Većina ovih „begova“ u divljinu završavala se bez komplikacija. Ipak, nekada su pojedinci i manje grupe ostajale zaglavljene daleko od automobila ili skloništa, dok se prikradala noć puna neizvesnosti i opasnosti.

Jasno je šta nas tera u prirodu, ali ostaje nejasno - zašto s takvim amaterizmom pristupamo veoma ozbiljnim stvarima.

OPASNOSTI

U našem regionu gotovo nimalo opasnosti ne dolazi od divljih životinja. Ukoliko se izuzmu susreti s otrovnicama, koji se na obostrano zadovoljstvo po pravilu završavaju bez posledica, na ovim prostorima



PHOTO BY DAVID KLEIN ON UNSPLASH

vas neće gristi grizli, niti će vas zaskočiti kakva velika mačka. Ali nepoznat teren, a posebno u izmenjenim meteorološkim uslovima, prava je zamka za neiskusne planinare.

U uslovima magle i niske oblačnosti, kada gubite orijentire, čak i najiskusniji moraće dobro da se koncentrišu kako bi se pozicionirali u prostoru. Osobe s malo iskustva obično se prepuštaju stihijским pokušajima da pronađu „nešto prepoznatljivo“. Na taj način dovode sebe u opasnost na više načina. Prvi je taj da će upasti u kakvu jarugu ili provaliju, a drugi - da će odlutati još dalje i tako smanjiti šanse za brzo pronalaženje. Uporni pokušaji da se pronađe pravi put dovode do iscrpljenosti i dehidracije. U negostoljubivim terenima to bitno može da oteža spasavanje, jer osoba neće moći da pomogne spasilačkoj ekipi u svom lociranju.

OPREMA

OBUČA - Za planinarenje je neophodna planinarska obuća - duboka, dobro tapacirana cipela čvrstog đona, koja pruža dobru stabilnost i osigurava čvrstoću zglobova. Patike, papuče, japanke, baletanke, natikače - namenjene su šetnji gradom. Svaka povreda zglobova najčešće se manifestuje oticanjem i jakim bolom, što hodanje dosta otežava, a nekada i onemogućava. Ukoliko osoba nema snažne prijatelje, koji mogu da pruže potporu - može da sedne i plače. Ili da pozove gorsku službu spasavanja...

ODEĆA - Većina početnika nosi pamučne majice zbog udobnosti, nezanjući da one upijaju vlagu i dugo se suše, što je pogubna kombinacija ukoliko dođe do naglog pada temperature. Sa druge strane, s kratkim rukavima i nogavicama smanjuju svoje šanse za uživanje u prirodi jer se izlažu UV zracima, sitnim povredama i ogrebotinama, ujedima insekata...

OPREMA - Kretanje prirodom bez ranca u kojem se nalazi voda, kabanica i čeon lamp - veliki je rizik. Danas, međutim, možete sresti gomile ljudi koji bazaju planinama s flašicama vode u ruci. Neki su toliko nesvesni svojih postupaka da porodično krenu put vrha bez vode.

GPS - Razne aplikacije za smartfon otvorile su pakao samouverenosti novootkrivenih outdoor talenata. Danas je svako ekspert za orijentaciju i snalaženje u prirodi. Azimuti padaju kao kruške! Pratiti strelicu na GPS-u ili smartfonu može svako, ali šta ćemo onda kada se desi ono što se dešava bar 20 puta dnevno - kada satelit kaže „škljoc“? Niska oblačnost, magla ili povišen električnost mogu uticati na vezu uređaja sa satelitima, što se očituje gubljenjem signala i pogrešnim prikazom treka. Napredno geopozicioniranje svakako jeste tehnologija koja ekspertima otvara neslućene granice istraživanja, ali osloniti se na besplatnu aplikaciju u telefonu - nije mudar potez.

UČESNICI

Jedna od najvećih gluposti koju početnik može da načini jeste da se sam uputi u istraživanje nepoznatog terena. Ukoliko se radi o većoj grupi neiskusnih



planinara - stvar može da se pogorša i zbog preterane samouverenosti i ega. Ako se nađu u problemu, više njih bi moglo da ima sopstvenu „sajnu“ i, naravno, potpuno pogrešnu ideju šta bi mogli da rade. Nešto „najpametnije“ što mogu da odluče jeste da se grupa podeli...

Porodice sa gomilom sitne dece koji prvi put borave u prirodi - takođe su dobar recept za propast. Deca i insekti na izolovanom terenu nikada nisu dobra kombinacija, jer ujed pčele, ose ili stršljena mogu biti izuzetno opasni.

CORONAVIRUS

Iako smo od coronavirusa pobjegli daleko, daleko... čak u prirodu, ostaje pitanje da li je ona pobjegla od nas. Ispada da je zaraza u celoj ovoj zapetljanciji s navalom na outdoor aktivnosti svake vrste, ipak sasvim sporedna stvar. Apelovanje na zdrav razum kao da „ne radi“ kod svih ljudi. Zašto je nošenje maske i pranje ruku toliko problematično? Čak i bez srdačnog pozdravljanja i ljubakanja vaši prijatelji i rodbina vas sigurno neće manje voleti... Elementarna kultura nalaže da štokave prste ne stavljate u nos i usta - prosto to nije lepo. Najzad, ne trljajte oči. Kroz suzni kanal u oku neće vam ugamizati samo korona, već gomila patogena koji mogu da vas upropaste na nebrojeno mnogo načina... Onakvi kakvi ste kod kuće - takvi ste i u prirodi... ■

**NAJAVE AKCIJA I GODIŠNJI PLANOVİ PLANINARSKIH
KLUBOVA I DRUŠTAVA IZ SRBIJE:
WWW.MOJAPLANETA.NET/NAJAVE_AKCIJA**



**VAŠU AKCIJU MOŽETE PRIJAVITI NA ADRESU:
MAGAZIN@MOJAPLANETA.NET**



PIO „Vlasina“



NP „Stara planina“



NP „Tara“



Za odgovorno ponašanje u prirodi

Stručnjaci Zavoda za zaštitu prirode Srbije upozoravaju da povećano interesovanje za prirodu mora da prati odgovorno ponašanje posetilaca...

Gotovo netaknuta priroda naše zemlje primila je i ugostila veliki broj turista koji su ove godine umesto morskih destinacija odmor proveli u prostorima koji čine bisere prirode naše zemlje.

Najtraženije destinacije za odmor bili su, pre svega, kao najveća područja naši nacionalni parkovi Tara, Đerdap, Kopaonik, Fruška gora, zatim Parkovi prirode Stara planina, Zlatibor, Golija, koji su od ranije bili prepoznati kao turističke destinacije. Znatno veći broj poseta nego ranijih godina imali su i Predeli izuzetnih odlika Vlasina, Ovčarsko-Kablariska klisura, ali i Specijalni rezervati prirode „Uvac“, „Suva planina“, „Jerma“ i mnogi drugi. Poseta pojedinačnih fenomena u prirodi takođe je bila izazov za naše građane, fotografije sa Spomenika prirode „Taorska vrela“, vodopada „Lisine“ i „Sopotnica“, česte su razglednice koje se razmenjuju na društvenim mrežama.

Ovim povodom, direktor Zavoda za zaštitu prirode Srbije mr Aleksandar Dragišić ističe da „jedinствeni i najvredniji prostori prirode koji se čuvaju u okviru sistema zaštićenih područja, a kojih na osnovu stručnog rada



NP „Tara“

Zavoda za zaštitu prirode Srbije ima oko 500, našli su se pred izazovom upravljanja najbrojnijim posetama od svog ustanovljavanja kao zaštićenih područja. Ujedno deo posetilaca koji nije uobičajeno provodio odmor u prirodi, našao se u okruženju u kojem važe posebna pravila i kultura ponašanja za upoznavanje okoline, aktivnosti kojima se mogu baviti i pravilno i bezbedno kretati kako ne bi ugrozili svet prirode, i sebe. U tom kontestu u sporadičnim slučajevima dolazilo je do neželjenih situacija, pre svega, ostavljanja smeća u prirodi, ulazak u zone sa prvim režimom zaštite koji

su područja sa osetljivim ekosistemima i staništima retkih vrsta i u kojima su zabranjene posete, gubljenje usled nepoznavanja praćenja/ili nepoštovanja oznaka na šetnim stazama u prirodi i sl. Međutim, ono što je bitno je da nije došlo do većih problema koji bi doveli do degradacije prostora, narušavanja staništa biljnih i životinjskih vrsta, izazvali požare i sl.“

Zavisno od karakteristika područja, ustanovljenih osnovnih i temeljnih vrednosti, raspoloživih kadrovskih i logističkih kapaciteta, pojedinačna zaštićena područja su rešavale određene probleme na terenu. Nacionalni park „Tara“, kao prostor sa najviše uređenih šetnih i biciklističkih staza i vidikovaca, imao je izazov u organizovanju i usmeravanju velikog broja ljudi i vozila na ovom prostoru, uz pojačnu potrebu regulisanja odvoženja smeća na najfrekventnijim lokalitetima i pre svega, zalaženje u rezervate sa prvim stepenom zaštite koji se nalaze pored puta (kao što je rezervat Crveni potok na Mitrovcu). Turistička organizacija Vlasine kao upravljač PIO „Vlasina“ sa nekada dnevnim ulaskom od 2.000 automobila, posetilaca, koji su najčešće boravili na plažama jezera najviše se bavila problemom otpada i smeća u priobalnom pojasu. Odvoženje smeća i čišćenje posle poseta bio je veliki posao i u Parku prirode „Stara planina“, kao i još 40 zaštićenih područja kojima upravljaju JP „Srbijašume“. Turistička organizacija Čačak, upravljač Parka prirode „Ovčarsko-Kablariska klisura“, bila je angažovana i za pomoć turistima da savladaju planinarske staze, budući da su neodgovorni pojedinci pored zvanične, na stazama ispisivali svoju signalizaciju, i time zbunjivali posetioce. Svakako sa najvećim problemom se susreo Rezervat „Uvac“ d.o.o. - upravljač Specijalnog rezervata „Uvac“, gde su se dešavali nedozvoljeni preleti helikoptera koji su ugrožavali mlade beloglavih supova u periodu njihove pripreme za prvi let. Nakon ovog incidenta pokrenuti su koraci kako ne bi došlo do novih slučajeva u vidu zabrane niskih letova na prostoru ovog rezervata.

Kao primer dobre prakse i dobrog upravljanja povećanim brojem poseta, ističe se Nacionalni park „Đerdap“. Javno preduzeće „Nacionalni park Đerdap“, za ovu situaciju se spremao godinama i tako je i dočekao. U skladu sa pripremljenim Planom upravljanja posetama nacionalnim parkom i studijom o kapacitetima pešačkih staza, kojih u parku ima devet, sve zainteresovane posetioce da upoznaju Đerdap na stazama su dočekivali rendžeri koji su prošli obuke za vodiče i u grupama vodili posetioce. Za svoje posetioce Nacionalni park je imao pripremljene programe obilazaka sa vode, kao i kolima sa vodičem.

„Iskustva stečena kroz povećan broj posetilaca u prirodnim dobrima su veoma značajna za rad u organizovanju i upravljanju posetama kako bi imali turizam koji će značiti lokalnom stanovništvu i biti usklađen sa očuvanjem prirodnih vrednosti. Pre svega, svi upravljači treba da imaju plan upravljanja posetama i procenu kapaciteta poseta područja, pripreme raznovrsnu ponudu vođenih tura i pojačaju informativne i obrazovne kapacitete i dostupnost na terenu. Takođe, treba pojačati poštovanje zakonskih propisa i procedura za obavljanje delatnosti u zaštićenom području i obavezu javljanja i prijavljivanja svoje delatnosti upravljaču zaštićenog područja i dobijanja uslova zaštite prirode od Zavoda za zaštitu prirode Srbije“, naglasio je direktor Zavoda mr Aleksandar Dragišić, kako bi sledeću sezonu dočekali spremnije.

Direktor Zavoda ističe i da se „nadamo da će naši građani koji su ove godine odškrinuli vrata lepota prirode naše Srbije, nastaviti da obilaze područja prirodne baštine kada i druge tradicionalne destinacije za odmor budu ponovo dostupne. Poznavanje i poštovanje naše baštine govori o svima nama kao pojedincima i građanima naše zemlje. Ujedno, ako naučimo da volimo i čuvamo prirodu i to prenesemo na decu, dajemo lični doprinos i za očuvanje planete“.

Tehnologija koja čuva živote onih koji spasavaju tuđe živote



Gorska služba spasavanja Srbije u naredne tri godine učestvovaće u evropskom projektu „SIXTHSENSE” koji je napravljen u cilju praćenja zdravlja uz senzornu povratnu spregu za postizanje bolje situacione svesti...

Gorska služba spasavanja Srbije u naredne tri godine učestvovaće u evropskom projektu „SIXTHSENSE” koji je napravljen u cilju praćenja zdravlja uz senzornu povratnu spregu za postizanje bolje situacione svesti. Ceo projekat traje 36 meseci, finansira ga Evropska unija, kroz program Horizont 2020, i vredan je više od 7,2 miliona evra.

Cilj ovog multidisciplinarnog istraživačko inovacionog projekta je razvoj nosivog sistema za praćenje zdravlja operativaca spasilačkih službi sa taktilnom povratnom spregom, koji spasiocima omogućava da u opasnim situacijama „osećaju” svoje trenutno stanje,

i eventualne zdravstvene rizike. Pomoću prediktivnih modela zasnovanih na multimodalnim podacima sa senzora koji mere biološke parametre (npr. laktacija, Na, K, srčani ritam, temperatura) ovaj sistem bi omogućio spasiocima ranu detekciju rizičnih faktora koji bi mogli dovesti do brzog pogoršanja njihovog zdravlja i/ili radnih sposobnosti.

Ova tehnologija omogućuje praćenje u realnom vremenu više spasilačkih ekipa i operativaca na terenu, unapređujući efikasnost tima, njihovu bezbednost i uspešnost operacije. U okviru „SIXTHSENSE” projekta spasioci Gorske službe spasavanja nosiće ove

uređaje u spasilačkim akcijama.

Konzorcijum projekta čini 21 organizacija iz devet evropskih zemalja koordinisanih od strane TECNALIA Research & Innovation iz Španije. Čine ga Konzorcijum tri univerziteta: Univerzitet u Alborgu (Danska), Univerzitet u Leonu (Španija) i Tehnički Univerzitet u Kemnicu (Nemačka), zatim pet evropskih istraživačkih i tehnoloških organizacija: TECNALIA (Španija), Istraživački institut JOANEUM (Austrija), Istraživački institut BioNanoNet (Austrija), EUCENTRE fondacija (Italija) i TECNALIA SERBIA (Srbija).

U konzorcijumu su i dva predstavnika velike industrije: Jobst Technologies (Nemačka) i Methrom DropSens (Španija); i pet malih i srednjih preduzeća: Senetics healthcare group (Nemačka), TeleGroup (Nemačka), Smartex (Italija), Global Electronic Solutions (Srbija), BiFlow Systems (Nemačka), sa ekspertizom u različitim oblastima.

U projekatu aktivno učestvuju i spasilačke organizacije, kao što su Gorska služba spasavanja Srbije, Udruženje gorskih službi Bosne i Hercegovine i četiri vatrogasne kompanije različitih profila iz Gumpoldskirchen (Austrija), Postojna (Slovenija), Rijeka (Hrvatska) i Pavia (Italija), kao i eksperti u oblasti treninga vatrogasaca i upravljanja rizikom – IFR (Austrija).

Više informacija na: <https://sixthsenseproject.eu/>



SIXTHSENSE

An EU H2020 Research and Innovation Action

GSS

Dodatne informacije o radu GSS Srbije: www.gss.rs
Međunarodni standardi kojima se rukovodi GSS Srbije: www.IKAR-CISA.org

CIPELE

MARKET

PO
→

Izbor ženskih HIKING CIPELA

**Predstavljamo vam izbor
ženskih hiking cipela
za sezono 2020.**

PHOTO BY FRANK BUSCH ON UNSPLASH



Ženske HIKING CIPELE

Salomon X Ultra Mid 3 GTX - Women's

Okvirna cena: 140 €

Dobre osobine: pružaju dobro trenje na skoro svim podlogama, veoma udobne, vodonepropusne.

Lošije osobine: malo šire u prednjem delu kod prstiju

Težina: 825 g

MATERIJAL

Spoljašnji deo: antilop koža, najlon

Unutrašnji deo: dual-density EVA

Don: kontragrip guma



Keen Targhee III Mid - Women's

Okvirna cena: 127 €

Dobre osobine: udobne, lagane, izdržljive, jeftine

Lošije osobine: teške

Težina: 810 g

MATERIJAL

Spoljašnji deo: nubuck koža

Unutrašnji deo: Dual Density EVA

Don: guma



Salewa Alpenrose Ultra Mid GTX

Okvirna cena: 135 €

Dobre osobine: veoma vodonepropusne, izdržljive, veoma lagane, dobrog dizajna.

Lošije osobine: pojedinim osobama, zbog specifičnosti stopala, pomalo neudobne

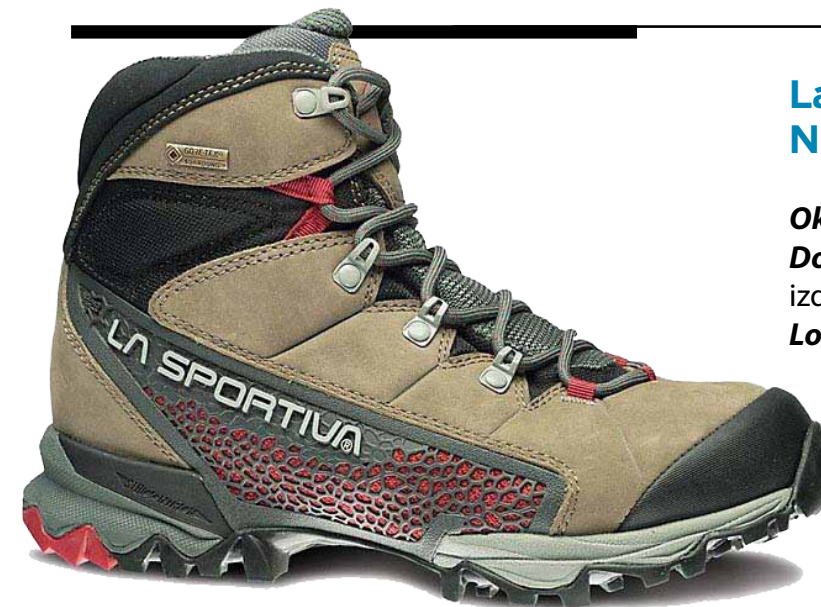
Težina: 663 g

MATERIJAL

Spoljašnji deo: mrežasta tkanina

Unutrašnji deo: EVA

Don: Michelin guma



La Sportiva Nucleo High GTX - Women's

Okvirna cena: 128 €

Dobre osobine: dobra podrška za stopala, stabilne, izdržljive, vodootporne.

Lošije osobine: nešto tesnije kod vrhova prstiju, slabije dišu

Težina: 915 g

MATERIJAL

Spoljašnji deo: nubuck koža

Unutrašnji deo: EVA

Don: vibram nano guma

Lowa Renegade GTX Mid - Women's

Okvirna cena: 125 €

Dobre osobine: veliki izbor boja, uska i široka verzija cipela, Gore-Tex sloj

Lošije osobine: bez dobre podrške za stopala, teške

Težina: 987 g

MATERIJAL

Spoljašnji deo: nubuck koža

Unutrašnji deo: DuraPU sa MONOWRAP okvirom

Don: vibram Evo guma



The North Face Ultra Fastpack IV Mid Futurelight - Women's

Okvirna cena: 135 €

Dobre osobine: lagane, dobro prijanjaju za podlogu, udobne

Lošije osobine: manje trajne, slabija podrška za stopala

Težina: 717 g

MATERIJAL

Spoljašnji deo: mrežast materijal otporan na habanje

Unutrašnji deo: FastFoam

Don: Vibram MegaGrip



Cene su okvirne i zavise od zemlje u kojoj se prodaju.



Ženske **HIKING** CIPELE



PHOTO BY HOLLY MANDARICH ON UNSPLASH

Ženske HIKING CIPELE

Salomon Quest 4D 3 GTX - Women's

Okvirna cena: 195 €

Dobre osobine: veoma stabilne, podrška za zglobove, izdržljive, voodootporne, veoma prilagodljiv sistem pretlanja.

Lošije osobine: teške, sputavaju neke pokrete, skupe.

Težina: 1.125 g

MATERIJAL

Spoljašnji deo: Nubuck koža, tekstil

Unutrašnji deo: Dual Density EVA

Don: kontragrip



Vasque Breeze LT GTX - Women's

Okvirna cena: 145 €

Dobre osobine: lagane, udobne, dobra podrška za stopala.

Lošije osobine: nešto manje trajne, skuplje.

Težina: 622 g

MATERIJAL

Spoljašnji deo: microfiber mrežasti materijal

Unutrašnji deo: dual-density EVA

Don: Vibram MegaGrip



Merrell Moab 2 Mid WP - Women's

Okvirna cena: 115 €

Dobre osobine: dobra podrška za zglobove, udobne, dobro dišu.

Lošije osobine: slabija podrška za stopala, sistem pertlanja nije previše dugotrajan.

Težina: 883 g

MATERIJAL

Spoljašnji deo: antilop koža i mrežast materijal.

Unutrašnji deo: EVA

Don: Vibram TC5+

Columbia Newton Ridge Plus Waterproof Amped - Women's

Okvirna cena: 68 €

Dobre osobine: jeftine, udobne, dobre za šira stopala, jednostavnog dizajna.

Lošije osobine: slabije dišu, slabija podrška za stopala

Težina: 778 g

MATERIJAL

Spoljašnji deo: koža, antilop koža, mrežast materijal

Unutrašnji deo: Techlite

Don: Omni-Grip

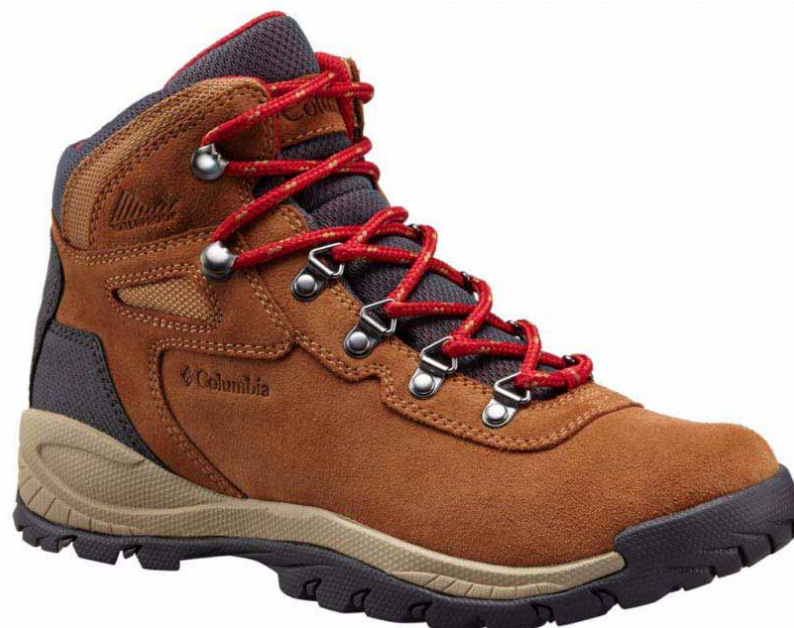
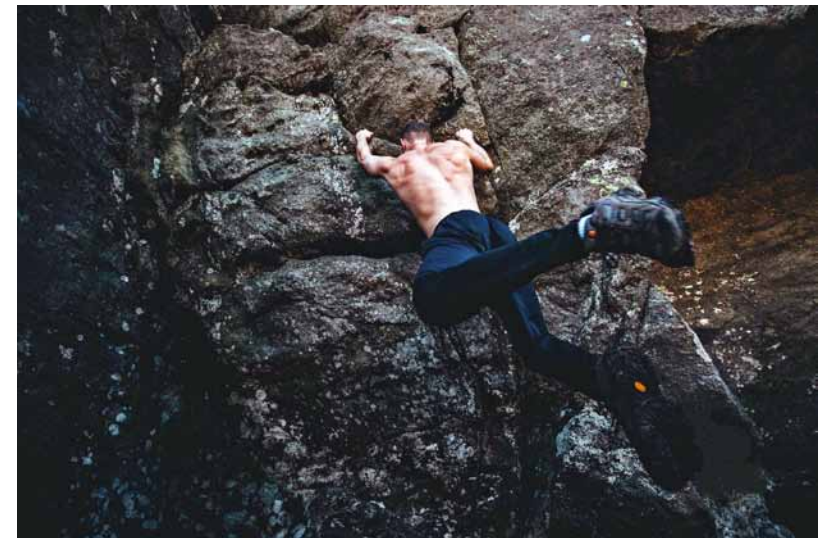
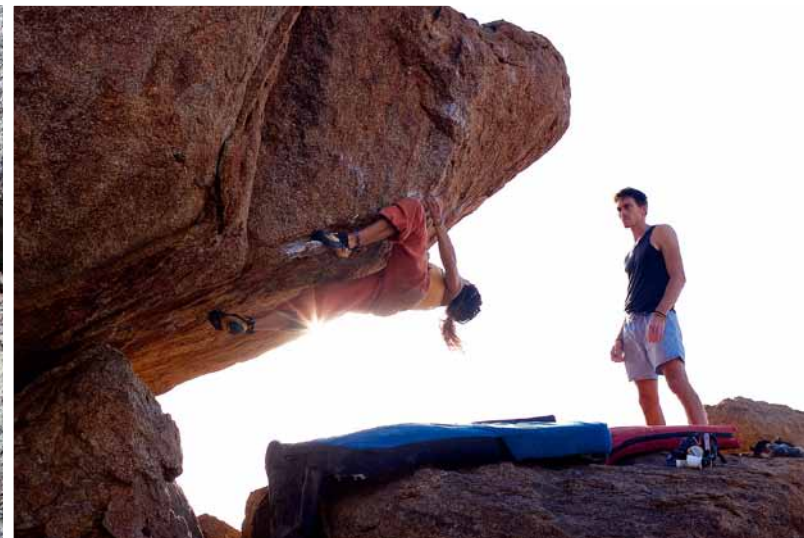


PHOTO BY HOLLY MANDARICH ON UNSPLASH



13 penjačkih lekcija KOJE PRAVE RAZLIKU

Penjanje stene sigurno nećete „naučiti“ čitajući magazin zavaljeni u fotelji, ali će vam par naših saveta sigurno olakšati život kada viknete: „Penjem!“

Penjači moraju svakodnevno da treniraju i to je fakat. Rad u teretani se podrazumeva, a komplementarni sportovi su i plivanje i biciklizam. Ako vam sve to predstavlja neki problem - onda je to problem... Međutim, ima tu još nekoliko dosta krupnih sitnica na koje treba obratiti pažnju. Neka 13 bude vaš srećan broj, pa krenimo redom...

1) SNAGA GORNJEG DELA TELA

Prva lekcija koju ste naučili na penjalištu sigurno je: „Penje se nogama!“. To je dobar savet jer predstavlja osnovu penjačke tehnike. Ipak, nekada će vam biti

neophodna čista snaga bicepsa. Ukoliko je nemate - biće vam potrebno dosta sreće... Bilo da penjete veštačku ili prirodnu stenu, snaga gornjeg dela tela je neophodna. Ako želite da poboljšate svoje penjačke sposobnosti - morate da uložite sate u trening na kampusu, benču ili parteru. Nije potrebno da vaše telo dobije oblik peščanog sata, već neophodnu snagu i elastičnost mišića. Kako se kaže, čista snaga sama po sebi nije ništa bez tehnike. Kada govorimo o tome, pogledajte sledeći savet.

2) VAŽNOST TEHNIKE

Bez dobre tehnike, penjači bi bili samo snažni ljudi koji po strunjačama padaju kao kruške i pak ostaju da vise na pouzdanju užariji. Tehnika se uči i unapređuje. Vaš instruktor na penjalištu prvi je čovek koji će vas uputiti u osnove. Njemu postavljate pitanja i od njega tražite savet. Kako budete savladavali osnovne tehnike - vaše samopouzdanje će da raste, a tako i apetiti.

Surfovaćete kanalima proslavljenih penjača i „krasti“ tehniku. Za svaku novu lekciju trebaće vam vremena i nebrojeno ponavljanje u raznim uslovima. Nigde ne žurite! Stena je tu već milion godina i čekaće još toliko dok vi ne usavršite svoju tehniku...

3) BUDITE HRABRI

Ok, visiti nad provalijom zahteva dosta hrabrosti... Ali sada ne govorimo o tome. Govorimo o onoj vrsti odlučnosti kada prelazite sopstvene granice. Elem, svaki novi potez mora da bude proračunat i maksimalno siguran. Morate da napredujete štedeći snagu i energiju, jer na steni nema stajanja. Nekada ćete se naći u „pat situaciji“ koju može da reši jedan sitan „nepromišljen“ potez. Vrhunski penjači se ne boje da riskiraju i načine taj potez koji će ih - ukoliko omanu - možda izbaciti iz takmičenja. Ta vrsta hrabrosti stiće se vežbom, praksom i iskustvom.

4) UHVATITE RITAM

Neki ljudi bolje funkcionišu kada im deo mozga zadužen za kalkulacije prostora i vremena zaokuplja ritam. Muzika ima ritam - pronađite svoj, stavite u uši „veselu mašinu“ i penjite. Ako ste na veštačkoj steni ili solirate - ovo ima savršenog smisla. Ukoliko imate penjačke partnere na prirodnoj steni - daleko je pametnije da slušate muziku njihovih glasova.

5) DA LI SAM POŠAO ILI SAM DOŠAO?

Baš kao i u životu, na steni vam je potreban dobar plan. Morate da znate kuda idete! Cilj nije samo sledeći хват - mora da postoji ozbiljna strategija, jer ćete i pored sve snage i tehnike završiti u čorsokaku - držeći se vrhovima prstiju u previsu... Pre pristupa steni dobro je osmotrite. Pokušajte da vizualizujete pokrete koji će vas voditi od tačke do tačke. Analizirajte situacije, pokušajte da procenite koje su kritične tačke i kako biste mogli da rešite teške detalje. Preračunajte snagu kojom raspolazete. Šta ćete penjati nogama, a za šta će vam biti potreban „the muscle“? Ispenjite stenu nekoliko puta pre nego što je uopšte dodirnete!

6) PRSTI-PETA

Čitajući ovaj tekst može se steći sasvim pogrešan utisak da vam, uz penjačku tehniku, potrebni još samo snažne noge i bicepsi. Zapravo, da biste unapredili tehniku, potrebna su vam i ona gumena ojačanja na penjačicama. Tehnike upotreba gornjeg dela stopala i pete pokazuju pravo penjačko umeće. „Kuka“ na pravom mestu u pravom trenutku može da vam ne samo spase, nego i ulepša dan. „Izvlačenje“ na petu... Ima li lepšeg poteza na prirodnoj steni? Kao balet, samo sa daleko spektakularnijom scenografijom...

7) DRŽANJE ZA VAZDUH

Pre nego što načinite sledeći potez, budite sigurni u хват. Načelno, u kontrolisanim uslovima uvek ćete imati tri čvrste tačke oslonca i jednu u napredovanju. U smeri je to uvek malo neizvesnije. Nekada će, ukoliko ne ostvarite dobro trenje, jedna noga možda biti malo nesigurna. Moguće je da će se, usled promene ravnoteže, poremetiti vaša stabilnost. Bitno je da nikada ne odustajete od dobrog hvata. Ovo svojevrsno „držanje za vazduh“ može vam obezbediti malo dodatnog vremena, kako biste popravili svoju poziciju.

8) URAVNOTEŽITE RAVNOTEŽU

Osećaj za ravnotežu je produkt precizne mehanike vašeg tela koji se odvija u srednjem uhu. Kompleksnim sistemom prelivanja tečnosti u minijaturnim kanalima stvaraju se nervni impulsi koji poruku o položaju tela potom prenose u koru velikog mozga. Procesuiranjem ovih podataka, vaš mozak može da odgovori na promene. Loša vest je da su moguće greške, kao i kod svakog komplikovanog procesa. Dobra vest je da se vežbom mogu napraviti čuda na poboljšanju ravnoteže.

9) NEKA VAS INERCIJA PONESE

Ako ste propustili koji čas fizike - sada je momenat da obnovite gradivo. Inertnost je jedna od osnovnih osobina svih tela u svemiru, a očituje se kao protivljenje tela promeni stanja svoga kretanja. To je sve potanko opisano Prvim Njutnovim zakonom: da bi



PHOTO BY X, LUCAS DAVIES ON UNSPLASH

se telu promenio intenzitet, pravac ili smer brzine, na to telo mora delovati sila. Ukratko, ukoliko želite da zgrabite hvat koji je, na primer, malo levlje od dužine vaših ruku - od svog tela ćete načiniti klatno tako što ćete se prepustiti gravitaciji i zanjhati se. Naravno, za ovakvo smelo ponašanje neophodno je dosta vežbe i pouzdana strunjača.

10) I PADANJE JE LET

Bez obzira na vrstu penjanja, vaš cilj je da sopstvenim umećem i snagom „otključate” stenu. Savršenstvo dolazi s vežbom i iskustvom. Penjanje se vežba... pa penjanjem. Nije sramota biti spetljan, prvi put pobati nešto, promašiti hvat... Padanje nije neuspeh.

11) KONTROLNI IZ SAMOKONTROLE

Kada ste na prirodnoj steni, u alpinističkoj smeri, ako dugo penjete, ukoliko vas je već sunce namučilo - može se desiti da vam popusti koncentracija. Najgori trenutak da se dogodi nekakva nekontrolisana situacija. Panika je sigurno sidro koje vas vuče na dno, a jedino što vas može spasiti jeste - samokontrola. Imajte poverenje u svoje telo, opremu i tehniku. Penjačica koja vam dere kožu na peti mora se ignorisati, jer ćete

u protivnom biti u daleko većem problemu i završiti bez daleko više kože...

12) KREATIVNOST

Veštačka stena nije samo OSB daska s epoksi hvatovima. Granice nisu njena širina, visina, nagib, zakrivljenost, detalji... Vaša granica je vaša kreativnost. Istu stenu možete popeti na bezbroj načina, a da svaki put bude zanimljiv i potpuno drugačiji. Penjite samo crvenim hvatovima, koristite samo ruke, „prečkajte” s jedne strane na drugu... Ali šta ja sve moram da vam objašnjavam - budite kreativni.

13) ŠERPA MORA BITI NA TUFNE

Ako vam kažemo da ćete lakše penjati ako ste mršavi, a teže ako ste buckasti... Ok, to i nije neki prvoklasan savet, ali ovo svakako jeste: za stenu vam je potrebna snaga i energija koju unosite isključivo kvalitetnom hranom i optimalnim odnosom ugljenih hidrata i belančevina. Tokom dugih treninga i penjanja potrebno je dopunjavati energiju raznim sportskim suplementima, ali vaša svakodnevna ishrana mora biti optimalna. Uputite se u osnove ishrane sportista i prestanite da gladujete ukoliko želite da smršate. ■



Zlatni nalaz na Pešteru

*Na teritoriji beloglavih supova, istraživači
su 15. juna zabeležili novu vrstu ptice u
Srbiji – azijskog zlatnog vivka...*



Istraživači Društva za zaštitu i proučavanje ptica Srbije, tokom poslednjeg boravka na području Sjeničko-pešterske visoravni u maju i junu ove godine, otkrili su novu vrstu ptice za područje Srbije – azijskog zlatnog vivka, a po prvi put je, tokom gnezdišne sezone, u Srbiji potvrđeno prisustvo malog barskog petlića.

Sjeničko-pešterska visoravan najveće je kraško polje u Srbiji. Krase ga nepregledna polja pašnjaka i livada na kojima trenutno pase oko 100.000 grla ovaca, goveda i konja. Područje ima specifičnu klimu koju odlikuju snežni i izuzetno hladni zimski meseci, zbog čega ga nazivaju „srpski Sibir“.

Prilikom obilaska akumulacionog jezera između sela Karajukića Bunari i Braćak istraživači su 15. juna zabeležili novu vrstu ptice za Srbiju – azijskog zlatnog vivka (*Pluvialis fulva*). Odrasla ptica fotografisana je dok se odmarala na travnatoj obali jezera. Svega dva dana ranije, na istom jezeru, otkrivene su dve teritorije malog barskog petlića (*Zapornia pusilla*), što je prvi slučaj beleženja ove vrste tokom gnezdišne sezone u Srbiji.

Azijski zlatni vivak naseljava daleke predele tundri u istočnoj Aziji i Aljasci. Svetska populacija je u opadanju, a procenjuje se na 190–250.000 hiljada jedinki. U Evropi je vrlo redak posetilac, a osnovni razlog je to što

se zimovališta nalaze duž priobalja Tihog i Indijskog okeana.

Mali barski petlić je misteriozna močvarna koka veličine čvorka koja do sada nije potvrđena kao gnezdarica Srbije, pre svega zbog načina života i specifičnih staništa koja naseljava. Vrsta je uglavnom aktivna noću i oglašava se veoma slično žabama u velikim travnatim močvarama. Prisustvo malog barskog petlića u Srbiji sa sigurnošću je potvrđeno tek 2018. iako je do tada više puta navodno beležen, uglavnom u Vojvodini.

Istraživanja ptica Peštera Društvo za zaštitu i proučavanje ptica Srbije ove godine sprovodi u okviru projekta „Zaštitimo vodena staništa Peštera“ koga finansira fondacija EuroNatur iz Nemačke, uz podršku Turističke organizacije Sjenice, staraoca Specijalnog rezervata prirode „Peštersko polje“.

Projekat ima za cilj da ustanovi stepen ugrožavanja prirodnih močvarnih i tresavskih staništa koja su pod uticajem industrijskog iskopavanja treseta. Značaj područja prepoznat je i van granica Srbije budući da ono uživa status Međunarodnog značajnog područja za ptice, Međunarodno značajnog staništa biljaka, Odabranog područja za dnevne leptire u Srbiji, Vlažnog staništa od međunarodnog značaja (RAMSAR), a deo je i EMERALD ekološke mreže Republike Srbije. ■

Prilikom obilaska akumulacionog jezera između sela Karajukića Bunari i Braćak istraživači su 15. juna zabeležili novu vrstu ptice za Srbiju – azijskog zlatnog vivka (*Pluvialis fulva*).



Najviše lasta u domaćinstvu Gvozdenović iz Kraljeva



Ovogodišnji pobednik takmičenja „Domaćinstvo koje su laste izabrale“ je porodica Radovana Gvozdenovića iz okoline Kraljeva koja ima 86 aktivnih gnezda seoskih lasta, saopštio je 22. juna Društvo za zaštitu i proučavanje ptica Srbije. Pobedničko domaćinstvo osvojilo je priznanje i tonu kukuruza kao nagradu za brigu o seoskim lastama.

Pobedničko domaćinstvo Gvozdenovića nalazi se na 2,5 kilometra od Kraljeva. Veliku štalu trenutno dele tri krave i 86 lastavićih porodica. Da priznanje i nagrada idu u prave ruke svedoči priča o spasavanju gnezda koje je prošle godine otpalo sa drvene tavanice štale. Prema priči Gvozdenovića prilikom čišćenja štale na podu su zatekli otpalo gnezdo u kome su mladunci i dalje bili živi. Bili su svesni da moraju nekako da im pomognu. Gnezdo su stavili u jednu posudu koju su zatim postavili na stub u štali. Roditelji su nastavili da brinu o mladuncima koji su uspešno izleteli iz improvizovanog gnezda.

Ove godine su u takmičenju „Domaćinstvo koje su laste izabrale“ učestvovala rekordna 452 domaćinstva iz svih krajeva Srbije. Organizatorima je prijavljeno ukupno 4.605 aktivnih gnezda koja nastanjuje više od 27.000 seoskih lasta. Procenjuje se da ovaj broj seoskih lasta samo u jednom satu može da pojede više od 1.600.000 muva, komaraca i drugih letećih insekata.

Zbog velikog interesovanja Društvo za zaštitu i proučavanje ptica Srbije odlučilo je da ove godine u okviru takmičenja organizuje izvlačenje „Srećno

gnezdo“, kako bi se svim učesnicima bez obzira na broj gnezda dala šansa da budu nagrađeni za ljubav prema seoskim lastama. U izvlačenju iz bubnja najviše sreće imala je Dragica Dunić iz Cerovca kod Kragujevca, koja u svom domaćinstvu ima četiri aktivna gnezda seoskih lasta. Dragica Dunić je osvojila dvogled i Crvenu knjigu faune Srbije III – Ptice.

Seoske laste su jedan od simbola sela, a da bi taj status i zadržale Društvo za zaštitu i proučavanje ptica Srbije u okviru programa „Proleće uživo“ organizuje takmičenje „Domaćinstvo koje su laste izabrale“ sa ciljem podrške malim poljoprivrednim domaćinstvima koja se poljoprivredom bave na tradicionalan način. Opstanak seoskih lasta zavisi od štala vrednih domaćina u kojima one svijaju gnezda i pronalaze insekte kojima se hrane. ■

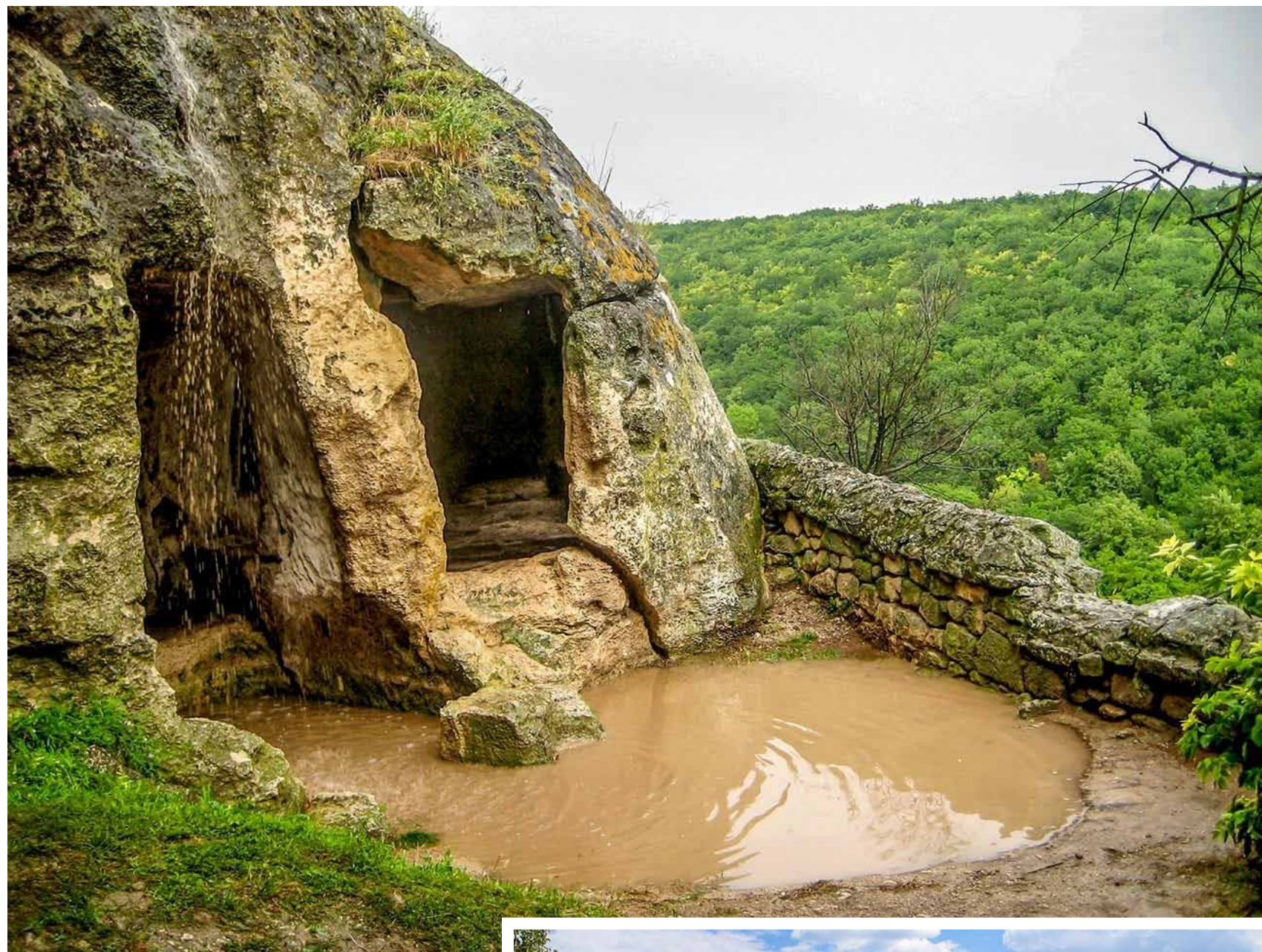
Tekstovi su preuzeti iz ekološkog magazina „eEkolist“. „eEkolist“ je besplatan elektronski magazin koji izlazi u PDF formatu i do svojih čitalaca stiže putem e-maila. Izdanje prati i internet stranica koja je nalazi na adresi: <http://ekolist.org> Prijavite se na mailing listu putem e-maila: redakcija@ekolist.org i mi ćemo vam poslati svaki novi broj.



FOTO: DRUŠTVO ZA ZAŠTITU I PROUČAVANJE PTICA SRBIJE/ZORAN RAIČIĆ

Najzanimljivije znamenitosti pod zemljom u Rusiji

Od podzemnih ledenih pećina do tajnih bunkera.
Odabrali smo za vas najinteresantnije građevine
u Rusiji koje se nalaze pod zemljom... Tekst nam
dolazi iz pera **Viktorija Rjabikova**..



ČUFUT KALE, BAHČISARAJ (1,4 HILJADE KILOMETARA OD MOSKVE)

Srednjevekovni grad, prvobitno vizantijski, delimično uklesan u stenu. Počevši od petog-šestog veka brojni narodi koristili su ga kao tvrđavu. Današnji naziv potiče iz 17. veka i prevodi se kao „jevrejska tvrđava“. U njenoj okolini često su boravili Karaimi (mala etnička grupa turskog porekla koja je ispovedala karaimsku veru, tradicionalno borave u zemljama istočne Evrope), koje su krimski Tatari u to doba svrstali u Jevreje. U gradu ima ukupno 170 pećina, ukopanih u dva, ređe tri nivoa. Sve su služile kao pomoćne prostorije, podrumi i tamnice. Paralelno sa pećinama bile su sagrađene oružarnice, magacini, džamija, kovnica novca i prostorije za stanovanje.

Grad je napušten u 19. veku kada je ostao bez vode, a sada je pećinska tvrđava na raspolaganju turistima koji žele da prošetaju starim ulicama.

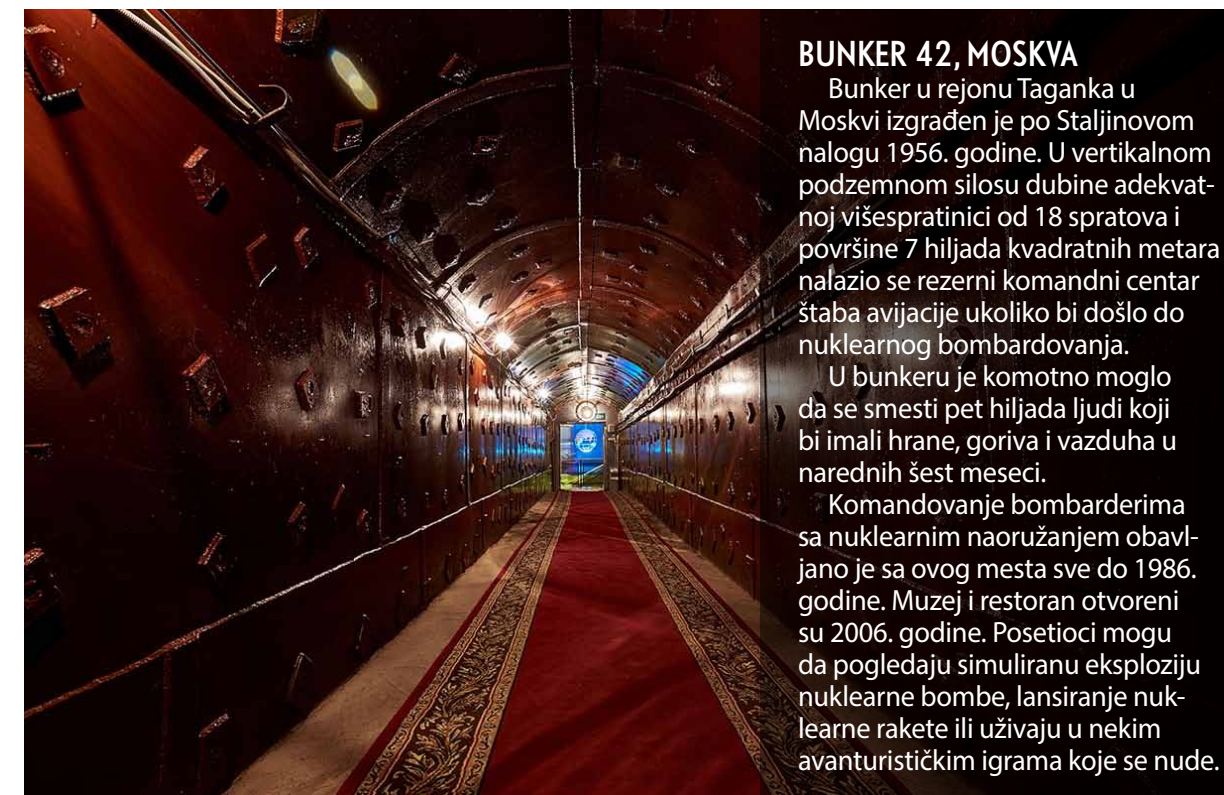


KUNGURSKA LEDENA PEĆINA, KUNGUR (1.500 KM OD MOSKVE)

Jedno od najhladnijih mesta pod zemljom u Rusiji turistima dostupno od 1914. godine, više liči na carstvo Snežne kraljice. Nekada se nedaleko od pećine nalazio stari trgovački grad Kungur osnovan 1663. godine. Putnici koji su prolazili kroz Kungur nastojali su da posete pećinu, a

glas o njoj nije se uzalud širio celom Rusijom. Podzemni prostor pokriven hiljadugodišnjim ledom čini 58 pećina, 70 malih jezera i Veliko podzemno jezero koje se ne ledi, površine 1.460 kvadrata i dubine pet metara.

U obilasku pećina uživaćete u snežnim kristalima i stalagmitima, a možete i pogledati neki od kostimiranih programa ili laserski šou o legendama pećine.



BUNKER 42, MOSKVA

Bunker u rejonu Taganka u Moskvi izgrađen je po Staljinovom nalogu 1956. godine. U vertikalnom podzemnom silosu dubine adekvatnoj višespratnici od 18 spratova i površine 7 hiljada kvadratnih metara nalazio se rezervni komandni centar štaba avijacije ukoliko bi došlo do nuklearnog bombardovanja.

U bunkeru je komotno moglo da se smesti pet hiljada ljudi koji bi imali hrane, goriva i vazduha u narednih šest meseci.

Komandovanje bombarderima sa nuklearnim naoružanjem obavljano je sa ovog mesta sve do 1986. godine. Muzej i restoran otvoreni su 2006. godine. Posetioци mogu da pogledaju simuliranu eksploziju nuklearne bombe, lansiranje nuklearne rakete ili uživaju u nekim avanturističkim igrama koje se nude.



SHANSKI KAMENOLOM,
DOMODEDOVO
(12 KM OD MOSKVE)

Pećinski sistem u ukupnoj dužini od 19 kilometara udaljen svega 12 kilometara od Moskve. Po svemu sudeći nastao u 17. veku na području gde se vadio kreč za gradnju Moskve. Eksploatacija je potpuno prekinuta 1917. godine, a sedamdesetih godina prošlog veka vlasti su zatrpale ulaze u pećine.

Digeri su raskopali ulaze u podzemlje osamdesetih godina prošlog veka. 2007. obavljani su restauratorski radovi kako bi se izbeglo urušavanje. Sada se organizuju posete pećinama u kojima se pokazuje podzemni hram, pećine za stanovanje i pećinsko slikarstvo.



OBJEKT 825 GTS,
BALAKLAVA
(1,4 HILJADE KILOMETARA OD MOSKVE)

Sklonište podmornica u zalivu Balaklava dobilo je naziv Objekt 825 GTS. Gradnja je počela 1953. godine nakon što je na japanske gradove Hirošima i Nagasaki bačena atomska bomba. Gradnja je okončana 1961. godine, objekt je držan u tajnosti sve do 1994. godine, a o njemu nisu ništa znali čak ni meštani.



Ovde je bilo moguće zaštititi od nuklearnog napada devet malih i sedam srednjih podmornica zajedno sa posadom, kao i oko hiljadu zaposlenih.

Sklonište je inače radilo kao baza za remont podmornica. Plovila su u sklonište dolazila noću, bila snabdevana gorivom, kiseonikom i municijom, a ujutro odlazila na dežurstvo.

Posle zatvaranja sklonište je opljačkano. Početkom dve hiljaditih u tajnom objektu otvoren je muzej u kome su turisti mogli da prođu lavirintima građevine i pogledaju izložbe posvećene istoriji kompleksa.



Kroz prozor voza na Transsibirskoj pruzi

*U vreme kada su putovanja obustavljena pozivamo vas na nesvakidašnje virtuelno putovanje kroz Rusiju. Novinarka **Marina Dmuhovska** i fotograf **Georg Valner** pokrenuli su projekat pod nazivom „Mesto47“...*

Šta čoveku prvo padne na um kada pomisli na putovanje kroz Rusiju Transsibirskom železnicom? Najčešće je prva asocijacija sedmodnevno truckanje u vozu bez odmora i beskrajna tajga svuda unaokolo. Pa ipak, novinarka Marina Dmuhovska i fotograf Georg Valner tvrde da putniku nikada nije dosadno na tom dugotrajnom putovanju.

Po povratku sa putovanja iz Moskve u Vladivostok oni su pokrenuli čitav projekat pod nazivom „Mesto47“ gde su predstavljene fotografije i priče koje su čuli u vozu.



Videćete mala sela sa prijatnim ambijentom, hramove, sovjetske železničke stanice, fantastične reke i još mnogo toga lepog.

„Ovo je najoriginalniji 'TV program' koji ste ikada videli“, kaže Marina.

Po njenom mišljenju, zalasci sunca su možda i najprivlačniji prizori na celom putovanju.

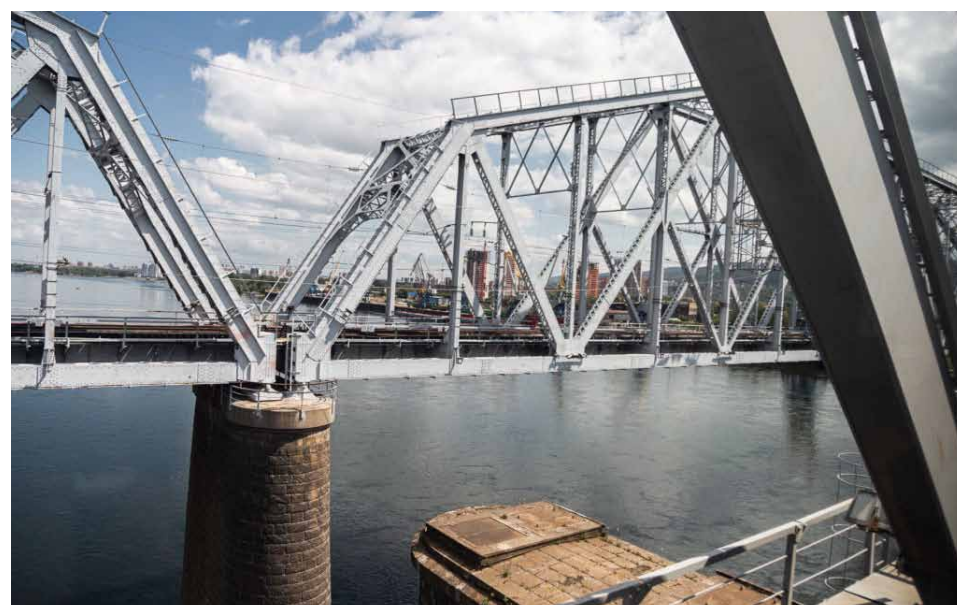


„U početku stalno nešto fotografišete, a zatim se navikavate na tu lepotu i jednostavno uživate u razgovoru i pejzažima“, dodaje Marina.

Putovanje Transsibom je čak podsetilo Marinu na meditaciju. Dovoljno je posmatrati tu beskrajnu prugu da čovek oseti neki unutrašnji spokoj. Da i ne govorimo o ritmičnom kloparanju točkova.

Stalno očekujete da se iz neke šume pojavi medved, ali svakako su najzanimljivije priče koje čujete od saputnika dok pijete sa njima čaj.

Na ovom linku možete videti i druge fotografije napravljene kroz prozor voza, a u potkasti možete čuti priče saputnika sa kojima su Marina i Georg razgovarali u vozu Transsibirske železnice. ■





PATREON

