

**TEHNIKE**

Instruktor alpinizma  
Obrad Kuzeljević

**ŠTANDOVI**  
u tradicionalnom  
alpinizmu

**TRKA**

**Lavaredo ultra trail**

**SKYRUNNING**

**Šara**  
**Prokletije**

**VISOKOGORSTVO**

**Od mora do vrha**  
**MONT BLANCA**



**MARKET**  
Izbor

**UŽARIJE**  
u 2018. godini



# 100% MERINO WOOL ACTIVE WEAR



Woolstar performance garments are made with the finest Australian merino and sewn with Merrow ActiveSeam® technology. They're more durable, more comfortable and made better so that you can look and feel your best during your favorite activities - from the everyday to the extreme.



NOTHING IS MORE NATURAL THAN MERINO WOOL

STAY  
WARM DRY COOL

Facebook: merino world  
Instagram: merino.world  
www.merinoworld.shop



# MOJA PLANETA

BESPLATNI OUTDOOR MAGAZIN / 8. oktobar 2018.

## → ULTRA TRAIL



### 82 Lavaredo ultra trail

Lavaredo ultra trail trči se 120 kilometara sa 5.800 metara visinske razlike. Start i cilj utrke su u Cortini D'Ampezzo u Italiji, na obroncima prekrasnih Dolomita...

## 90 Šara i Prokletije

Šarplaninski Sky Extreme je održan 11. avgusta na Kosmetu, a 22. septembra u Babinom polju, najljepšoj planini Balkana održana je finalna međunarodna trka...



## → SKYRUNNING

## 74 MARKET Izbor UŽARIJE u 2018. godini



### VISOKOGORSTVO

#### 22 Od mora do vrha Mont Blanca

Projekt koncepta „Od mora do vrha“, kao što mu sam naziv govori, podrazumeva uspon na vrh planine od same morske obale. Naš prijatelj Matej Perković bio je u još jednoj neverovatnoj avanturi...

#### 30 Großglockner Među oblacima

Dvadeset i tri člana planinarske družine iz Vršca, Kikinde, Novog Sada, Beograda,

Loznice, Smedereva i Velike Plane osvajala je vrhove u Austriji i Sloveniji...

**38 Golem Korab**  
Šarena ekipa iz Srbije i Bosne i Hercegovine učestvovala je na tradicionalnom pohodu na Golem Korab u Makedoniji...

**TEHNIKE**  
**44 Štandovi u tradicionalnom alpinizmu**  
Piše instruktor alpinizma Obrad Kuzeljević

**DRAJ TULING**  
**52 Radionica u Kikindi**  
Za vikend 22. i 23. septembra SPK „Pen-trax“ je u saradnji sa Komisijom za draj tuling i takmičarsko

penjanje u ledu bio organizator i domaćin draj tuling radionice...

**KES „ARMADILLO“**  
**56 Sportski izazov**



KES „Armadillo“ već više od decenije okuplja sportiste, entuzijaste, zaljubljenike u prirodu i sportove čije su dimenzije izazov i veština...

**LAVINOZNO!**  
**60 Vodička služba**  
Šta nam donosi novi paket formalizacije **IZ ISTORIJE**

### BICIKLIZMA

**66 Od dekinje pedale do robusnog brđana**

**SAVETI I TRIKOVI**

**68 Nešto se pokvarilo**

Šta može da krene nizbrdo, kada trčite, vozite ili hodate uzbrdo

### SPELEOLOGIJA

**100 „Deep Clean - Gouffre Berger 2018“**

Međunarodni projekat „Deep Clean - Gouffre Berger 2018“ imao je za cilj čišćenje najdubljih zona jame od ostataka višedecenijskog rada i istraživanja. U organizaciji Komisije za speleologiju

Planinarskog saveza Srbije, učestvovala je i ekspedicija iz Srbije...

### EKOLOGIJA

**108 Kuda teku naše reke?**



Kako je „zelena struja“ loša za reke, zašto se od nas traži „preko ‘leba pogače“ i šta hoće ta Evropska unija od nas...

### WWF

**114 Klimatske promene PUTOVANJA**

**116 Čarska pešćara**



100% MERINO  
WOOL ACTIVE WEAR



PURE NEW WOOL

„Planina, kao sastavni deo mog života, predstavlja veliki izazov. Za taj izazov i probijanje sopstvenih granica neophodna je kvalitetna garderoba.

**MERINO** vuna je nešto bez čega je ne odlazim na ekspedicije, penjanje, pešačenje. Njeni benefiti su zavidujući. Ona diše i reguliše temperaturu našeg tela i u ekstremnim uslovima, ne stvara neprijatne mirise, odvlači vlagu i pruža udobnost, a ne osećaj sintetike i vlage. Uz **MERINO** ja penjem sigurnije. „

**Kristina Dimitrijević**



Merino world  
WOOL PERFORMANCE



Facebook: merino world  
Instagram: merino.world  
[www.merinoworld.shop](http://www.merinoworld.shop)



100% MERINO  
WOOL ACTIVE WEAR



# OD SVAKODNEVNOG DO EKSTREMNOG



  
Merino world  
WOOL PERFORMANCE

Facebook: merino world  
Instagram: merino.world  
[www.merinoworld.shop](http://www.merinoworld.shop)





[www.popustinaputovanja.rs](http://www.popustinaputovanja.rs)

NAJPOVOLJNIJI ARANŽMANI  
NA JEDNOM MESTU



Postanite

**PATREON**

podržite naš rad



**DONIRAJ**  
PayPal



MOJA PLANETA 74 • oktobar - novembar 2018.  
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

SMARTART



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](http://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](http://www.novinarnica.net)

SLEDEĆI BROJ MAGAZINA „MOJA PLANETA“ IZLAZI 1. DECEMBRA 2018.

POTRAŽITENA:  
[WWW.MOJAPLANETA.NET](http://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](http://www.mojaplaneta.net)  
na linku ARHIVA



E, e, e... Baš tu!



## Bjelasica i Komovi, Nacionalni park „Biogradska Gora”

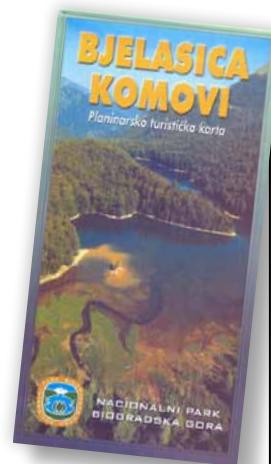
**Razmer:** 1:60.000

**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:** 450 din. + PTT



## RADAN i okolne planine, planinarsko turistička karta

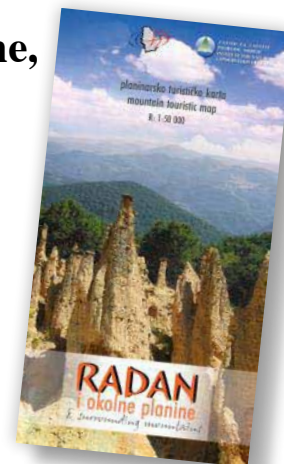
**Razmer:** 1:50.000

**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:** 450 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:** 450 din. + PTT



## Valjevske planine, planinarsko turistička karta

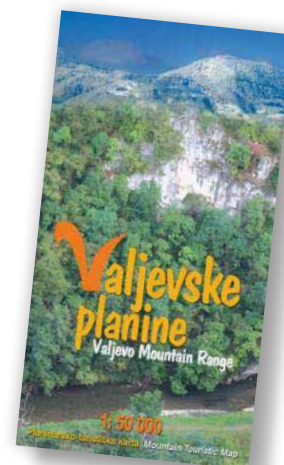
**Razmer:** 1:50.000

**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:** 450 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, fauni i vegetaciji ovog područja i turističkim objektima i izletištima. U prilogu je data karta područja parka prirode i turističke regije u sitnijoj razmeri.

**Cena:** 450 din. + PTT



## Rajac, planinarsko turistička karta

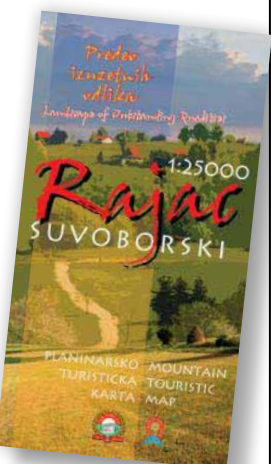
**Razmer:** 1:25.000

**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:** 450 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:** 450 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:** 450 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:** 450 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:** 450 din. + PTT



# EKolist

ISKREN PRIJATELJ PRIRODI I ČOVEKU

ISKREN PRIJATELJ PRIRODI I ČOVEKU

Tel/fax: 021/780 - 537  
Mobil: 065/888-08-57  
E-mail: [ekolist@yahoo.com](mailto:ekolist@yahoo.com)  
[www.ekolist.org](http://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, maratonci, 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.





DESTINACIJE

# JUŽNA KOREJA



## UKRATKO O...

*Južna Koreja smeštena je na dnu korejskoj poluostrva koje je od 1948. godine podeljeno na dva dela. Dok je Severna Koreja i dalje opterećena političkim nasleđem, Južna Koreja je visokotehnološka zemlja koja je uspela da sačuva veze sa tradicijom i prirodom.*





## Hajking u JUŽNOJ KOREJI

Tradicionalno, Korejske planine su cenjene kao objekti od svetog i religijskog značaja. Nije teško shvatiti zašto kada imate priliku da vidite jedinstvenu topografiju planina i brda koji su glavne komponente prirode u Koreji i nacionalnog identiteta. U modernim vremenima, outdoor aktivnosti kao što su pešačenje, planinarenje i penjanje postali su široko popularni. Zbog teške prohodnosti nekih terena i planina, priroda je bila spašena od prevelikog industrijskog razvoja, a danas je dostupna za svakoga da uživa u njoj. Pešačke staze su uvek posećene, i leti i zimi. U Nacionalnim parkovima se nalaze rastorani i mesta za odmor kao dobre baze za svaku isplaniranu avanturu.

## Planine u okolini Seula

Retke su metropole u svetu koji svojim stanovnicima pružaju luksuz unutar njih gradskih zelenih površina, a kamoli čitave netaknute planine. Moderna metropola kakva je Seul, uspela je da sačuva izuzetne džepove divljine koji odolevaju betonu, čeliku i staklu. Njegove „planine“ su toliko brojne, da gotovo svako u Seulu ima jednostavan pristup izletima bez napuštanja gradske granice.

### Namsan



Možda najslavnija planina u Seulu, Namsan je dom N-Seoul Tower, poznat po prekrasnim

panoramskim pogledima na grad. Doslovno značenje Južne planine, Namsan se nekad nalazio na južnoj granici Seula, a sada se uzdiže kao središnja tačka grada. Namsan ima obilje pešačkih staza koje vode do vrha, a neke su asfaltirane sa sve stepeništem i zahtevaju nikakvu opremu.

### Bukhansan



Jedna od najslavnijih i najposećenijih planinskih utvrda u Seulu. Ponekad ga nazivaju i Samgaksan ili „Troroga planina“, zbog vrhova Mankyeongdae (799 m), Insubong (810 m) i Baegundae (836 m). Svaki vrh nudi nekoliko različitih mogućnosti staza i, iako zahtijevaju određenu količinu fizičke snage, može se pojedinačno prolaziti za oko četiri sata.

### Dobongsan



Smešten u Bukhansan nacionalnom parku, Dobongsan doseže 739 metara i nudi više sunčeve svetlosti svetlosti, dolina i potoka od ostalih. Glavna pešačka staza je u dužini od oko 10 kilometara, a potrebno je oko 4-5 sati da se obiđe u celosti.

### Suraksan

Suraksanov vrh nalazi se na 638 metara i lako je dostupan. Njegove staze omogućuju jasan pogled na Seul, kao i na druge planine. Tih, spokojan i miran, Suraksan također ima jedinstvene atrakcije, poput Elephant Rock. Mešavina betonskih i



zemljanih puteva, drvenih stepenica i mogućnost penjanja na stene, Suraksan je savršen za jednodnevni pešački izlet.

### Gwanaksan



Blizu Seoul Grand Parka i Nacionalnog univerziteta u Seulu, Gwanaksan nudi više restorana u kojima se nakon šetnje požete opustiti uz šolju makgeollija (tradicionalno alkoholno piće). Gwanaksan takođe ima staze bez barijera, dizajnirane da se njima mogu kretati i osobe u invalidskim kolicima. Nagibi su blagi i kao stvoreni za uživanje.

### Cheonggyesan



Smešten u blizini Seulovog najpoznatijeg predgrađa Gangnama, Cheonggyesan pomaže stanovnicima da na trenutak zaborave modernu metropolu i cene jednostavnost prošlih generacija. Slikovite staze, tradicija i istorija odlikuju ovu jedinstvenu planinu.

### Buramsan



Stanica Danggogae je najsjevnija stanica na liniji podzemne železnice Seula i ostavlja planinare u podnožju Buramsana. Letnji trekkeri mogu uživati u snazi Buram Fallsa, dok oni koji preferiraju hladno vreme mogu uživati u izazovnim zimskim usponima.

### Bukaksan



Ovo je posebno zanimljiva planina jer je javni pristup bio zabranjen i tek nedavno je dostupna planinarima, budući da je u neposrednoj blizini Plave kuće (predsednička rezidencija). Zahvaljujući izolovanosti dugoj gotovo četiri desetleća, na ovoj planini priroda je sačuvana poput nekolicine retkih u Koreji. Obavezno rezervišite ulaz najmanje nedelju dana unapred.

### Achasan



S 287 m Achasan ipak nije sramežljiva planina. Odlikuje je granitna kupa i brojne pojedinačne staze i tehničke staze na kojima

možete oprobati svoje penjačke sposobnosti. Tu su i jedinstveni ostaci tvrđava, drevnih grobnica i kamenih pagoda.

### Inwangsan



Inwangsan je još jedna skromna planina, ali idealna za lepu šetnju u dobrom društvu. Granitni vrhovi inspirisali su mnoge korejske umetnike. Na 338 metara nalaze se atraktivni vidikovci, odakle se u punom krugu pogled pruža na sve znamenitosti Seula, poput N-Seoul Tower i reke Han

## Planine u Koreji

I izvan Seula, korejski krajolik obiluje neverovatnim vrhovima, od kojih su neki lako dostupni iz većih gradova.

### Chiaksan | Gangwon-do



Chiaksan znači „fazanska planina“ i njeno ime vezano je za lokalnu legendu prema kojoj je seljak, lutajući drevnom šumom ove planine, pronašao fazana kojeg je napala zmija. Seljak je spasao fazana, a kasnije mu je ovaj pomogao kad se sam našao u nevolji. Ukratko, jedna lepa i poučna priča koju možete

ispričati prijateljima dok šetate prema vrhu visokom 1.288 m.

### Taebaeksan | Gangwon-do



Jedna od tri svete planine Koreje, Taebaeksan ima odličnu poziciju za posmatranje izlaska sunca ili zalaska sunca. Vrh je visok 1.567 m, i uvek kada to vreme dozvoljava, stecište je onih koji pozdravljaju sunce.

### Jirisan | Gyeong-sangnam-do



S 1.915 m, Jirisan je druga najviša planina u Južnoj Koreji. Prostire se u tri provincije i na domak pet velikih gradova, koji obuhvata deset slavnih hramova, kao i dvadeset vrhova i više dolina. Glavni vrh, Cheonwangbong Peak poznat je i kao „Stup za nebo“. Park je takođe poznat i kao prvo mesto u Koreji gde je uzgajan čaj, pa posetioci mogu dobiti uzorke biljnih lekova i čajeve koji se još uvek uzgajaju na tom području.

### Naejangsan | Jeolla-buk-do

Ako uživate u bojama jeseni - Naejangsan je planina za vas. Zahvaljujući jedinstvenoj









kombinaciji biljnih vrsta, tokom jeseni se na padinama ove planine visoke tek 763 m, dešava prava eksplozija boja. Zapravo, tokom sva četiri godišnja doba Naejangsan je spektakularan, jer u proleće planina oživljava s azalejama i cvetovima trešanja, tokom leta zelenilo buja u raskošnim bojama, jesen boji šume tonovima vatre, a zimi cela planina ima poseban šarm zbog vodopada, atraktivnih stena, dolina, potoka i hramova.

### Hallasan | Jeju-do



Jedna od glavnih znamenitosti regiona Jeju, jeste jezero u krateru na vrhu Hallasan, a sve to nalazi se na ostrvu. U pitanju je najviši vrh Južne Koreje s 1.950 m. Ovaj uspavani vulkan imao je poslednju erupciju 1007. godine, a danas umesto lave njegovim obroncima teku reke ljudi. Dobro obeležene pešačke staze mogu se prepešačiti u jednom danu. Planina je poznata po svom „vertikalnom ekosistemu“ koji je rezultat varijacija temperature planini koja rezultira s preko 1.800 vrsta biljaka i 4.000 vrsta životinja (od toga 3.300 insekata) koji žive na planini i različitim sredinama.

### Juwangsan | Gyeongsangbuk-do



Iako je Juwangsan najmanji nacionalni park u Koreji, još uvek je vredan posete! S hramovima, mostovima, tvrđavom, pećinama, vodopadima i malim usponom nagibom, Juwangsan pruža ugodne šetnje u prekrasnom krajoliku. Područje se takođe može pohvaliti Dalgimulovim mineralnim izvorom u središnjem delu.

### Songnisan | Sangju



Songnisan je još jedan atraktivan nacionalni park, s reprezentativnim granitnim vrhom od 1.058 m. Ovde se nalaze neka od najistaknutijih budističkih mesta u Koreji - hram Beopusa i Maaeyeoraeuisang (sedeći Buddha) urezan na steni. Iako je vreme počelo da briše njegov lik, ovo je još uvek impresivan relik. Nalazi se nedaleko od hrama Cheongdongmireukbul i jedan je od najvećih kipova Buddhe na svetu.

### Seoraksan | Gangwon-do

Još jedna planina poznata po jesenjim bojama, Seoraksan je s 1.708 m najviša planina u planinskom području Taebaek i treća najviša planina u Koreji. Krase



ga neverovatni slapovi, hramovi, mostovi i divovski kip Buddhe.

### Maisan | Jeollabuk-do



Pored pravog bogatstva u flori i fauni, Maisan je poznat po legendama i misteriji. Glavno turističko mesto, smešteno na južnoj strani planine, jeste hram Tapsa, okružen s 80 kamenih pagoda visokih od pet do sedam metara. Pagode su izvor velike misterije jer, navodno, ove drevne građevine odolevaju svim vremenskim prilikama i neprilikama. Isto tako, lokalci kažu da kada zimi sipate vodu u posudicu i ostavite je kod pagoda, ona će se smrznuti na karakterističan način - formirajući stubić usmeren prema nebu.



# BIKE PARK KLANAC DOWNHILL TAKMIČENJE 13.-14.10.2018.

- **subota 13.10.2018. - 11:00 -18:00 h - inspekcija staze ( pješacki pregled staze) službeni trening na stazi**
- **nedjelja 14.10.2018. - 11:00 -12:30 h - službeni trening na stazi, kvalifikacije**  
**13:30 h - START TRKE**  
**15:00 h - proglašenje pobjednika**

**Kategorije: muškarci / žene**

**NAGRADE: Najuspješnije takmičare očekuju i medalje za prva tri osvojena mjesta.**

- 1. 200KM + robna nagrada**
- 2. 100KM + robna nagrada**
- 3. 50KM + robna nagrada**

**PRIJAVE: za ucesnike se primaju do 7.10.2018. godine, lično ili mailom na [pdkozara@gmail.com](mailto:pdkozara@gmail.com) , kao i na fb stranicama Klanac bike park ili PD Kozara.**

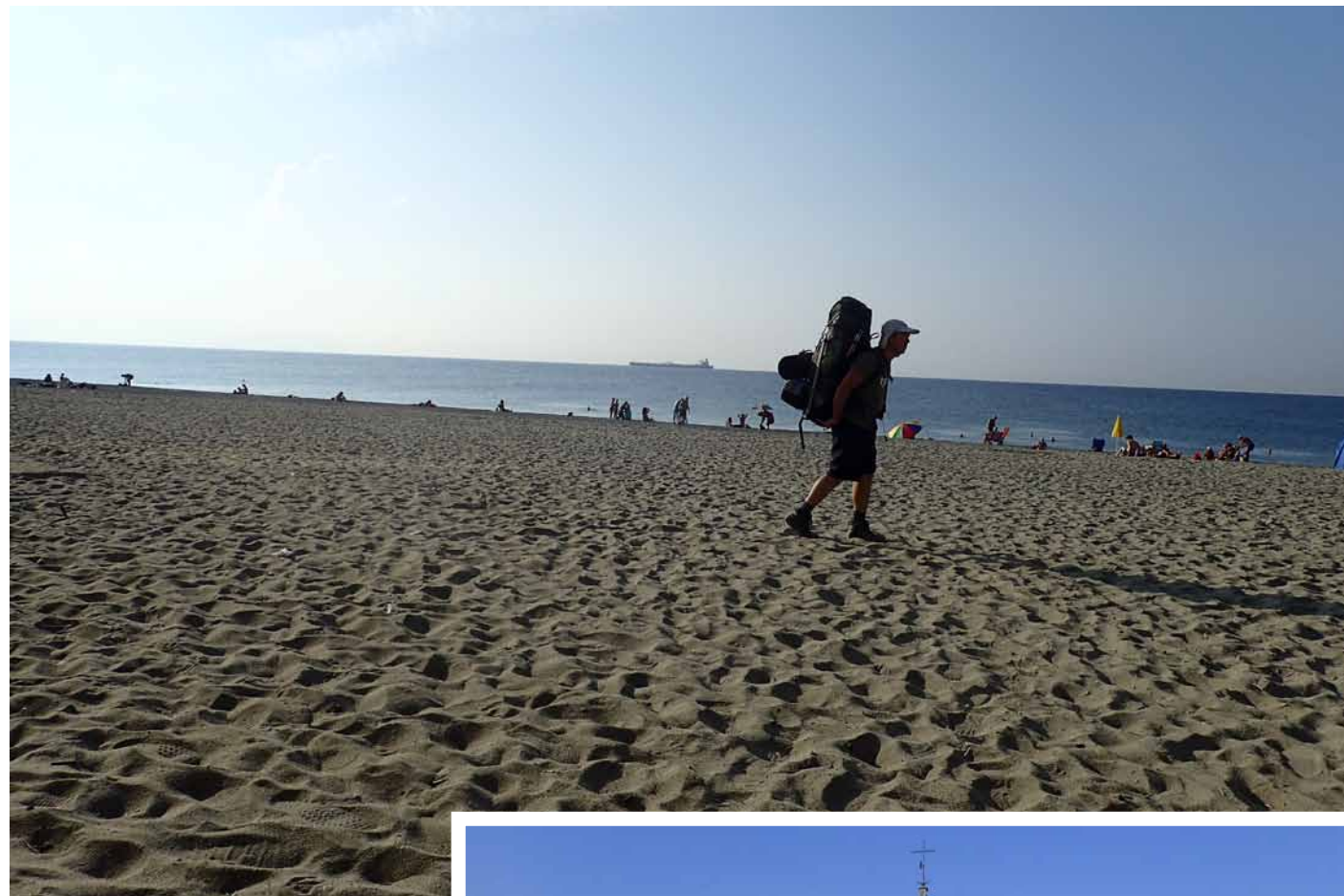
**Napomena: Organizator zadržava pravo izmjene i dopune propozicija koje se objavljuju do termina starta.**



## Od mora do vrha MONT BLANCA

Projekt koncepta „Od mora do vrha“, kao što mu sam naziv govori, podrazumijeva uspon na vrh planine od same morske obale. Naš prijatelj **Matej Perkov** bio je u još jednoj neverovatnoj avanturi...





**P**opeti se na visoku planinu san je svakog strastvenog planinara koji je zaljubljen u prirodu, šumu, stijene i gudure. Uspón na vrh nije samo uživanje u prirodi, već i izazov kojem je teško odoljeti, avantura u kojoj čovjek iskušava sebe i prelazi poznate granice – ali kući se vraća bogatiji.

#### IDEJA

Projekt koncepta „Od mora do vrha“, kao što mu sam naziv govori, podrazumijeva uspon na vrh planine od same morske obale. Ono što se mnogima čini kao naporno, besmisleno i monotono hodanje zapravo je jedinstvena tura protkana interesantnim detaljima, anegdotama i upoznavanjem kraja i ljudi kojima se prolazi. Mislim da nikada ne bih doživio Maroko i Iran kao zemlje onako kako sam to učinio hodajući od morskog žala do planinskih vrlet, da sam te krajeve prošao kao obični turist. Kao završni dio trilogije na red je došao Mont Blanc (4.810 m), najviši vrh Alpa i Stare Europe (u novije doba, primat najvišeg europskog vrha nosi Elbrus u Rusiji sa svojih 5.642 m).



#### POLAZAK

Osim što je Mont Blanc praktički u našem susjedstvu i od mora je udaljen 330 km, osjećao sam veliko olakšanje što se na ovom putovanju ne moram gnjaviti avionskim kartama i vizama – tek s desetak presjedanja po busevima i vlakovima, od Zagreba do talijanske Savone koja se nalazi 40-ak km od Genove. Uostalom,

poznajem mentalitet Talijana i što je još važnije, govorim njihov jezik. Pokrajine kojima ću prolaziti vrlo su interesantne, iako uglavnom turistički nepopularne – Ligurija, Piemonte i Aosta. Nakon gotovo 24 sata truckanja u vlaku, veliki ruksak i ja ispali smo na ulice Savone, dobavljajući do ogromne pješčane plaže i zaspali pod zvijezdama.



#### DRUGAČIJA ITALIJA

Pješačenje od morske obale do Courmayeura podno Mont Blanca trajalo je 16 dana. No, prevario bi se onaj tko misli da je put do podnožja Alpa hod po ravnom! Brojne niske ligurijske planine i zavojite planinske ceste bile su izazov za nošenje 25 kg teškog ruksaka, a obronci brda skrivali su svoja blaga: plantaže voća

i povrća, najboljih lješnjaka na svijetu od kojih se proizvodi Nutella, Napoleonovih utvrda, te napose gradića koji svojim izgledom neodoljivo podsjećaju na istarske Grožnjan, Opatlj, Hum ili Motovun. Nažalost, mnoga mjesta su polunapuštena, bez mladih i djece. S ljudima nisam imao nikakvih problema, dapače: radoznalo su me ispitivali kamo idem,

na vrata bilo koje kuće mogao sam pokucati i tražiti vode ili bilo kakvu drugu pomoć, nekoliko puta su se automobili zaustavljali uz cestu i nudili mi prijevoz. Najsrdanije sam dočekan u mjestu Mercenasco, gdje su me pozvali na večeru za cijelo selo povodom proslave blagdana Sv. Roka i stavili na čelo stola, gdje sam se kao Podravac uplašio







kako ću sve to platiti. Večerom je ipak častio gradonačelnik koji mi je poželio sretan put i zamolio me da mu pošaljem razglednicu iz Hrvatske. Policiju nisam ni sreo, a kamoli da bi me zaustavljali. U Italiji su još uvijek aktualni pješaci koji hodočaste u svetišta udaljena stotine kilometara, pa se „pegrine“ blagonaklono gleda. Tih noći spavao sam u šatoru uz cestu, po sjenicima, ponekad i pod vedrim nebom.

## CHAMONIX

Po dolasku u Courmayeur podno Mont Blanca morao sam se ukrcati u bus, jer nije dozvoljeno hodati po 11 km dugom tunelu koji vodi u Francusku na drugoj strani planine. Hodanja mi je ionako dosta, a cipele totalno izlizanih potplati završile su u smeću. Gradić Chamonix podno Mont Blanca nije samo najplaninarskije mjesto na svijetu, već i jedno od najmondenijih – osim planinara

ovdje se nalazi gomila običnih turista među kojima ovog ljeta prevladavaju Saudijski. Cijene? Za rasplakati se, iako moram istaći da kamp nije skup (11 eura), a hraniti se bezbolno možete u lokalnom supermarketu. Cijeli grad živio je najveću svjetsku trail utrku „Ultra du Mont Blanc“, no ja sam imao svoju „trku“ i tijekom tri dana odmora pripremao sam se za uspon. Valjalo je obnoviti zalihe hrane i baterija, informirati se o vremenskoj

prognozi i razraditi strategiju uspona, ali prije svega odmoriti izmučeno tijelo. Žive rane na ramenima i stopalima kao da su govorile „Ovo ti je zadnji put da ideš od mora!“, a ja sam šutke kimao glavom. Ovi napori postali su mi veliko opterećenje, ali hajde da izguram ovu ideju do kraja!

## USPON

Gotovo svi se na Mont Blanc uspinju žičarom i planinskim vlakom, no ja sam tvrdoglavo otpješačio tih nekoliko kilometara do mjestaša les Houches, gdje počinje planinarska staza. S obzirom da se u mom kampu naplaćuje depozit za čuvanje šatora, spremio sam ga s viškom stvari u vreću za smeće i sakrio u grmlju u šumi na ulazu u grad, nadajući se da mi nitko to neće ukrasti dok me nema. Uspón je bio naporan ali fantastičan jer staza prolazi neopisivo lijepom prirodom. Livade ispunjene kravama i ovcama na ispaši, vrleti po kojima skaču divokoze, planinske rijeke i slapovi, te tutnjava kamenja koje remeti tišinu ledenjačke morene – sve ono što sam slatko iščekivao godinu dana. Ili i dulje, od 2014. godine, kada sam zadnji put ovdje bio. Sada se vraćam staroj ljubavi, grozničavo u večernjim satima tražeći prenočište na stjenovitoj pustoši gdje sve izgleda isto. Ali kućica na 2.700 m je ovdje i čeka me, zajedno s petero mladih Poljaka koji se zabavljaju uz bocu rakije. Brzo smo se skompali, a san je još brže došao na oči. I jutro je suncem obasjalo planinu, danas se kratko penjem do planinarskog doma na 3.200 m i odmaram, pripremajući se za završni uspon. Sve je prepuno ljudi iz cijelog svijeta, a teren nedaleko planinarskog doma ispunjen je raznobojnim šatorima. Na uspon sam krenuo u dva ujutro u društvu bugarskih penjača, te smo pod okriljem mraka svladali strme stijene do početka ledenjaka i planinarskog doma „Gouter“. Kratak odmor uz čak iz termosice i čokoladicu, a zatim nastavak uspona po ledenjaku koji je bio obasjan rožim izlazećim suncem. Fascinantna prizor topline u ništavilu uvijek me oduševi, no na ovim visinama već kreće borba za dah i osluškivanje tijela u potrazi za naznakama visinske



bolesti. Brojanje koraka, pjevušenje u sebi i mantranje neki su od trikova kako izbjeći dosadu na ledenjaku, a strmina se čini beskonačna i kad dođeš na vrh, vidiš da ima još. Pa još, pa opet još – i tako satima. „Jednom mora doći kraj!“ mislim si, a morali smo proći i nimalo bezazlene uske „žilete“ na kojima nemamo pravo na krivi korak. Na poslijetku, pobjedonosno smo zabili cepine u snijeg na vrhu i s olakšanjem odahnuli. Planina nas je počastila divnim vremenom i neopisivom panoramom. Zaista, vidio sam i more u koje sam umočio noge prije negoli sam krenuo. Da li se vidi Koprivnica – ne znam, ali nju uvijek nosim u srcu na sve vrhove na koje se penjem. No, silazak je druga polovica posla i bio je veoma zamoran. Izmučen od silnih napora, zapeo sam na domu „Gouter“ na kojem sam morao prenočiti. Glavobolja me onemogućila u silasku, morao sam stati i nastaviti sutradan. Posljednjeg dana na planini junački sam odradio 2.800 visinskih metara silaska, sve do doline. Pred kraj me tri puta oprala kiša, a to sam prihvatio kao kaznu za zločeste stvari koje nekad u životu radim. U kamp sam stigao krepan i moker, stenjući od bolova. Stvari su me čekale u grmlju, a razapeti šator činio se kao hotel s pet zvjezdica.

Ultra du Mont Blanc  
Prvi su mi čestitali Varaždinci koji su došli na utrku UTMB, te im ovim putem svima čestitam što su finiširali. Cijeli grad bio je u znaku

utrke, atmosfera se „nabijavala“ dana, a tog jutra u cilj su blatni do glave ulazili gladijatori koji su trčali kraće verzije od „samo“ 121 i 101 km. Najpopularnija trka duga je 170 km, dok maksimalna verzija iznosi 300 km i trče je rijetki. Ove godine bilo je preko 1.000 trkača iz sto zemalja svijeta, a sportski duh promovira kao pobjednike sve koji utrku završe (iako naravno medalje dobiju prva tri). Dakle, ulice su prepune ljudi koji frenetično plješću i navijaju, lupaju po reklamama, a djeca stvaraju ogromnu buku mašući kravljim zvonima. Trkači koji ponosno nose zastave svoje zemlje nerijetko očiju ispunjenih suzama ulaze u cilj, te pamte to za cijeli život.

## ZAKLJUČAK

Mont Blanc je prvi put, krenuvši od razine mora s Azurne obale, ispenjao Britanac John Henzell. Moj na Mont Blanc od mora drugi je u povijesti planinarstva, te prvi koji je krenuo iz Italije. Ovo je velika stvar za mene, a i kao lokalpatriotu mi je drago da će američki kroničar Peter Marsh koji bilježi ovakve pothvate, zapisati da je uspon napravio jedan Koprivničanac. Koliko god da mi je drago što je ovaj projekt uspio i bogatiji sam za neizbrisive uspomene, mislim da mi je ovo ipak zadnji uspon koji je počeo s neke plaže. No, nikad ne reci nikad. Intrigira me ideja o usponu na vrh Mađarske od obale Balatona, a čarde na toj ruti obećavaju ludi provod... ■





# GROSSGLOCKNER

## Među oblacima

Dvadeset i tri člana planinarske družine iz Kruševca, Kikinde, Kraljeva, Novog Sada, Beograda, Vršca, Loznice, Smedereva i Velike Plane osvajala je vrhove u Austriji i Sloveniji...

Ovo je treća godina mog aktivnog bavljenja planinarenjem. Još prve sam se domogao Musale, visoke 2.925 metara, a evo do sad još nisam uspeo da se popnem preko tri hiljade metara. U želji da ostvarim taj cilj, odlučih da pokušam uspon na Grossglockner.

Grossglockner je sa svojih 3.798 metara nadmorske visine najviši vrh Austrije i okolnog planinskog masiva Glockner, koji se nalazi u centralnom delu Visokog Tauerna, masiva u Istočnim Alpima na jugu Austrije i prostire se po saveznoj zemlji Salzburg, Koruška i Tirol. Planina ima oblik piramide i dva vrha - veći Grossglockner i manji Kleinglockner (3.770 m), koji su odvojeni sedlom po imenu Glocknerscharte. Ostali vrhovi masiva su Glocknerhorn (3.680 m), Teufelshorn (3.677 m) i Glocknerwand (3.721 m). Na severoistočnim obroncima planine leži glečer Pasterze, koji je svojom dužinom od devet kilometara najveći glečer Istočnih Alpa i velika atrakcija za turiste, iako se u poslednje vreme ubrzano topi.





Grossglockner važi za jednog od tehnički zahtevnijih evropskih vrhova. Magnet je za alpiniste širom sveta, a za mene i ekipu ljudi sa kojom sam se družio tokom uspona - veliki izazov.

Već poznati leptirići u stomaku danima najavljuju da se bliži odlazak na Alpe i tek po ulasku u autobus, smanjih tremu, pa osim na granicama Hrvatske i Slovenije, prespavah ceo put do Vršiča i planinarskog doma Erjavčeva Kosa. U međuvremenu, osim Kruševljana i Kraljevcana, autobus su popunili ljudi širom Srbije (Vršca, Kikinde, Novog Sada, Beograda, Loznice, Smedereva, Velike Plane) i kompletirali tim od 23 člana za uspon. Na Vršič smo stigli ujutru i smestili se u domu na visini od 1.611 m. Ceo dan smo proveli u pripremama za sutrašnji uspon na Gross i u dva sata posle ponoći krenuli za Austriju.

Velikoj većini nas ovo je prvi susret sa „Velikim zvonarom“. To ime je dobio zbog njegovog karakterističnog oblika koji podseća na zvono. Opet, neki drugi kažu da je to germanizovana verzija slovenske reči Klek, a naziv Veliki Klek je i dalje u upotrebi u Sloveniji. Ako se uzme u obzir da su ova područja današnje Austrije u periodu od 6. do 8. veka nove ere naseljavali Sloveni, ta verzija zvuči moguće.

Ova veličanstvena stena ima i reputaciju kišne planine, tako da je odlazak na njenu najvišu tačku uvek pod znakom pitanja. Plan je bio da tog 12. avgusta krenemo u rano jutro od Luckner house (visine 1.918 m) i kao primarni cilj se popnemo do doma Ercherzog Johann hutte na visinu od 3.454 m, a onda u zavisnosti od vremena i naših fizičkih mogućnosti odlučimo da li ćemo završiti uspon obaviti istog dana ili sutra ujutru. Vremenska prognoza je ukazivala na povoljno vreme celog 12. i do podne 13. avgusta, ali ovde se vreme tako brzo menja, tako da nismo imali nikakvih garancija u tom pogledu. Po izlasku iz autobusa u svitaj zore prelazimo most preko rečice, koja se sliva sa glečera Pasterze. Konačno smo na stazi. Pogled ka stenovitom masivu zaklanja zavesa gustih oblaka, koji se, nadamo se, kreću dovoljno brzo da naprave čistiji prostor našoj grupi na putu ka cilju. Vijugavom, strmom stazom, praćeni ponekim slapom iste rečice i blagim vetrom, koji je odnosio stare i donosio nove oblake, povremeno nam omogućivši pogled ka podnožju i vrhu našeg cilja, posle nepunog sata stižemo do prvog doma Lucknerhutte na visini od 2.241 metar. Sa kraćim pauzama u sličnom ambijentu posle manje od dva sata stižemo i

do sledećeg doma Studlhute na visini od 2.801 m, koji se nalazi u samom dnu jednog od grebena „Velikog Kleka“. Tu smo napravili dužu pauzu od skoro sat vremena.

Što zbog neizvesnosti oko temperature na vrhu, što zbog cena u gornjem domu i nošenja vode, hrane i alpinističke opreme, rančevi su bili uglavnom teški, zbog čega je uspon bio dodatno naporan, a ako tome dodamo da smo imali kolege od 58 i 65 godina, možemo biti sigurni da je entuzijazam bio naše najveće oružje. Staza je dalje vodila podnožjem velike stene, sa nešto blažim usponom, pa prvim susretom većine nas sa magičnih 3.000 metara visine i to baš na obodu čuvenog glečera Pasterze. Veći deo nas se prvi put susreo sa derezama, ferata setom i drugom alpinističkom opremom, a razilaženjem oblaka prvi put se i stena ukazala u punoj veličini. Već na kraju glečera smo upotreбили tu opremu i krenuli sa penjanjem uz stenu. Ostatak staze do gornjeg doma Ercherzog Johann hutte je uglavnom vodio uz stenu uz upotrebu i nogu i ruku. Nešto posle tri sata popodne svi su stigli u dom, gde je odlučeno da na završni uspon idemo sutra ujutru. Dovoljno vremena za odmor, mada mnogi nisu spavali.

Jutro vedro, sunce na horizontu otvara pogled po celom Tirolu, Koruškoj, Julijskim Alpima, Dolomitima i Južnoj Bavarskoj, a blagi povetarac najavljuje novu igru oblaka i neizvesnost u vreme uspona na sam vrh. Ovoga puta je teret na leđima znatno smanjen. Većina stvari je ostala u domu, a na samom početku je trebalo je ponovo preći pojas sa snegom. Formirali smo naveze od četiri člana i krenuli lagano. Po dolasku do stene smo odložili dereze i štapove i nastavili četvoronoške. Inače, u podnožju stene je bilo više štapova i dereza nego u prodavnici planinarske opreme. Ono što je za nas bilo više nego iznenađujuće jeste činjenica, da je na tako uskom prostoru, gde je svaki pogrešan korak značio odlazak u nepovrat, bila gužva kao na skijanju. Sve je vrvelo od Austrijanaca, Čeha, Slovaka, Poljaka, Bugara, Rumuna, Italijana, Španaca i ko zna koga još. Pomešane emocije, naboje, adrenalin i neverica da ćemo ipak uspeti u ovom pohodu, bile su jako naglašene u zadnjem usponu, ali nisu sprečile da hladne glave napredujemo uz ivicu, uspešno se mimoilazeći sa planinarima, koji su silazili sa vrha. U tom ritmu smo stigli do Malog tj. Kleinglocknera, gde je zbog ogromne gužve za takvo mesto, došlo do zagušenja i zastoja više od 20









minuta. Nervozni Nemci su prilično drsko preticali nas, koji smo prvi put u takvoj poziciji, u najmanju ruku unoseći zabunu i pravo je čudo da niko nije povređen. Prevaziđosmo nekako i taj problem pa preko prevoja Glocknerscharte dođosmo i do Velikog Zvonara sa svih 3.798 m. Ceo tim, svih dvadeset troje i Mića sa 65 i Slaviša sa 58 godina, a onda, euforija, slikanje, zadovoljstvo. Potom i novi šok. Dok sam se šepurio po vrhu planine ispunjen velikom količinom ponosa, ugledao sam gospodina Petera sa ćerkom od devet godina. U takvom raspoloženju zaboravili smo da su oblaci ponovo prekrili nebo, pa je valjalo biti priseban u silasku i bezbedno se vratiti do doma.

Na dnu stene su sve dereze i štapovi bili na svom mestu, a onda je jedan naš kolega u nameri da stavi dereze prvo zakoračio na sneg što je očigledno bila greška. Okliznuo se, počeo da pada i u tom padu se uhvatio za jednog Čeha, koji je bio u navezi sa svojim kolegom. Povukao ih za sobom i sva trojica su klizali niz padinu. Srećom, posle nekoliko desetina metara su se zaustavili, a zahvaljujući veštini austrijskih planinara, prilično brzo su izvučeni na sigurno. „Leteći“ Raša je prošao sa ogrebotinama, a do kraja silaska više nije bilo problema.

Još jednom se priroda poigrala i ovoga puta nam sa samog dna omogućila pogled na veličanstvenu stenu. Gledajući ga iz austrijskih dolina deluje impo-

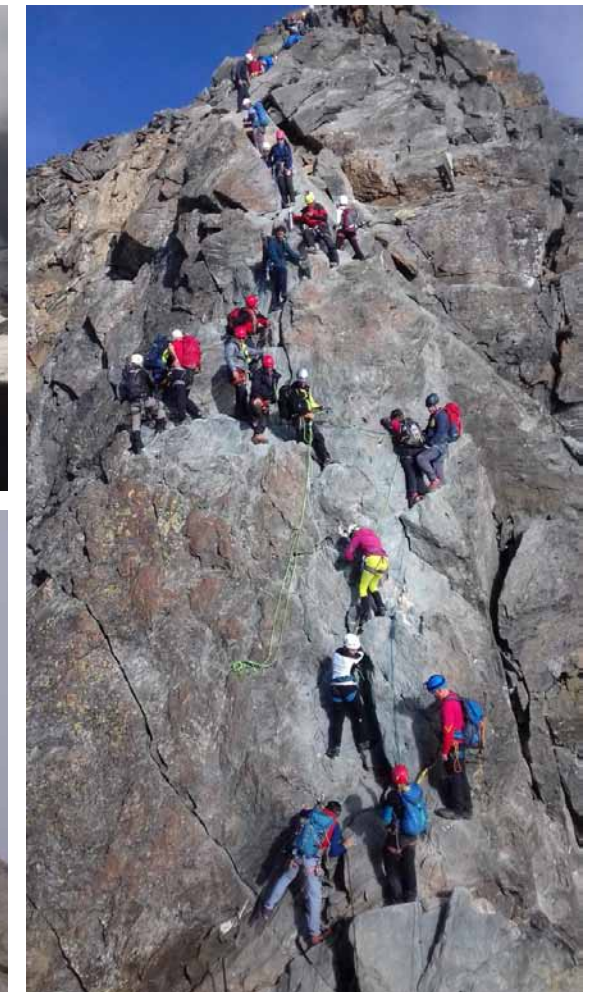
zantno i okrutno kako zbog svog piramidalnog oštrog oblika vrha tako i zbog svoje crne boje. Upravo zbog tih crnih granitnih stena, zovu ga još i „Crna planina“. Neponovljivo iskustvo i želja za ponovnim susretom.

Sutradan smo trebali da idemo na feratu na Mojstrovki, ali je zbog kiše to bilo nemoguće. Po prestanku kiše smo otišli u obilazak Kranjske Gore. Malo mesto oivičeno slovenačkim sa jedne, austrijskim Alpima sa druge i italijanskim sa treće strane, Kranjska Gora je bila pravi izbor za relaksaciju posle napornih dana u Austriji. Uveče smo u „toploj“ atmosferi proslavili Ivanov rođendan i u vedrom raspoloženju dočekali poslednji dan u Sloveniji.

Posle uspešnog pohoda na „Gros“, kao stavljanje tačke na naš put, trebalo je izvesti uspon na Grintovec u Sloveniji, što se iz tehničkih razloga izjalovilo. Kao alternativa je ponuđen uspon na Jalovec, ili ferata na Mojstrovki. Izabrao sam prvu. Kažu da je Jalovec jedna od najlepših planina Julijskih Alpa. Njegov visoki greben smešten je na raskršću triju alpskih dolina. Izdiže se iznad doline Tamar-Planice, Trente i Koritnice. Pogled iz svake doline pokazuje drugačiju sliku, ali svi oni dele isti moćni vrh - koji se sužava i ima kristalni oblik. Ispunjen zbog pomenutog uspeha manje više mi je bilo svejedno gde ću ići poslednjeg dana. Međutim ono što sam doživeo u tih desetak sati, jasno me je uverilo zašto ovu planinu zovu slovenačkim Materhornom.



Od naizgled početne šetnje kroz šumu u podnožju Mojstrovke, staza se pretvorila u nadmetanje sa veoma strmim usponom kroz sipar, do iznenađujućeg penjana uz samu stenu sa elementima ferate u visini od preko 600 metara. Intenzitet emocija nije bio ništa manji nego prilikom uspona na sam Gross Glockner. Zato, nije ni čudo da je lik ove planine dobio mesto na grbu Slovenačke planinarske organizacije i u planinarskom vodiču za Julijske Alpe, a time i najviše simboličko značenje, čak ispred samog Triglava. S visinom od 2.645 m je šesta najviša planina u Sloveniji, a Slovenci mu daju još jedan značajan epitet i nazivaju ga „Kralj slovenskih gora“. Sama ta činjenica je dovoljan razlog da izazove strahopoštovanje. Sa vrha se otvara izvanredan pogled na najviše vrhove



Slovenije, Dolomite u Italiji, Grossglockner u Austriji, što smo, zbog guste magle u momentu samog izlaska na vrh propustili, ali je zato prilikom samog uspona vreme bilo mnogo lepše i omogućilo nam retko viđen pogled na planine Julijskih Alpa (Triglav, Mangart, Bavski Grintavec..., pa čak i samog Jadranskog mora). Sve čestitke vodičima na pravom izboru i veliki naklon Šoletu na istančanom instinktu za snalaženje. Jalovec je ime dobio od slovenske reči jalov - neploдан, misleći se na nemogućnost odvijanja života na njegovom gornjem delu, ali je zato u planinarskom smislu na njegovim padinama život vrlo dinamičan i u svakom pogledu opravdava epitet „kralja“.

TEKST: VLADIMIR LEKIĆ  
FOTO: GORAN JOKA I VLADIMIR LEKIĆ



# Golem Korab

Šarena ekipa iz Srbije i Bosne i Hercegovine učestvovala je na tradicionalnom pohodu na Golem Korab u **Makedoniji**...

Akcija u okviru planinarskog kluba „Kinda” iako nas je bilo na prste jedne ruke iz matičnog kluba, ali zato nije manjkalo planinara iz Beograda, Teslića, Prnjavora, Sente, Sombora, Novog Sada...

Šarena družina se okupila u petak, 7. septembra, oko 23,30 h, ispred Sava Centra i posle truckanja, smejanja, prelazaka granica u ranim jutarnjim satima stigismo do Skoplja, tj. do Vodna, planine iznad Skoplja, između Vardara, Treske i Markove reke, odakle smo pešačili do čuvenog Milenijumskog krsta na 1.066 m. Lepa i lagana šetnja kroz šumu, te smo za nekih sat i po vremena doživeli prelep pogled na Skoplje i okolinu. Već potpuno razbuđeni i obasjani suncem, požele smo da probamo čuveni burek ili pitu sa sirom, a o kafi da ne pričam, pa se brzim koracima vratismo do autobusa i nastavismo do centra Skoplja.

S obzirom da većina nas jako dugo nije bila u Skoplju, svi smo bili prilično zaprepašćeni arhitektonskim rešenjima u samom centru, pa u nekom momentu nismo uspeli da razaznamo da li se nalazimo u Londonu, Parizu ili Atini, Solunu ili možda i u Istanbulu, s tim da je monumentalna građevina i fontana u liku Aleksandra Makedonskog definitivno prednjačila. Doduše, ni kičasti mostovi nas nisu ostavili ravnodušnim, pa smo se šalili kako su dušu dali za fotkanje u stilu put oko sveta za pola sata...

Zato je skoro u zapečku ostao stari, predivni most, čija kamena struktura priča svoju istoriju od davnina, ali skoro skrajnut i zaboravljen pored novih starih građevina čiji velelepni korintski stubovi naglašavaju specifično ludilo ili arhitekta ili naručioca radova.

Ako ništa drugo, čudili smo se, smejali smo se i šalili kako nam je glavni grad Makedonije postao top destinacija koju ćemo preporučiti našim prijateljima.

Ukus sira i kora koje se tope u našim ustima, odmah je preuzeo primat nad svim ostalim čulima, te brzo zaboravismo i Akropolj i Trafalgar skver i posle prve podnevne kafe, zaputismo se prema autobusu i nastavismo naše putovanje.

Obilazimo kanjon reke Matke, tj. uzani kanjon donjeg toka reke Treske. Reka je Treska, ali pošto je kanjon u obliku materice, dobio je dodatni naziv - Matka. Savršenstvo zelene boje jezera, strme litice visine 1.000 m, uređena staza od osam kilometara koja vodi do hidroelektrane, vožnja čamcem i napajanje očiju okolnom lepotom, poseta jednoj od pećina sa velikim staništem slepih miševa i slušanje zanimljivih priča

našeg vodiča i vozača čamca čine da zaboravljamo i neprospavanu noć i umor i svu onu gradsku vrevu iz koje smo pobjegli. Samo se prepuštamo i plivamo na talasima lepote prirode koja nas okružuje.

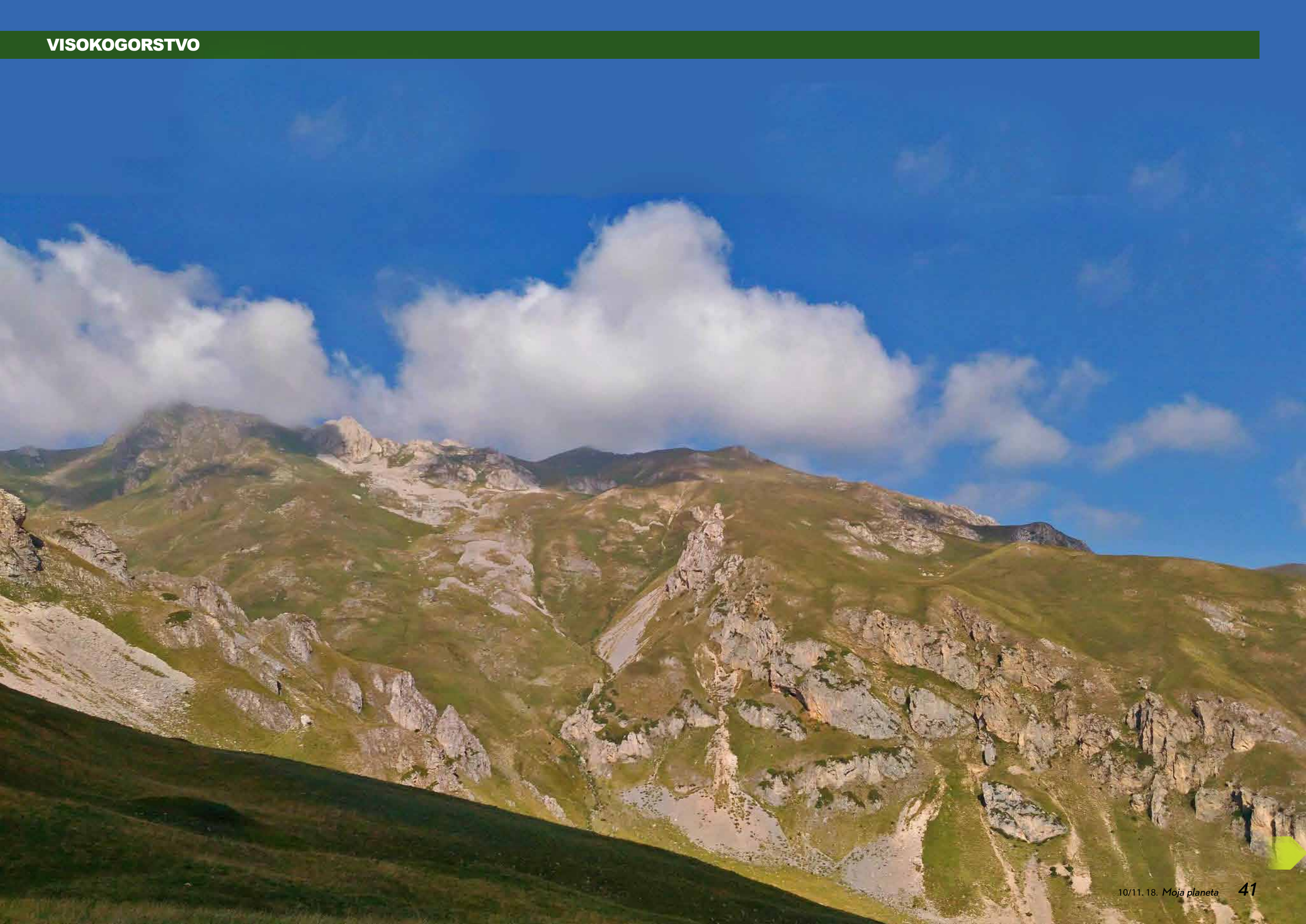
Posle nekih sat i po vožnje, stižemo do Mavrovskog

jezera, veštačkog jezera na 1.200 mnv, koje je dugačko oko 12 km i široko između tri i pet kilometara. Plava bistra voda u kojoj se ogledaju obronci okolnih planina ostavlja bez daha, a malci šarplaninci tope naša srca. Pronalazimo smeštaj uz pomoć vođa, ve-

likih šarplaninaca koji se slobodno motaju po našem dnevnom boravku zajedno sa mačkama, pa gledamo tu neverujuću simbiozu i potpuno se stapamo sa prirodom i okolinom. Kuća Ski hut centar je smeštena iznad jezera, sa pogledom od kojeg se izleće sve









savremene bolesti. Samo pustiš, samo uživaš, samo budeš...

Posle malog predaha, odlučujemo da se spustimo do samog jezera i pronademo restoran „Kaj tetka Viki“, gde uživamo u sveže spremljenoj ribi, seoskom mesu, vrganjima sa skare i osvežavajućoj salati.

Pošto nam je „gazdatat na smeštatu“ zapalio vatru, nastavljamo druženje uz pečeni kukuruz na terasi ispred same kuće i uživamo u tišini noći i blejanju u savršenu igru vatrenih plamičaka ispred nas.

Sutradan, naš Veliki Vođa naređuje pokret u 06,30 h i svi spremni i razdragani krećemo u novi planinarski pohod. Vozimo se do početne tačke - stare karaule na 1.472 m. Usput nas prati divlja reka i lepota šume, kao i truckanje po jednom delu makadamskog puta, ali to nam ništa ne smeta. Prati nas sunce i malo oblaka. Temperatura idealna za pešačenje. Uspun kreće od samog starta. Pošto je internacionalna akcija, srećemo planinare i iz drugih krajeva sveta, kao i mnoge druge iz drugih klubova.

Staza nije tehnički zahtevna, ali je takozvano livadarenje non stop uzbrdo, pa dahćemo i hukćemo, ali uporno nastavljamo. Zeleni planovi se smenjuju, nosnice nam draže razni mirisi, polja borovnica mame svojom bojom, te zastajemo i uživamo u kiselkastom ukusu i okrepljujemo svoja umorna tela. Hodamo i hodamo, ali nikako da vidimo vrh. Još jedan prevoj, još jedan, pa još jedan i sati se nižu. Posle nekih tri sata hoda stižemo na grebenski deo gde ispred nas stoji stenoviti Korab. Korab je s 2764 m najviša planina u Makedoniji i granična je planina sa Albanijom. Telefon vas uredno pozdravi na vrhu sa „Dobrodošli u Albaniju“. Nepregledna reka planinara hita ka vrhu. Tu su mlađi, stariji, tu se čuju razni jezici, tu su osmesi i reči podrške, tu su pokušaji da se malo skрати staza, ali bez nekog posebnog uspeha, a do vrha se stići mora... Posle 18-19 km.

Iz zelenog najzad nogama stupamo na sam stenoviti kraj Koraba. Još korak, još dva i tu smo... Posle tri i po sata, prva grupa od tri planinara osvaja najviši vrh Makedonije i ne skida kez sa lica dok pokušava zajedno sa ostalima da uhvati dah, i da se nagleda lepote od koje po ko zna koji put zastaje dah. I svaki put se pitamo zašto nam je ovo trebalo i svaki put potvrdimo da jeste onog momenta kad dodirujemo tu tačku gde se spajaju nebo i zemlja i gde je sve drugačije i gde je samo tvoje postojanje podignuto na viši nivo poimanja sveta i gde se zaboravljaju sve brige i nervoze i gde se priroda lepi za tvoje prste, a vazduh koji šišti tvojim plućima peva najlepšu pesmu svih vremena. I onda neka Makedonka, tamo na vrhu pusti svoj glas, i sve odzvanja od vanvremenskog trenutka čiji si ti akter i nema veće sreće za tebe od toga, što si tu, što primaš to sve oko sebe i zahvalan si toj nepoznatoj sili koja te je odnela u te visine i samo želiš da imaš snage za još.

Ostatak ekipe se pojavljuje sa nekih 30-40 minuta kašnjenja, ali ih sa osmehom dočekujemo i pravimo naše zajedničke fotografije, gradimo naše zajedničke uspomene. Naglo dizanje magle i zahlađenje tera nas da zakopčamo jakne i krenemo u spust.



Usput opet borovnice i ljudi prostrti po livadama Koraba. Usput smeh i sreća i tako naizmenično do kraja. Presvlačimo se i prikupljamo na početnoj tački i polako krećemo ka Beogradu i Novom Sadu. Pre polaska još jednom svraćamo kod tetka Viki gde nas dočekuje tavče na gravče i vickasta gazdarica. Ostatke sendviča iz rančeva delimo sa gomilom šarplaninaca ispred restorana i polako se opraštamo sa Mavrovskim jezerom, fenomenalnom prirodom i zajedno sa našim prijateljima, veselim Bosancima, sedamo u autobus i krećemo ka kući.

Još jedna avantura. Još jedan osvojeni vrh. Još jedan dodir sa nestvarnim lepotama prirode. Još jedno podsećanje kako smo mali i kako smo kratko na ovoj planeti, a kako je ona tu pre nas i biće posle nas.

Njeno veličanstvo Priroda. Čuvajmo je i volimo. Njeni darovi su naše najveće bogatstvo. I hvala joj što nas iznova prima u svoje okrilje.

JADRANKA BALJAK  
FOTO: MILE SERDAR





Instruktor alpinizma Obrad Kuzeljević

# ŠTANDOVI u tradicionalnom alpinizmu

*Niko ne želi da svoj život i život partnera stavi na dva zardala klina. Ali kad je više fiksnih tačaka u igri, mnogo je komplikovanije postaviti štand...*





**Š**tandove u Tradicionalnom alpinizmu pravimo od opreme koju koristimo u steni za pravljenje međuosiguranja bilo da je glavimo ili ukucavamo u stenu, što znači da već u toku penjanja moramo ostaviti potrebnu količinu opreme za pravljenje štanda. Sve što treba da znate da bi vas štand sačuvao u steni, mora biti tačno, precizno i sigurno primenjeno kod njegove izrade. Što je kočnica kod automobila, to je štand u tradicionalnom alpinizmu. Ako on ne uspe to može značiti kolaps celog tima. Štand mora da izdrži svaki pad penjača. U starim klasicima, na primer u Dolomitima, često je potrebno da se mesta za štand dopune sa još nekim klinom, frendom, čokom... Niko ne želi da svoj život i život partnera stavi na dva zardala klina. Ali kad je više fiksnih tačaka u igri, mnogo je komplikovanije postaviti štand. A bez odgovarajuće ekspertize u teoriji, a posebno u praksi, spasavanje je zagarantovano. Generalno, kod štanda princip raspodele, odnosno opterećenja treba da bude distribuiran na što više fiksnih tačaka, pogotovo ako pojedinačno nisu sto posto pouzdane. Nekada je štand bio i samo jedan spit uz eventualno dodat jedan klin, danas se kao standard na štandove stavljaju najmanje tri fiksne tačke.

#### ŠTA KAŽU INSTITUCIJE?

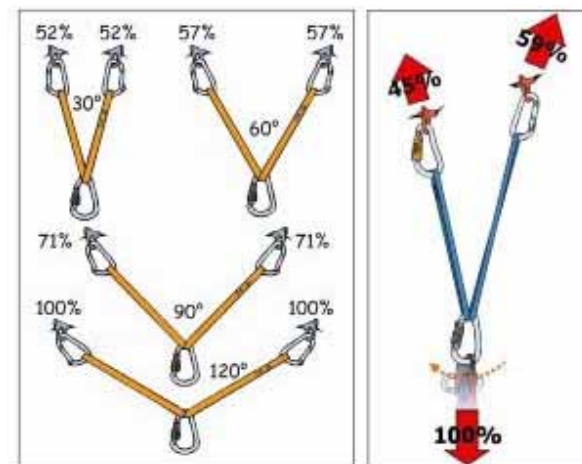
Kad pominjemo spitove ili boltove, tad pričamo o multi-pič stenama, koje su uglavnom opremljene i ankerisane boltovima kako na štandu tako i celom dužinom smeru. U tradicionalnom alpinizmu je to drugačije iz razloga da bi svi koji penju taj smer iskusili zadovoljstvo i teret alpinista koji su prvi popeli taj smer. Možda na mestu za štand i nađemo neki zardali klin, a da li ćemo ga upotrebiti kao jednu od tačaka osiguranja zavisi od stanja u kome se nalazi. U zavisnosti od tipa i oblika stene za štand ćemo upotrebiti opremu za međuosiguranja sa pojasa: klinove, čokove, frendove, pogodan oblik stene, drvo, pešćanik i sl. Kod štandova koji pravimo od opreme za međuosiguranja obavezne su tri tačke osiguranja u steni. Godine 2002. nemačka DAO, organizacija za

bezbedonosna istraživanjima je ustanovila da štand treba da koristi „serijsku vezu“ na više fiksnih tačaka. To načelo je prihvatila i UIAA.

#### ŠTA KAŽE MATEMATIKA?

Kod ovih štandova moramo voditi računa da je oprema koju glavimo u stenu „kompatibilna“ sa stenom. Centralna tačka u ravnoteži sidrenja zaklapa određene uglove sa fiksnim tačkama osiguranja (sile trougla) od kojih najviše zavisi nosivost štanda. Pored uglova, nosivost štanda a samim tim i sigurnost zavise i od dužine kraka sile od centralne do osiguravajuće tačke

Pored uglova, nosivost štanda a samim tim i sigurnost zavise i od dužine kraka sile od centralne do osiguravajuće tačke, što je krak veći - veća je i sila koja deluje na klin. Ukupan ugao u trouglu koji zaklapa centralna tačka sa krajnjim tačkama ne bi smeo da pređe 60°. Ugao možemo podešavati i dužinom šlinge ili užeta.



Kod improvizovanih štandova najviše vodimo računa o elementima oko koga pravimo štand. Ukoliko je to drvo, proverićemo da li je dovoljno debelo i jako da izdrži težinu dva partnera kao i eventualni pad. Kod drveta je važan i teren na









kome raste, da li je dovoljno pričvršćeno za podlogu, je li vidljivo korenje i pravac njegovog pružanja, ali rezime je: ukoliko koristimo drvo za štand, gurtanu, užu ili šta već koristimo, stavićemo što bliže tlu jer je tu sigurno jače. Kod štanda oko kamena obično gledamo da li je kamen deo nekog bloka i ima li stensku podlogu. Takođe je bitno i da li je dovoljno veliki, može li užu da stoji stabilno ili može da sklizne sa njega.

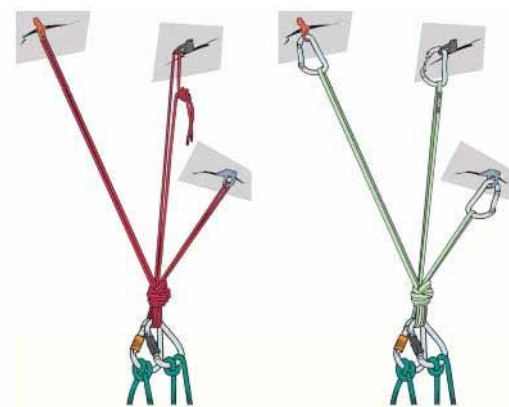


Primer improvizovanog štanda (osiguravališta)

Sledeća podela pored standardnih i improvizovanih bila bi na fiksne i klizne.

### FIKSNI ŠTANDOVI

Distribucija sile mora biti ista u svim fiksnim tačkama. Zbog čega je to bitno? Pa ukoliko jedna fiksna tačka i popusti dodatno opterećenje će odmah preuzeti druge fiksne tačke ali bez velikog udara koji se javlja kod kliznih sidrišta i izbeći ćemo efekat rajfešlusa. Kod ovih štandova moramo voditi računa o opterećenju odnosno o pravcu opterećenja. Za lakše podešavanje pravca



opterećenja ili ako je ono promenljivo, obično na fiksne tačke stavljamo lađarac jer je on podesivi čvor. Za njihovu izradu možemo koristiti parčad užeta ili duže prusike a mogu se koristiti i ako nisu spojeni u zamku. Fiksni štandovi su obavezni u speleologiji, kod službi za spasavanje, traverzama, visinskim radovima i sl.

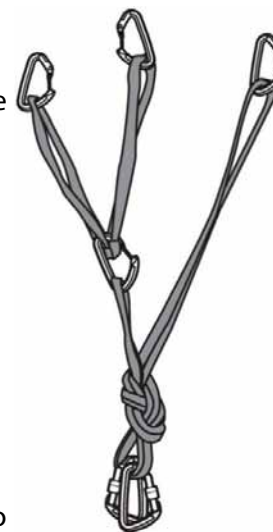
Klizni štandovi su izbačeni iz alpinizma pa samim tim neće biti razmatrani u ovom tekstu, mada se uče na tečajevima alpinizma, jer se još uvek primenjuju na boltovima u sportskim smerovima i multi-pič smerovima u kojima često penju i alpinisti.

### SERIJSKI ŠTANDOVI

Kad pričamo o serijskim štandovima možemo reći da se više njih po određenom principu povezuje u jednu funkcionalnu celinu. Možda je istina kad kažu da slika govori više od hiljadu reči? Slika je sa neta pošto mene mrzi da crtam, inače može da se poveže i mnogo više štandova koji u svojoj osnovi imaju po jednu gurtanu i dve fiksne tačke. Kada bi ga pravili? Pa, kad god nismo sigurni u neki anker, menjamo ga sa dva druga, pravilno podešena gurtana, vezana

šesticom na mestu kako bi pravilno distribuirala silu na obe fiksne tačke i to bi bilo to. Izgleda jednostavno, ali ukoliko nemate prethodna znanja i iskustva u praksi će to biti mnogo teže. Kao savet rekao bih da ga prvo nekoliko puta uvežbate na treningu i vežbalištu.

U ove štandove možemo svrstati i kombinovane jer su po funkciji isti. A o čemu se radi, jednostavno umesto standardnih ankera koje bi glavili ili ukucavali u stenu dodamo štand koji pravimo oko prirodnih elemenata na koje naiđemo u smeru. To može da bude vegetacija drvo i slično ili kao na slici deo stene kamen ili peščanik.



### VIŠEĆI ŠTANDOVI

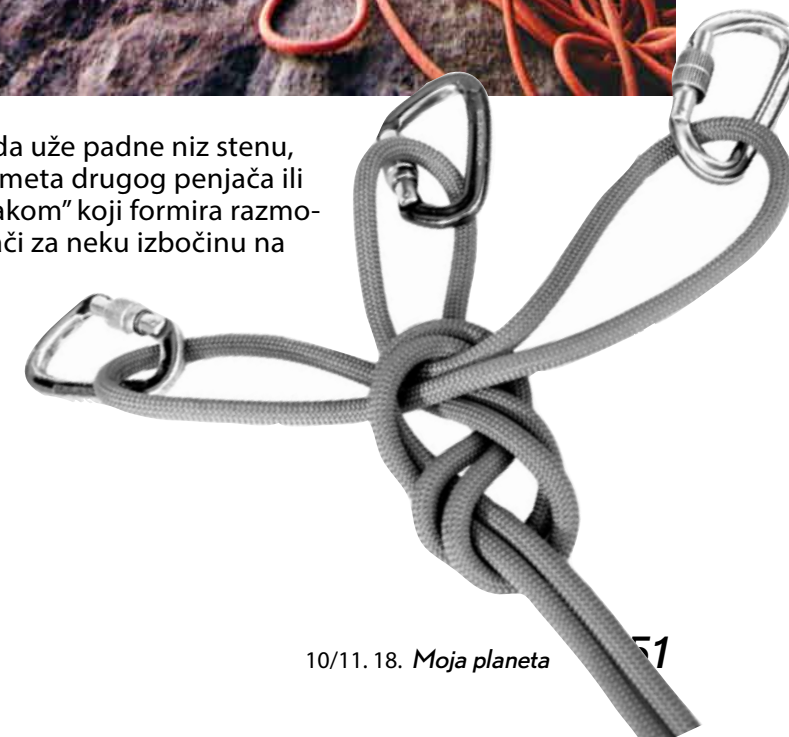
Na nekim štandovima koji se iz bilo kojih razloga ne mogu praviti na polici ili sličnim proširenjima u steni a koja bi nam sigurno omogućila udobnije osiguravanje, pribegavamo visećem štandu. Neke velike razlike nema osim što smo mi dodatni i stalni teret, koji konstantno deluje na sve fiksne tačke osiguranja. Položaj penjača koji osigurava mora da bude takav da lako može da kontroliše užu, da je sprava za osiguranje neposredno ispred njega da bez puno naprezanja može obavljati sve potrebne radnje poput zatezanja ili popuštanja. Pored toga, njegov položaj ne sme ničim da sprečava protok užeta i mora ispred sebe lepo slagati užu na „knjigu“. Ovo slaganje užeta



ranje neposredno ispred njega da bez puno naprezanja može obavljati sve potrebne radnje poput zatezanja ili popuštanja. Pored toga, njegov položaj ne sme ničim da sprečava protok užeta i mora ispred sebe lepo slagati užu na „knjigu“. Ovo slaganje užeta



sprečiće da užu padne niz stenu, da tako ometa drugog penjača ili da „stomakom“ koji formira razmotano zakači za neku izbočinu na steni.



Primer: fiksni štandovi





## Radionica u Kikindi

*Za vikend 22. i 23. septembra SPK „Pentrax” je u saradnji sa Komisijom za draj tuling i takmičarsko penjanje u ledu bio organizator i domaćin draj tuling radionice...*





**D**raj tuling, nova takmičarska disciplina Planinarskog saveza Srbije iz meseca u mesec privlači sve veći broj zainteresovanih penjača. Draj tuling je simulacija penjanja na ledu, odvija se sa istom opremom (alati i dereze), ali na suvoj steni. Takmičenje koje je prošle godine po prvi put organizovano u Srbiji, u Ovčar Banji bilo je najposećenije i najveće takmičenje regionalnog slovenačko-hrvatsko-srpskog kupa.

Takmičari su bili izuzetno motivisani, te je Srbija uspeła da ostvari istorijski uspeh i domogne se ekipno prvog mesta u regionalnom kupu 2017. godine. Sprema se nova sezona takmičenja (regionalni kup, evropska i svetska prenstva), a kako bi svim zainteresovanim približili ovu disciplinu i upoznali ih sa pravilima takmičenja u Srbiji smo prvi put organizovali draj tuling radionicu.

Za vikend 22. i 23. septembra SPK „Pentrax“ je u saradnji sa komisijom za draj tuling i takmičarsko penjanje u ledu bio organizator i domaćin draj tuling radionice. Radionica se održala u Kikindi, u prostorijama kluba gde je izgrađen i posebno za draj tuling opremljen trenažni poligon, bolder. Vođa radionice bio je trener kluba, kao i trener reprezentacije Srbije u penjanju na ledu i draj tulingu, Laza Radivojac. Radionici je takođe pristustvovala i selektor reprezentacije Danijela Babović. Cilj radionice bio je upoznavanje sa disciplinom draj tuling i takmičarsko penjanje na ledu, demonstracija osnovnih i naprednih tehnika, trening, upućivanje u osnove trenažnog procesa, razmena iskustva i druženje. Na radionici je učestvovalo ukupno 11 takmičara, trener i selektor iz sedam klubova iz Srbije.

Posebno raduje činjenica da su se pored iskusnih draj tuling takmičara pridružili novi zainteresovani koji su imali priliku da uče od najboljih i prošire svoje penjačko iskustvo. Početnici su penjali u olakšanim uslovima, zbog principa postepenosti, te su tako vežbali samo sa alatima, a bez dereza. Pored osnovnih tehnika, imali su priliku da nauče i specifične tehnike, izvođenje figura četvorke i devetke. Oni koji su prvi put probali draj tuling bili su vidno oduševljeni, strpljivi i spremno su upijali svaki savet. Neumorno su vežbali, a na kraju dana savladani umorom izrazili su zadovoljstvo za nesebično pomaganje od strane trenera, selektora i ostalih takmičara.

Iskusni takmičari su od trenera dobili savete za organizaciju trenažnog procesa, naročito za tempiranje sportske top forme u odnosu na akuelni kalendar takmičenja. Takmičari individualno sprovode trenažni proces, a zajedničke pripreme i provera treniranosti



održaće se 13. i 14. oktobra na draj tuling radonici u Sloveniji.

Radionica je protekla u sportskoj atmosferi, međusobnom podržavanju i lepom druženju. Organizatori su izrazili izuzetno zadovoljstvo ponašanjem učesnika i nadu da će se ova pozitivna praksa nastaviti sledeće godine, te da će radionica imati tradicionalan karakter. Zahvalnost dugujemo Planinarskom savezu Srbije i komisiji koji su prepoznali značaj ideje širenja i popularizacije ove perspektivne sportske discipline. Takođe, hvala svim učesnicima što su svojim pristustvom

uveličali ovaj značajan sportski događaj.

Sezona draj tulinga i takmičarskog penjanja na ledu uskoro počinje. Sledeće što nas čeka je draj tuling radonica u Sloveniji (Zagorje na Savi), 13. i 14. oktobar, zatim prvo kolo SHS kupa u Ovčar Banji 3. novembra. Uskoro će biti objavljen celokupan kalendar SHS kupa gde će svi zainteresovani imati priliku da učestvuju i pridruže nam se.

**KATARINA MAŃOVSKI**  
**PREDSEDNICA KOMISIJE ZA DRAJ TULING I TAKMIČARSKO**  
**PENJANJE NA LEDU**



# Čačak 2018. SPORTSKI IZAZOV

**KES „Armadillo”** već više od decenije okuplja sportiste, entuzijaste, zaljubljenike u prirodu i sportove čije su dimenzije izazov i veština...





Olimpijski komitet Srbije i Grad Čačak u saradnji sa Čačanskim sportskim savezom organizovali su u nedelju 23. septembra manifestaciju Sportski izazov 2018.

Olimpijski komitet Srbije je doneo odluku da se u okviru projekta Sportski izazov nadmeću gradovi Čačak i Kraljevo. Što se našeg grada tiče, takmičenje se održalo u intervalu od 12 do 15 časova na Gradskom trgu. Manifestacija je imala i takmičarski karakter tako da smo odlučili da damo maksimalan doprinos afirmaciji i pobjedi našeg grada u duelu sa komšijama iz Kraljeva.

Projekat „Sportski izazov 2018“

je okrenut ka zdravom načinu života kroz vežbe i sportska dešavanja kroz sve generacije, a KES „Armadillo“ već više od decenije okuplja sportiste, entuzijaste, zaljubljenike u prirodu i sportove čije su dimenzije izazov i veština. Iz tog razloga odabrali smo da omogućimo svim građanima, pre svega deci, da se oprobaju na veštačkoj steni u disciplini sportsko penjanje. Nekoliko sati pre početka članovi kluba su počeli montažu veštačke stene na Gradskom trgu. Tačno u podne sve je bilo spremno za početak ovog sportskog događaja. U narednih nekoliko sati više od pedeset građana,

pretežno najmlađeg uzrasta, oprobalo se u ovoj sportskoj disciplini koja će od Olimpijskih igara u Tokiju 2020. biti punopravni član olimpijske porodice. Veći broj dece po prvi put je bio u prilici da se oprobaju u ovoj disciplini koju su do sad znali samo iz aktivnosti u adrenalin parkovima. Ovoga puta imali su priliku da pod nadzorom trenera i instruktora alpinizma Petra Šunderića na način primeren njihovom uzrastu upoznaju osnove tehnike penjanja i sve o opremi koja se koristi u ovom sportu. Osiguravanje su vršili članovi Alpinističkog odseka „Armadillo“: Tomas Mirošević, Miloš Milovanović i Branko

Slavković, predsednik KES „Armadillo“. On se u okviru zvaničnog programa obratio prisutnim građanima i upoznao ih sa radom i ciljem kluba, a to je promocija i unapređenje sporta u Srbiji, stvaranje vrhunskih sportista u različitim disciplinama, a posebno u alpinizmu, takmičarskom penjanju u ledu, sportskom penjanju i orijentingu. Više puta godišnje klub organizuje zimske i letnje alpinističke kurseve, kao i vežbe spašavanja iz nepristupačnih terena ne samo u okviru rada kluba već i saradnji sa lokalnom zajednicom. KES „Armadillo“ je organizator jednog kola međunarodnog takmičenja u draj tulingu koje će

se i ove godine održati u Ovčar Banji 3. novembra.

Po rečima prisutnih, veštačka stena je bila jedan od najposećenijih štandova tog dana, čime smo doprineli pobjedi grada Čačka u ovom sportskom nadmetanju.

Nakon uspešno realizovane manifestacije zaključujemo da je u našem gradu izuzetno veliko interesovanje za sportsko penjanje i da bi bilo dobro da se, pre svega deci i mladima, omogući adekvatan prostor za treninge. Sigurni smo da ćemo u narednom periodu uz pomoć nadležnih institucija uspeti da ostvarimo i ovaj cilj.

BRANKO SLAVKOVIĆ



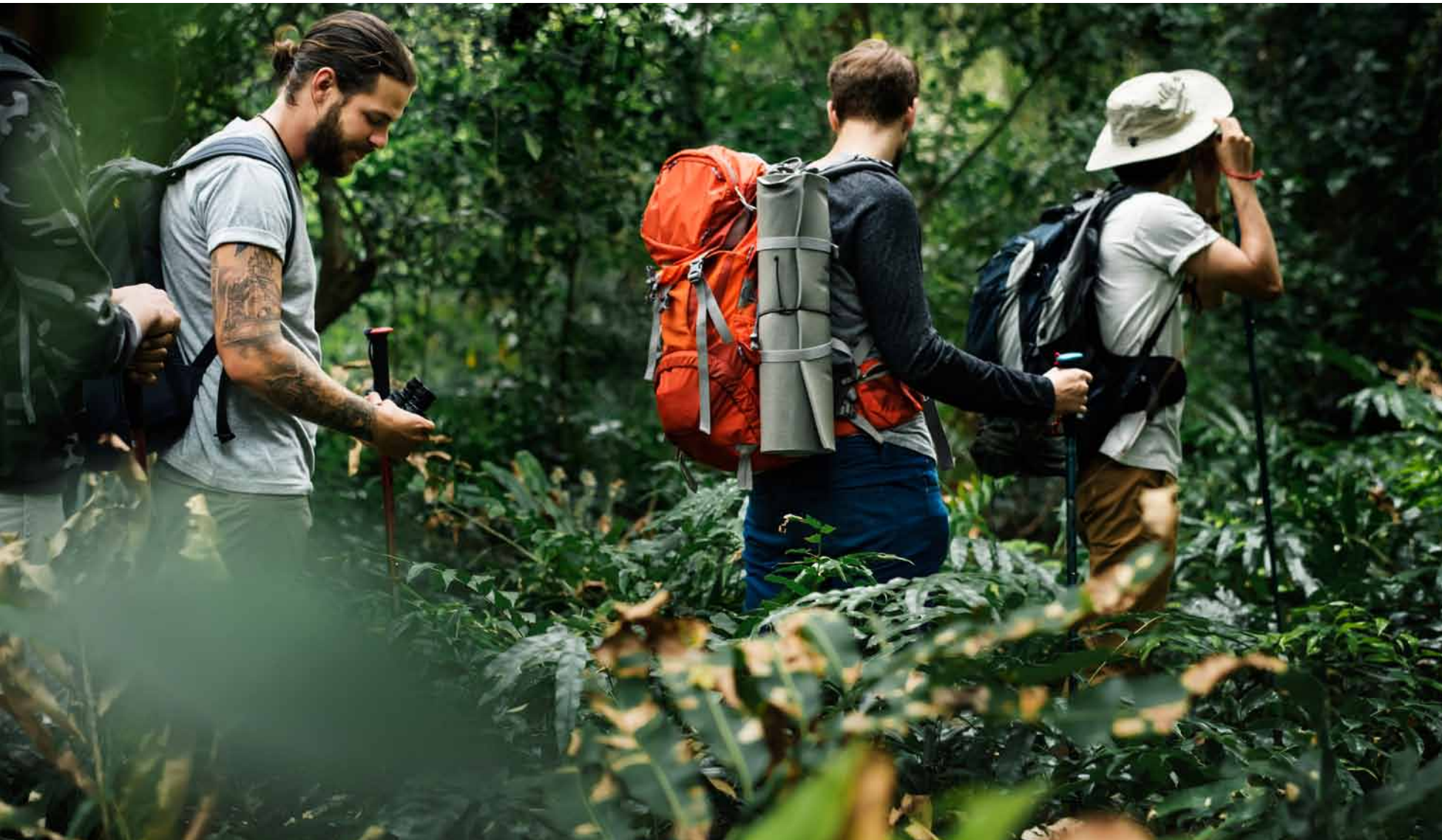




## VODIČKA SLUŽBA Šta nam donosi novi paket formalizacije

Šta je novo, zašto mi se ne dopada, i  
zašto ipak mora biti...





**K**alendar Planinarskog Saveza Srbije za 2019. predvideo je nove obuke i doobuke za Vodičku službu. Pored dosadašnje II i III kategorije vodiča, po prvi put će se sprovesti lednička obuka za Ib kategoriju, kao i specijalizovane obuke za kanjonig i ferate. Pored stručnih obuka, od ove godine je u obrazovni sistem Republike Srbije uvedeno i zvanje planinarskog sportskog vodiča. Nekako bez velike buke, već ove godine nisu održane, a za 2019. ih nema ni u kalendaru.

Pitate se šta je tu sporno? Od ovih obuka, samo je ona za I kategoriju bila najavljena tokom najranijih kurseva za II i III, da bi se, kako je vreme odmicalo, počele najavljivati i specijalizovane obuke za kanjonig, a zatim i za ferate. Tako da je apsolutno razumljiv otpor svih koji su obuku završili i licencu dobili bez pomenutih ograničenja, te ove zabrane vođenja zbog novouvedenih obuka smatraju retroaktivnim ukidanjem licence i svojevrsnim „reketom“. Morate priznati da biva čudno da je vodič licenciran da vodi po neobezbeđenoj steni, ili pak steni koju je sam obezbedio postavljanjem gelendera, odjednom nekvalifikovan da grupu povede feratom. Čak ni

puna alpinistička obuka nije dovoljna da biste bili osposobljeni za feratu. Poseban kurs je neophodan. Šta je sledeće? Doobuka za sipar? Specijalni kurs livadarenje? Doskočica na ovu temu je više no što bismo želeli. A da, i čemu služe ti novi sportski vodiči?

Nažalost, istina je da se, hteli mi ili ne hteli, propisi UIAA moraju slediti. Ako je za određene aktivnosti propisana specijalna obuka, da bi licenca bila međunarodno priznata, onda te obuke mora biti. Da li su licence za III i II kategoriju, bez ovih ograničenja možda brzopeto izdate, pa onda oktroisane novim propisima - verovatno jesu. S druge strane, međunarodno priznanje licenci sigurno je po prioritetu bilo iznad sistematizacije. Pošto se ne može mimo sveta, formalizacija nam ne gine.

#### KAKAV JE STAV VSS-A?

Umesto spekulacija oko toga šta nas čeka, odlučili smo da kontaktiramo načelnika Vodičke službe Srbije, Zorana Kontića, i dobijemo informacije iz prve ruke. Da ne bismo prenosili ceo tok razgovora, ovde ćemo samo inkorporirati dobijene informacije.

Ako ste mislili da je Sportski vodič neka nova Sopotnica, prevarili ste se. Kurs od 120 nastavnih časova na Univerzitetu, ne da neće zameniti stručnu obuku, već ćete, ako pokušate da ga upišete bez prethodnog posedovanja licence, biti upućeni da prvo završite specijalizovanu obuku u okviru matičnog Saveza. Pa čemu onda to niotkuda pojavljivanje titule koja, osim uzimanja para, ne donosi polazniku ni nove licence, ni nova ovlašćenja? Formalizaciju, osim UIAA vrši i naša država, te se za sportskog radnika zahteva i formalna sportska titula, izdata od strane akreditovane obrazovne institucije. Ukratko, uterivanje u sistem. Koliko će prelazni period potrajati, videćemo, ali izvesno je da na kraju svim planinarskim vodičima na kraju sleduje dopisivanje onog „sportski“ ili gubljenje licence.

Prva novost u programu edukacija za 2019. godinu jeste dugo očekivana lednička obuka, koja će konačno omogućiti vodičima iz Srbije da sticanjem Ib kategorije, legalno vode vrhove do 6.000 m. Iako još nema detalja o mestu izvođenja, kao ni licenciranih instruktora (proces u toku) nadamo se da će ove obuke zaista i biti.



#### Licence i ograničenja

Licence koje je moguće steći u okviru obuka PSS:

- Vodič III kategorije - ovlašćen za vođenje u letnjim uslovima na visine do 3.000 m
- Vodič II kategorije - ovlašćen za vođenje u zimskim uslovima na visine do 3.000 m
- Vodič Ib kategorije - ovlašćen za vođenje na visine do 6.000 m (trenutno niko u Srbiji nema ovu licencu)

Licence koje nije moguće steći u okviru obuka PSS:

- Vodič I kategorije - ovlašćen za vođenje na sve visine (trenutno u Srbiji ovu licencu imaju samo Iso Planić i Dragan Jaćimović)

Dodatne obuke u okviru PSS:

- Vodič ferata - ovlašćen za vođenje ferata (uslov, II kategorija)
- Vodič kanjoniga - ovlašćen za vođenje uređenih kanjona (uslov, II kategorija)

Ograničenja u pogledu vođenja neplaninara:

- Maksimalno 10 učesnika po vodiču

Druga novost je Obuka za vođenje u uređenim kanjonima za planinske vodiče druge kategorije. Nas je ponajviše zanimalo šta se podrazumeva pod terminom „uređenog kanjona“. Iako će formalna definicija razgraničenja planinarskog od alpinističkog kanjoniga tek biti objavljena, pod „uređenim kanjonom“ će



se, laički rečeno, smatrati onaj kanjon kojim upravlja, održava ga, i za planinare uređuje ovlašćeno pravno lice. Ukratko - nema vođenja planinara tamo gde pripadaju alpinisti.

Da se osvrnemo i na ono što je staro - Obuka za vodiče II i III kategorije na Sopotnici, kao i Obuka za ferate. Moramo zameriti Savezu što za Obuku za ferate, koja se za razliku od Ledničke ne održava prvi put, nije objavljeno mesto održavanja, od koga zavisi logistika i cena obuke.

### KRITIKA ZDRAVOG RAZUMA

Najveću prepreku sistematizacije vodiča predstavlja činjenica što za nepridržavanje propisa nema apsolutno nikakvih posledica. Disciplinske komisije potežu se samo u slučaju tragičnih incidenata, a i tada su izrečene mere relativno blage. Dokle god nemanje odgovarajuće, a u nekim slučajevima i bilo kakve licence za turu ili ekspediciju, ne povlači nikakve posledice, obuke PSS spadaće, u najboljem slučaju, pod kategoriju „lepo za imati“. Najbolji pokazatelj ovog stava je odnos broja polaznika obuke za III kategoriju, za koju je i ove godine otvoren dupli termin i broja polaznika obuke za kategoriju II, koja uglavnom uspe da se održi svake druge godine. Jednostavno, ljudi dođu po karticu na kojoj piše UIAA vodič, takozvanu „čagu“, čisto da se legalizuju, i dalje rade u skladu sa svojim željama umesto u skladu sa svojim ovlašćenjima. Verujem da je i Služba svesna svoje preterane tolerancije te da će se s ovom praksom prekinuti, i već mi je unapred žao onog „prvog među jednakima“ ko bude izvukao „najkraću slamku“ i prvi se nađe na udaru.

Poverenje u obuke je dodatno poljuljano i uklanjanjem na velika zvona najavljenih vodiča pešačkih puteva, za koju nije ponuđeno nikakvo zvanično objašnjenje. Oba termina obuke predviđena za 2018. su ukinuta, a za 2019. je nema ni u kalendaru. Politika „puj, pike - ne važi“ nije naročito popularna, i ne dolikuje ozbiljnoj instituciji kao što je PSS, pa je na njoj sad posao da ubedi članove da su trenutne

obuke neophodne i važeće, te da će takve i ostati.

Još jedno „mrtvo slovo na papiru“ ostala je i obavezna Osnovna planinarska obuka, bez koje se, po osnovnoj ideji, ne bi smelo ići na zahtevnije ture. Inertnost oličena u paroli „šta će mi kad mogu bez“, i ovde je došla do izražaja, te je odziv na ovu, inače besplatnu obuku, dosta slab.

Da zaključim, računati na svest vodiča i planinara o potrebi za obukom je idealistička, a za politiku „štapa i šargarepe“, Savez će morati prvo da obezbedi i štap i šargarepu - kazne za one koji se propisa ne pridržavaju, i podsticaje za one koji ih se drže.

ZMIJAT



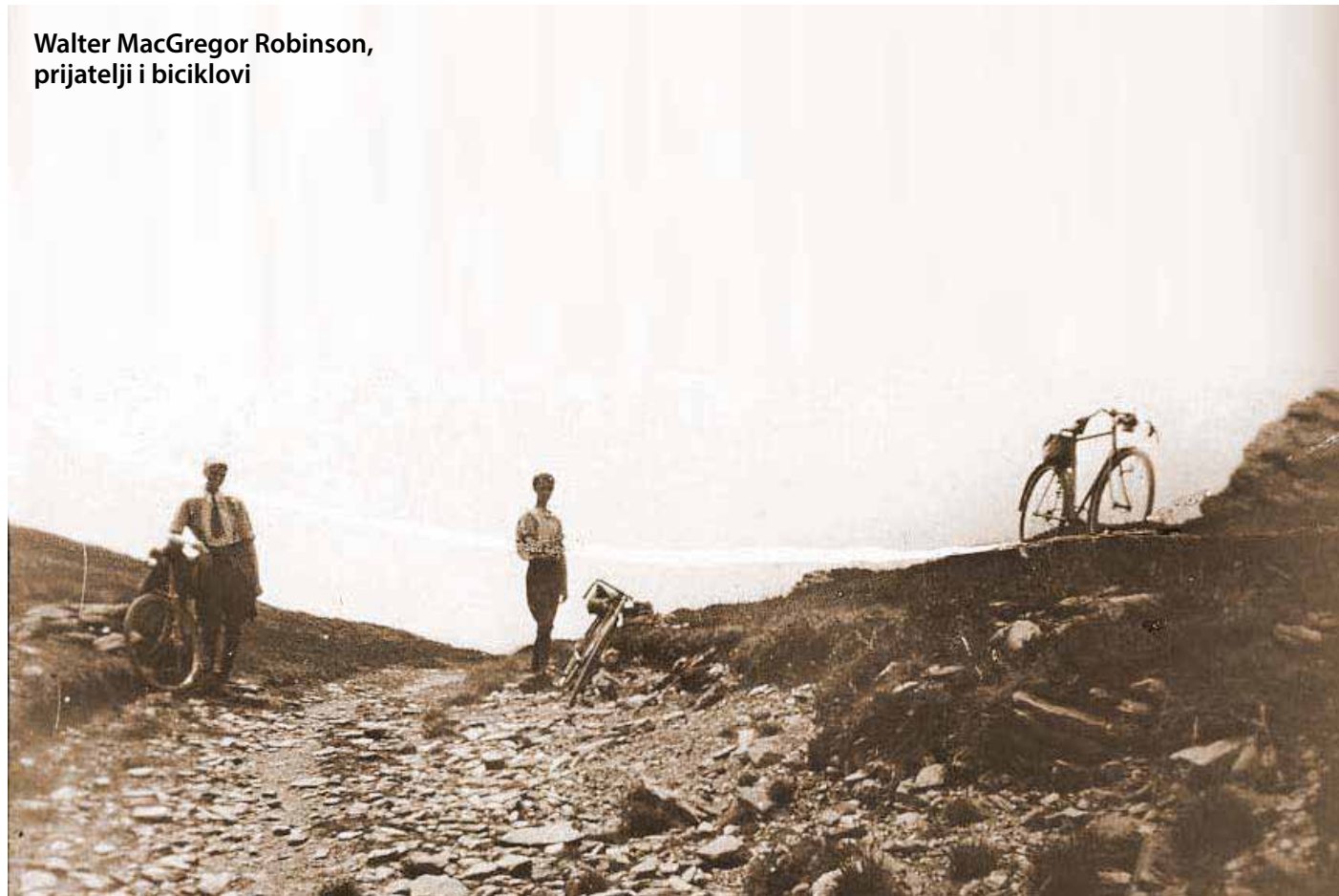
e-stock  
- A G E N C Y

e-stock.us





Walter MacGregor Robinson,  
prijatelji i biciklovi



## ... biciklizma OD DEKINE PEDALE DO ROBUSNOG BRĐANA

*Dokumentovano je da je pre ravno sto godina u Severnom Walesu Walter MacGregor Robinson, početak biciklističke sezone obeležio 30. marta 1918. vikend vožnjom s prijateljima. Ostalo je, što bi se reklo, istorija koju su napisali pobednici - dva veoma preduzimljiva tipa iz Kalifornije...*

**A**ko ste mislili da je brdski biciklizam „izmišljen” u Kaliforniji 1970-ih, razmislite ponovno. Zar nikome ranije nije palo na pamet da iz čistog zadovoljstva ili nužde protera točak livadom ili kakvom šumskom stazicom? Još krajem 19. veka postojala je jedinica „biciklističke pešadije” u američkoj armiji. Činili su je 20 vojnika, hirurga i reporter. Vozili su prašnjavom preri-jom, daleko od puta i opsluživali vojne baze u okolini. Njihov cilj je bila mobilnost, ali je ona često izostajala, jer su vozili bicikle teške koliko i oni sami. Iako bi se njihovi napori mogli nazvati pionirskim, biciklovi koje su vozili bili su daleko od toga. Trebalo je da prođe još dosta vremena pre

nego što dođe do prvih tehničkih poboljšanja osnovnom modela bicikla. Dokumentovano je da je pre ravno sto godina u Severnom Walesu Walter MacGregor Robinson, početak biciklističke sezone obeležio 30. marta 1918. godine, vikend vožnjom s prijateljima. Oni su se uputili iz Birminghama u Liverpool. Put je bio delom kaldma, delom šumski put, a podrazumevao je i prelazak preko jednog od najviših prolaza u Walesu. I to u snežnoj oluji... Gotovo godinu dana nakon ove avanture Robinson je u časopisu „Cycling” objavio tekst u kojem je naširoko opisao sve dogodovštine svoje vesele družine, što je izazvalo pravi bum među

lokalnim biciklistima. Zahvaljujući Robinsonovom rečitom i veoma duhovitom stilu, mnogi od njih pomislili su da će doživeti jednako interesantne dogodovštine. Njegova osnovna teza bila je da se neke od najboljih vožnji i najatraktivnijih pre-dela kriju daleko od „čvrstog puta”. Nažalost, neki entuzijasti doživeli su prave male drame, budući da je prosečni bicikl tada težio četrdesetak kilograma, a o kombinovanom prenosu mogli su samo da sanjaju. Robinson je, međutim, postao prava legenda oko koje su se okupljali svi oni koji se nisu razočarali nakon prvog pokušaja da savladaju velške visove. Budući da je tokom Prvog svetskog rata izgubio deo stopala, vožnja bicikom je za njega postala opsesija. Mogao se videti kako „mamuza” svoj Rover Light Roadster, praćen grupicom istomišljenika. Savetovao je ostale bicikliste da uklone blatobrane, kako se ne bi zaglavljivali u blatu. Takođe je tražio da mu se naprave i specijalne „snežne gume”. Vremenom, radi boljeg prenosa na uzbrdicama ova grupa je ubacila još jedan zupčanik, ali kako nisu imali mehanizam za prebacivanje lanca, brzine su menjali ručno. Bio je to musav posao koji je tek donekle omogućavao „lakši” prenos na uzbrdicama. Ukratko, ovo je jedan od prvih pokušaja mountain bikinga, koji je za rezultat imao strukturne promene na biciklu. Trebalo je da prođe više od trideset godina pa da ovaj sport dobije prvi sledeći zamajac. Zato idemo u 1953.

### MUZEJ BRDSKOG BICIKLIZMA ISTORIJA SE NIKADA NE ISPISUJE SAMA

Kalifornijska grupa je svakako njvažnija za razvoj brdskog biciklizma, a njima je najvećim delom i posvećem „Marin Museum of Bicycling and Mountain Bike Hall of Fame” u kalifornijskom gradu Halifaxu. Ukoliko niste u prilici da skoknete u Kaliforniju, pogledajte internest stranicu muzeja, koja se nalazi na adresi: <https://mmbhof.org>



godinu, kada je John Finley Scott napravio je prvi poznati brdski bicikl na svetu. Imao je više zupčanika i široke gume s izraženim kramponima. Nazvao ga je „šumskim”. Ako premotamo vremensku mašinu dva desetleća unapred, stižemo do jednog od ključnih momenata istorije biciklizma. Početkom sedamdesetih Scott je bio jedan od ključnih ljudi koji su nagovorili kalifornijsko zakonodavstvo da napiše najsveobuhvatniji saobraćajni zakon kojim se bicikl proglašava vozilom, umesto da se, kao do tada, smatra pešačkim pomagalom i zahteva da ostane na pločniku s pešacima. Ostalo je, što bi se reklo, istorija koju su napisali pobednici - pre svih Joe Breeze, graditelj bicikla koji mi danas nazivamo brdskim. Nov član

porodice bicikala dobio je lakši, a ojačani ram, pouzdanije kočnice, amortizere, a ozbiljne modifikacije doživeli su guvernal i sistem prenosa brzina. Godine 1977. ovakve biciklove vozili su Breeze i njegovi prijatelji kalifornijskim brdima, unapređujući gomilu sitnih patenata kojima su doprineli da obični, pomalo dosadni dvotočkaš postane robusni brdski bajs. Očigledno je da su u tom društvu hipika najposlovniji bili Tom Ritchey i Gary Fisher, koji su započeli su s prvom serijskom proizvodnjom planinskih biciklova. Imena te dvojice danas su nam poznata kao marke biciklističkih proizvoda (Gary Fisher proizvodi bicikle, a Ritchey je marka za razne delove). Masovna proizvodnja počela je 1982. u kompanijama „Specialized” i „Univega”. Danas postoji ogroman broj proizvođača i patenata koji su toliko unapredili brdski biciklizam, da oni gotovo i nemaju puno zajedničkog s „dekinom pedalom” koju su verglali momci s početka naše priče. Na primer, moderne disk kočnice brzo i bezbedno zaustavljaju bicikl i pri najvećim brzinama, dok amortizeri mogu da se sabiju i po osam centimetara. Sve to doprinosi većoj pokretljivosti, udobnosti, ali i bezbednosti. Kada uzjašete svoj bajs, imajte na umu da iza njega stoje generacije pasioniranih vozača, inženjeringa i nekoliko veoma praktičnih poslovnih ljudi. ■



Trčite, biciklirate ili planinarite, a nešto naprasno počinje da vas probada... Da li je ova neprijatnost nekakav signal ili tek prolazna nepogoda?



## Šta može da krene nizbrdo, kada trčite, vozite ili hodate uzbrdo NEŠTO SE POKVARILO

**N**išta ne uništava samopouzdanje trkača, bicikliste ili planinara kao iznenadni bol. Iako se to može dogoditi prilikom bilo koje aktivnosti, kao po pravilu, tegobe u vidu grčeva, pečenja i probadanja, češće je javljaju kada vam je to najmanje potrebno: pred zahtevnu aktivnost kada ne smete da zakažete. Šta činiti? Ako sportista u vama ne želi da odustane, imajte na umu da tvrdoglavost ove vrste može da vam se obije o glavu, jer guranje tela „preko ivice“ obično dovodi do ozbiljne povrede.

Za početak morate utvrditi intenzitet, prirodu i poreklo bola, što je često teško, a posebno u uslovima intenzivne fizičke aktivnosti i povišenog nivoa adrenalina.

### INTENZITET BOLA

Bol je subjektivan osećaj i često je veoma teško odrediti njegov intenzitet. Mnogima je glavni reper zubobolja, u odnosu na koju pozicioniraju svoj bol. Međutim, niti je svako imao zubobolju, niti je ona uvek bila istog intenziteta. Zato je možda najbolje da koristite „skalul bola“.

Pozicionirajte svoj bol na skali od 1 do 10, s tim da je desетка najviši nivo bola. Od 1 do 3 su nelagode koje možete da tolerišete. One ne ograničavaju vaš pokret i nesmetano obavljate aktivnost. Deo skale od 4 do 6 je srednji intenzitet bola koji vas sputava. Vaš organizam više nije tako precizna mašina, a duh i telo počinju da vas izdaju. Dok bol 4 još uvek može da se toleriše, bol 6 je intenzivan, dubok i sputavajući. Deo skale 7 i 8 su jaki bolovi, koji ne samo ograničavaju aktivnosti nego i

onemogućavaju normalno kretanje. U zoni 9 senzacije su izuzetno jake i zahtevaju upotrebu analgetika, dok je 10 stanje u kojem se usled šoka bola gubi svest. Ako se vaš problem kreće nisko na skali - ne treba da brinete i, ukoliko se ne pogoršava, slobodno nastavite da radite to što radite. Ako, pak, bol počne da se penje na skali (iznad 4) - znate šta treba činiti.

### POREKLO BOLA

Možete li uvek pouzdano da odredite šta vas i zbog čega boli? Teško, a posebno ukoliko ste već bili izloženi intenzivnim aktivnostima.

**Povrede** U ovom tekstu izostavljamo fizičke povrede i hronične bolesti. Akcenat je isključivo na akutnim stanjima.

**Unutrašnji organi** Ako ste zdravi i u formi, možete da se kladite da vas ne muči nijedan vitalni organ, te da je pre u pitanju prolazna neprijatnost nego neko ozbiljno stanje.

**Glava** Ukoliko ne patite od migrena, glavobolju možete da pripisete dehidraciji i oscilacijama pritiska, a u oba slučaja od velike pomoći može da vam bude voda.

**Mišići** Dakle, preostaju vam mišići i vezivna tkiva, što sa sobom nosi ogromnu vreću potencijalnih problema i bolova koji mogu da vas spopadnu.

### PRIRODA BOLA

Različite vrste bola možemo opisati na razne načine, što je veoma važno kada treba odrediti prirodu bola. Svako od nas lako može da prepozna grč u mišiću, ali šta je sa „probadanjem iza lopatice“ ili „žarećim osećajem sa strane trupa“. Da li je bol intenzivan i stalni, ili probadajući? Možda osećate pulsiranje? Bitno je da dobro procenite vrstu bola koji osećate, jer ćete u nastavku teksta imati priliku da prepoznate tegobe koje nas najčešće tište.

### Bol u leđima

**Kako se manifestuje:** Osećaj stiskanja ili oštar bol između lopatica  
**Zašto se to događa:** Verovali ili ne,

### JOŠ NEKI BOLOVI

#### Bol u nogama

Stežuća, oštra ili pulsirajuća bol u potkolenicama, u delu ispod samog kolena nastaje usled preopterećenja mišića. Napravite pauzu i opušite noge horizontalno. Čučanje i sedenje na visokom osloncu ne pomaže.

#### Bol u grudima

Oštar, probadajući, ograničavajući bol, koji onemogućava duboki udah - nije znak srčanog udara. On je prouzrokovao nepravilnim držanjem i zato istezanje i kratke vežbe dubokog disanja pouzdano pomažu.

#### Bol u anusu

Duboka, potmula bol anusa javlja se usled preopterećenja, najčešće dugog hodanja. Sfinkter usled gravitacije trpi opterećenje, što se manifestuje bolom. Ležite na leđa savijenih kolena, odmorite i proći će. Ne treba mazati - nisu hemoroidi!

#### Bol u ruci

Trnuća, stežuća ili oštra bol u ruci može da bude znak infarkta, ali možemo da se kladimo da nije. Ukoliko nosite ranac na leđima, bez obzira na njegovu težinu - to je. Napravite nekoliko krugova rukama iz ramena - kao rukom odneto.



ova vrsta boli često je povezana s asimetrijom kuka i uglavnom pogađa žene koje su rađale, osobe s profesionalnim ili sportskim deformacijama, neadekvatno tretiranim povredama... Sa druge strane, slične probleme mogu da imaju i osobe s nepravilnim držanjem, jer se usled savijenih ramena i glave isturene napred stvara ogroman pritisak na mišić leđa.

**Šta činiti:** Opišite desetak širokih krugova rukama iz ramena. Nakon toga, opustite ruke, spojite ih iza leđa i odijžite, savijajući se pritom celim telom ka napred. Kada se sasvim savijete glavom prema zemlji, dozvolite da vam ruke slobodno vise spojene iza leđa. U ovom položaju malo savijajte i opušajte kolena. Ovo lagano

cimanje pomaže kod opuštanja mišića koji obuhvataju lopatice.

### Grč stopala

**Kako se manifestuje:** Oštar bol u luku stopala - može se osetiti kao da se savija i povlači nagore  
**Zašto se to događa:** Grčevi u stopalu mogu biti uzrokovani neravnotežom elektrolita - hemikalija u telu koje regulišu funkcije kao što su kontrakcije mišića. Kada izgubite previše tih hranjivih materija kroz znoj, električni impulsi u vašem telu mogu malo da pobrljave, što dovodi do grčeva mišića i grčeva u stopalu. Grčevi u stopalima takođe mogu signalizirati zamor. Najzad, često su ove tegobe dobar pokazatelj neadekvatne obuće koja







opterećuje pojedine delove stopala i ne pruža dobru potporu. Ako luk stopala nema odgovarajuću „krivulju“ na ulošku, on će početi da trpi veliko opterećenje. A gde je opterećenje - tu su i grčevi.

**Šta činiti:** Ako vam kažu da se u slučaju grča ubodete iglom u nogu, najljubaznije im se zahvalite. To nikada nikome nije pomoglo. Ali ovo jeste! Stanite uspravno i svu težinu prebacite na stopalo u kojem osećate grč. Kada bol popusti, odredite poreklo i prirodu bola. Ukoliko ste iscrpljeni, napravite mini pauzu, nadoknadite elektrolite nekim suplementom (preporučujemo magnezijum) rastvorenim u vodi. Ako je uzrok vašeg bola neadekvatna obuća, može da vam pomogne mala obućarska majstorija. U cipelu, ispod uloška, u delu luka stopala, stavite savijenu maramicu. Tako ćete dati jaču potporu stopalu, a maramica se neće raspasti već nakon nekoliko koraka.

#### Grč

**Kako se manifestuje:** Od blagog do oštrog bola ili osećaja stezanja, koje pogađa velike mišiće.

**Zašto se to događa:** Postoje dva potencijalna krivca, neravnoteža elektrolita i loša obuća - ona s nižim „padom“ (razlika između vi-



#### MOŽE DA POMOGNE

Zagrevanje i istezanje je obavezan uvod ne samo za naporno vežbanje u teretani ili trčanje, već i za sve druge fizičke aktivnosti. Planinari i biciklisti to često zaboravljaju. Takođe, zaboravlja se i važan ritual istezanja nakon raznih sportskih napora. Na taj način omogućavate mišićima da se lakše opuste.

sine prstiju i pete). Elektrolite smo objasnili, ali ne i ovu vrstu problema s obućom. Naime, hodanje na prstima je prirodno stanje, kako kod životinja, tako i kod ljudi. Zbog suviše ravne obuće javlja se veće opterećenje velikih mišića nogu i trupa, a posebno leđa, što se posebno oseća tokom

dugotrajnih aktivnosti. Nekada doslovce pet milimetara pravi ključnu razliku.

**Šta činiti:** Najefikasniji lek za svaku vrstu grča jeste istezanje pogođenog mišića. Dakle, ne hvatajte ga rukama, nego ga istegnite. Nakon toga nadoknadite elektrolite i odmorite.

#### KADA TREBA UKLJUČITI ALARM

##### Bol u grudima

Kada se javi izrazito jak, parališući bol, stezanje u sredogrudi i gušenje, treba posumnjati na infarkt (srčani udar). Bol se kreće u zoni iznad 7 i u nekim slučajevima može se proširiti u ruku, vilicu ili trbuh. Sa druge strane, kod dijabetičara infarkt srca može proći bez karakterističnih bolova, jer su kod njih oštećeni nervi koji treba da prenesu osećaj bola zbog visokog šećera u krvi. Ne treba rizikovati i odmah potraži pomoć lekara.

##### Bol u boku

Intenzivna probadajuća ili žareća bol oko pupka i desnoj donjoj strani stomaka i boku, ukoliko je praćena mučninom i povraćanjem, najčešće ukazuje na upalu slepog creva. Na skali bola, ova tegoba zauzima zone od 5 do 8. Potražite pomoć lekara - nije za šalu.

##### Bol u stomaku

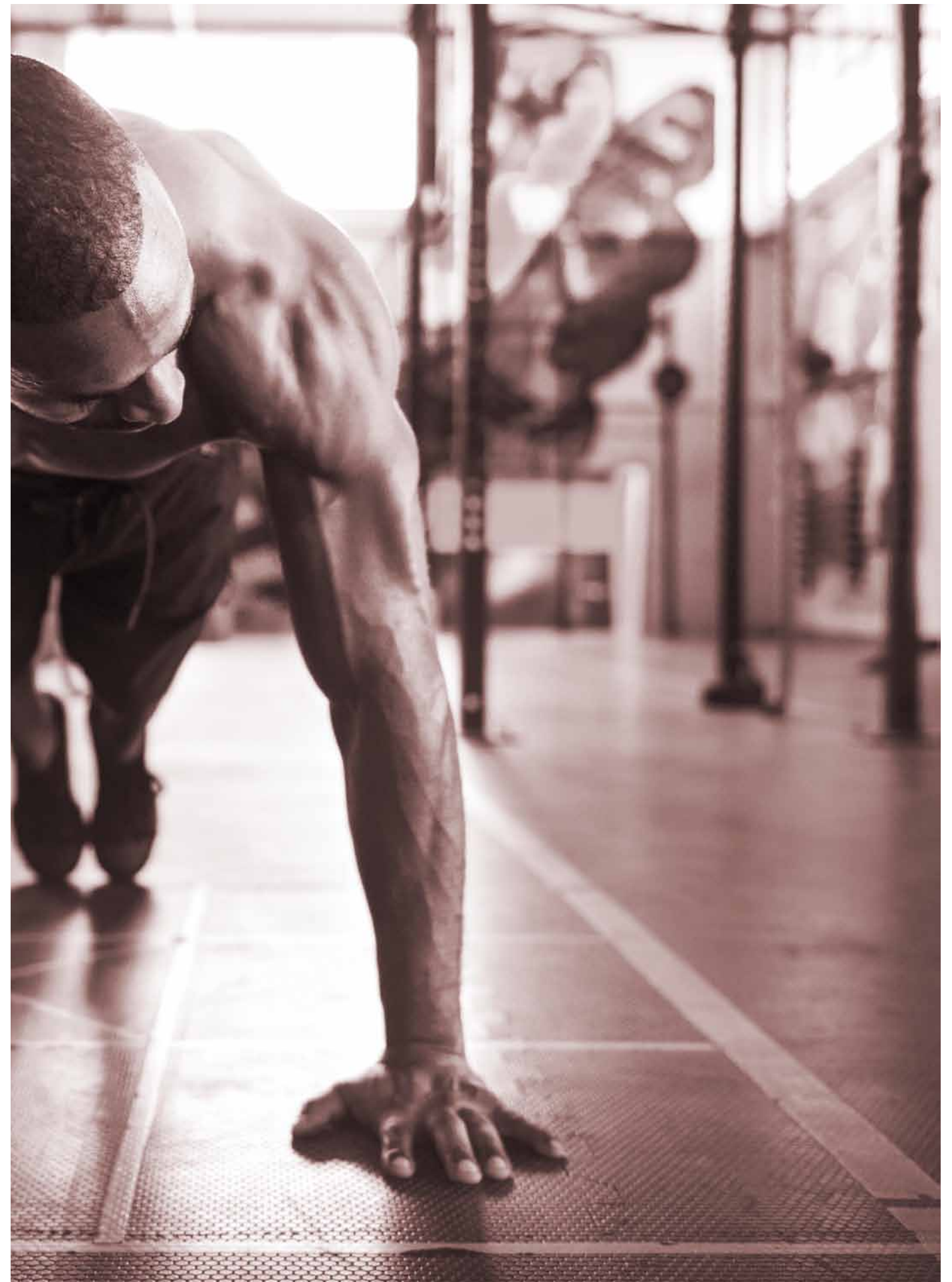
Tupa bol u donjem stomaku koju prati osećaj težine, obično ukazuje na upalu mokraćne bešike. Ovo stanje se najčešće javlja ukoliko ne unosite dovoljno vode, te počinju da bujaju mikroorganizmi. Najugroženiji su učesnici ekspedicija, jer se usled dužeg boravka na velikim visinama usporava metabolizam, pa tako smanjuju mokrenje i defekacija, što sve pogoduje razvoju upale. Bol se kreće u rasponu od 4 do 7. Treba što pre potražiti pomoć lekara. Leči se antibioticima, a lekar će vam reći kojim.

#### Bolni bok

**Kako se manifestuje:** Intenzivno probadanje ispod rebra, obično na jednoj strani

**Zašto se to događa:** Ne, nije to znak nikakve smrtonosne bolesti. U pitanju je loše disanje i vaša dijafragma vam to signalizira pre nego što se zbog plitkog disanja stvari dodatno iskomplikuju.

**Šta činiti:** Stanite uspravno, s ramenima blago povučenim unazad. Udahnite duboko nekoliko puta, ali ne tako što ćete nadimati grudni koš, već pokretima dijafragme (najbolje se opisuje „odizanjem stomaka“). Nakon toga, udahnite duboko i zadržite dah pet sekundi. Izdahnite i ponovite ovo nekoliko puta. Na kraju ponovo napravite nekoliko dubokih udaha. Bol ispod rebra trebalo bi da postane loša uspomena. ■





# Izbor UŽARIJE za penjanje



**Donosimo vam izbor od 10 vrsta  
užarije različitih proizvođača,  
koje su se u 2018. godini najviše  
prodavala na američkom tržištu**





# UŽAR I JA

## Mammut Infinity

**Okvirna cena:** 210 €

**Dobre osobine:** Dobar balans težine, rukovanja i izdržljivosti

**Zamerke:** skup

**Prečnik:** 9,5 mm

**Težina:** 58 g/m

**Vrsta:** single

Uže dobro za razne namene, nije specijalizovano za neku posebnu svrhu.



## Sterling Evolution Velocity

**Okvirna cena:** 175 €

**Dobre osobine:** lagano za svoj prečnik, meko

**Zamerke:** skupo

**Prečnik:** 9,8 mm

**Težina:** 62 g/m

**Vrsta:** single

Dobro za zahtevne terene gde se očekuju neke poteškoće pri penjanju.



## Maxim Pinnacle

**Okvirna cena:** 175 €

**Dobre osobine:** lako rukovanje, izdržljivo

**Zamerke:** Teško za svoj prečnik, visok indeks udarne sile.

**Prečnik:** 9,5 mm

**Težina:** 61 g/m

**Vrsta:** single

Uže dobro za napredno sportsko penjanje.



## Black Diamond 9,9mm

**Okvirna cena:** 67 €

**Dobre osobine:** lako rukovanje

**Zamerke:** teško

**Prečnik:** 9,9 mm

**Težina:** 64 g/m

**Vrsta:** single

Dobro za početnike i veštačku stenu.

## Beal Booster III

**Okvirna cena:** 130 €

**Dobre osobine:** Izdržljivo, nizak indeks udarne sile

**Zamerke:** pomalo kruto i pomalo previše rastegljivo

**Prečnik:** 9,7 mm

**Težina:** 61 g/m

**Vrsta:** single

Pokazalo se dobro pri padovima.



## Edelrid Boa Pro Dry

**Okvirna cena:** 147 €

**Dobre osobine:** Ne previše skup, dostupno u raznim paternima

**Zamerke:** ne previše izdržljivo

**Prečnik:** 9,8 mm

**Težina:** 63 g/m

**Vrsta:** single

Solidno uže za one koji ne bi da potroše previše novca



## Petzl Arial

**Okvirna cena:** 150 €

**Dobre osobine:** Lagano, lako za rukovanje

**Zamerke:** Ne previše izdržljivo, skup

**Prečnik:** 9,5 mm

**Težina:** 58 g/m

**Vrsta:** single

Dobro za sportsko penjanje.



## Trango Lotus

**Okvirna cena:** 165 €

**Dobre osobine:** Pokazalo se dobro pri padovima.

**Zamerke:** pomalo se uvrće.

**Prečnik:** 9,9 mm

**Težina:** 62,6 g/m

**Vrsta:** single

Uže dobro za „lead“ penjanje.





# U Ž A R I J A



FOTO: PEXELS



# UŽARIJA

## BlueWater Ropes Lightning Pro

**Okvirna cena:** 146 €

**Dobre osobine:** lagano za svoj prečnik.

**Zamerke:** brzo se haba

**Prečnik:** 9,7 mm

**Težina:** 61 g/m

**Vrsta:** single

Uže sa razumno cenom, ali koje se nije najbolje pokazalo pri testovima



## Edelweiss Curve Unicore Supereverdry

**Okvirna cena:** 170 €

**Dobre osobine:** Pokazalo se dobro pri padovima.

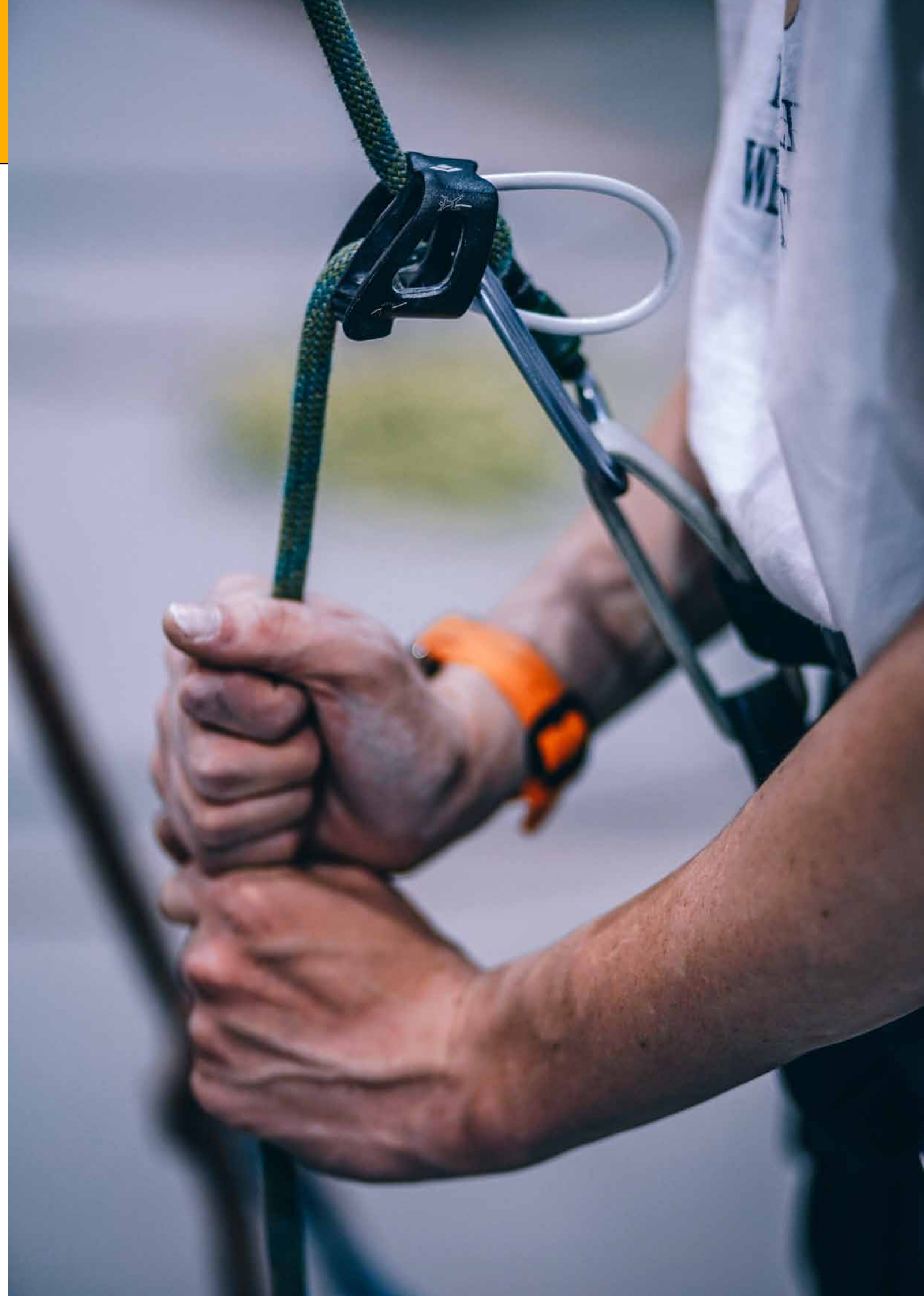
**Zamerke:** Teško

**Prečnik:** 9,8 mm

**Težina:** 64 g/m

**Vrsta:** single

Teško uže ne previše dobro za „top rope“.





ULTRA TRAIL

ULTRA TRAIL

Lavaredo ultra trail 2018.

# Tko preživi - - njegovo je brdo



Lavaredo ultra trail trči se 120 kilometara sa 5.800 metara visinske razlike. Start i cilj utrke su u Cortini D'Ampezzo u Italiji, na obroncima prekrasnih Dolomita...

TMC

10.11.18. Moja planeta







Negdje malo poslije osam sati ujutro na brzinu sam prošao kroz šator na kontrolnoj točki broj tri. Pojeo malo sira i jednu šluc krafnu. Progurao se kroz gomilu trkača kako bih napunio mekane hidropackove boce sa izotoničnim napitkom primjerene osmolarnosti i brzo s klopom u lijevoj ruci otrčao u obližnji planinarski dom „Auronzo“. Ovdje sam zadnji puta bio prije otprilike pet godina sa Vedranom i tada smo penjali Cimu Piccolu aka Kleine Zinne. Tek nekoliko nas, koji znamo shemu, ovdje se sklonilo, u zagrijani prostor, kako bi na kratko predahnuli od tehnički zahtjevnih i strme dionice od jezera Misurina. Pomalo nabrijan od nadmorske visine, vjetra, hladnoće i trčanja po noći izmasirao sam si noge, popio solnu tabletu i dodao na sebe nešto zaštitne opreme protiv vjetra koji će solidno puhati slijedećih nekoliko sati. Uskoro, nakon otprilike sata, stigao sam moga klupskog prijatelja, vrlo dobrog, snažnog trkača, Petra Šokčića, te smo utrku po Dolomitima, sve do mrklog mraka, nastavili u tandemu. Bilo nam je prelijepo više od 24 sata trčati po planinama južnog Tirola. Osim statičnosti prirode ovdje je u stijenama i putovima utkana i dinamična povijest ljudskih života, smrti, ratovanja i mirenja. Suživota i njegove suprotnosti Austrijanaca, Ladinaca i Talijana u surovim planinskim uvjetima!

Južni Tirol, većinom je naseljen austrijskom nacionalnom manjinom. Pripao je Italiji nakon prvog svjetskog rata Sporazumom iz Saint Germaina. U vrijeme donošenja novog talijanskog ustava, 1946. godine, Italija i Austrija su postigle dogovor o davanju velike autonomije ovoj

regiji. Međutim, i pored dogovora rasla je napetost između nacionalnih korpusa, te je pitanje Južnog Tirola dospjelo i pred Opću skupštinu UN-a.

Tadašnji pregovori iz 1961. godine su propali zbog brojnih terorističkih napada i pritisaka koje su izvodili austrijski separatisti. Deset godina kasnije postignut je dogovor, prema kojem ovo područje dobiva široku autonomiju. Beč je tada obećao da se do daljnjeg više neće miješati u južnotirolske unutarnje poslove.

Nakon dogovora, nekim čudom, prestale su separatističke prijetnje i diverzije. Kako bi se zatečeno stanovništvo udobrovoljilo, zaposlilo i pacificiralo vlade Italije i Austrije razradile su koncept razvoja turizma za Južni Tirol i područje Dolomita općenito. Dodatno je u novije vrijeme položaj Južnog Tirola poboljšao i ulaskom Austrije u EU. Ipak i dalje, negdje u prikraku, vrijedi, prisutna i vidljiva je parola „Free Tirol“.

Svem tome prethodili su politički i vojni okršaji u prvom svjetskom ratu između Austro-ugarskog carstva i raspadanju i Kraljevine Italije na čelu sa Savojskom dinastijom i kraljem Viktorom Emmanuelom III. Kraljevina Italija objavila je tako 23. svibnja 1915. godine rat Austro-Ugarskoj Monarhiji. Prethodno se uz garancije distancirajući od Sila Osovine i pridruživši se Antanti. Ovim ispravnim manevrom, nakon tajnog Londonskog sporazuma, očekivala je pri podjeli ratnog plijena dobiti teritorije Trentina, Istre i dijela Dalmacije. Austro-ugarska vojska tada se povukla iz Cortine d'Ampezzo grada koji je bio pod njihovom upravom od 1511. godine. Vojska se utvrdila na

prijevoju Valparola u tvrđavi Tre Sassi, udaljenoj dvadeset kilometara od Cortine. Skrivena između dolina Ampezzo i visoke Val Badie, sagradili su je Austrijanci između 1897. i 1901. kao utvrdu protiv napada Talijana iz Falzàrega i Valpara. Talijanski maršal Luigi Cadorna prethodno je dobro postavio svoje trupe u regiji Veneto. Propast Austro-ugarske već je bila potpuno izvjesna, kao i propast Ruskog i Njemačkog carstva. Trebalo je još samo završiti obiteljsku prepirku kako je beskrajno ljut, u Fury roadu, konstatirao Bullet farmer, uz People eathera, prvi suradnik Immortan Joea!

Borbeni tuneli, jame i hodnici izbušeni u ogromnim stijenama Cime di Lavaredo, Tofana di Roses, Cinque Torri, Marmoladi i drugim planinama i danas svjedoče o tim za pojedince i čitave vojske mučnim vremenima. Tih godina Velikog rata rovovi su ovdje bili puni glodavaca kojih je bilo toliko da su ljudi morali upotrebljavati bojne otrove, najčešće difozgen i iperit, kako bi ih uništili. Sve je bilo vlažno i mokro tako da su vojničke noge nalikovale na raskvašeni papir. Hladnoće su bile nesnosne. Pothlađenost svakodnevna. Sunce je, kada bi se rijetko pojavilo pržilo glave i tijela ošamućenih vojnika. Hrana je bila oskudna. Logistika neoperativna. Osim ljudi morala se nahraniti i tegleća marva. Konja i mazgi bilo je nekoliko tisuća. Svako grlo trebalo je deset kilograma hrane dnevno. Granatiranja po položajima i iznad njih po stijenama bila su svakodnevna. Milijuni šrapnela od željeza i kamena frcali su unaokolo pogađajući tijela i režući tkiva soldata. Zbog lavina, gro-mova i padova sa visine umrlo je na tisuće ljudi. Čuven je slučaj Bijelog petka od trinaestog prosinca 1916. kada je u potaknutim lavinama sa obje strane poginulo 2.000 vojnika i nešto civila.

Mnogobrojne žičare koje danas vode do vrhova, ferate (klinčani putovi) koje planinarima olakšavaju uspon kroz dolomitske stijene i ceste koje se po serpentinama vijugavo uspinju do visokih planinskih prijevoja, svoje trase imaju zahvaliti razdoblju Velikoga rata.

Na cijeloj ratnoj infrastrukturi Prvog svjetskog rata, tek sredinom šezdesetih godina 20. stoljeća, počeo se na ovome području razvijati turizam. Izgrađeni su veliki smještajni kapaciteti, dorađeni putovi i opskrba. Radna snaga je uvezena ili su prekalificirani Tiroinci koji su htjeli i mogli raditi. Svi domicili kojima nakon prijašnjih diverzija i dva rata to nije bilo bedasto i dosadno. Pogon se pokrenuo! Danas Južni Tirol ima oko 30 miliona noćenja sa prosječnom iskoristivosti kreveta od 145 dana.

Glavina turista dolazi iz gospodarski jakih područja rijeke Pad, ostatka sjeverne Italije, Bavarske, Švicarske, Francuske i toga geografskog dijela Europe prema kojemu se dimenzionira ponuda i potražnja i prilagođava turizam u Južnom Tirolu i dalje u Dolomitima.

Među milionima turista iz urbaniziranih metropolitanskih područja Europe koji većinom upražnjavaju skijanje, zimsku rekreaciju i zezanciju, ovdje instant uzbuđenje u kolosalnim stijenama pronalaze alpinisti, sportski penjači, planinari i turni skijaši. Po okolnim stazama okupljaju se izletnici. Na asfaltiranim cestama cestovni biciklisti. Svoju sportsko-rekreativnu nišu ovdje su, objedinivši sva obilježja terena, pronašli i trail trkači.

Oni se svake godine pred kraj mjeseca lipnja okupljaju

## Nešto o trailovima

Prema Internacionalnoj udruzi za trail trčanje (ITRA - International trail running association), trail-trčanje je trkačka i/ili hodačka utrka, u prirodnom okruženju (planina, pustinja, šuma, brdo, ravnicu i drugo) s tek minimumom popločenih ili asfaltiranih cesta i putova (ne smije prelaziti 20% od ukupne dužine utrke). Teren može varirati u geomorfološkom smislu (makadami i prašnjave staze, šumske staze, pojedinačne staze, staze uz mora, rijeke, jezera, prijevoji, vrhovi brda i planina itd). Uglavnom postavljen je prepušteno na maštu, znanje i sposobnost organizatoru. Ruta odnosno put utrke mora biti na pravilan i primjeren način označen. Utrke su vremenski limitirane.

Trkači moraju biti poluautonomni ili rijetko autonomni (što znači da trkač mora biti neovisan u smislu opreme, komunikacije, hrane i pića). Obaveza mu je također poštovati sportsku etiku, lojalnost, solidarnost i okoliš. Kod nas u Slavoniji jedina utrka koja ima ITRA certifikat je Podunavlje trail.

ITRA je ove godine godine kroz Statut usuglasila definiciju staza sa pravilima natjecanja International Association of Athletics Federations (IAAF-om). Stara klasifikacija, koja se temeljila na udaljenosti (bez uzimanja u obzir visinske razlike), nije mogla pravilno vrednovati uloženi trud i napore trkača. Na primjer dvije utrke od 100 km, ali s vrlo različitim visinskim razlikama bile su u istoj jakosnoj kategoriji.

Sada se vrednovanje utrka temelji se na istim kilometražama ali se boduje u odnosu na visinsku razliku i pretpostavljeni napor koji trkač mora uložiti da bi tu razliku savladao.

Ova nova klasifikacija, implementirana je u ožujku 2018. Ima sedam različitih kategorija trailova (od XXS do XXL) koji su povezani s novim ITRA bodovima prema sljedećoj tablici:

Kategorija	ITRA bodovi	Kilometraža	Približno vrijeme pobjednika
XXS	0	0-24	1h
XS	1	25-44	1h30 - 2h30
S	2	45-74	2h30 - 5h
M	3	75-114	5h - 8h
L	4	115-154	8h - 12h
XL	5	155-209	12h - 17h
XXL	6	>=210	> 17h

na jednoj od tri najprestižnije ultra-trail utrke na svijetu. Na legendarnom Lavaredo Ultra Trail-u.

Naime, za pristupiti ovakvoj utrci moraš imati bodove koji se prikupljaju na drugim trail utrkama i koji se evidentiraju na i-tra.org (International trail running association) pod tvojim imenom. Osim toga, utrka je limitirana na 1.500 sudionika plus stotinjak VIP trkača tako da ti prethodno prikupljeni bodovi ne garantiraju upad, nego se metodom lutrije izvlače sretnici koji će dobiti priliku platiti kotizaciju i







sudjelovati na trci. Za 2018. godinu i dvanaesti LUT bilo je približno 3.000 prijavljenih. Polovica njih otpala je na lutriji već prije nego su startali. Zbog svega je bila sreća i zadovoljstvo što smo čak nas trojica iz SRK „Žuti šešir“, Osijek upali na utrku i završili ju. Osječki trkači na LUT-u, koji se trči pod parolom „Live the Dolomite Experience“, bili su Petar Šokčić, Dario Majetić i Tomislav Bilandžić - Bill. Osim nas Osječana, iz Hrvatske je nastupalo još 14 natjecatelja, od kojih je deset završilo utrku. Najboljima su se pokazali dalmatinci jer je Ante Pešić Golub postavio novi hrvatski rekord na ovoj utrci od 16:54:20 h.

Lavaredo ultra trail trči se 120 kilometara sa 5.800 metara visinske razlike (gore+dolje). Konvencionalni cestovni trkači, pa i oni koji trče ultramaratone možda si teško mogu predočiti ovu visinsku razliku, no kratko rečeno - brutalna je! Moglo bi se reći da je to više od dva uspona na Triglav i to ne s nekog od planinarskih domova, već s morske razine (od 0 m) i nazad dolje. Ili u domaćoj verziji - tri i pol tupa puta na vrh Biokova, Svetog Juru, s plaže u Makarskoj put Makra i natrag!

Start i cilj utrke su u Cortini D' Ampezzo u Italiji, na obroncima prekrasnih Dolomita, točnije na 1.250 metara nadmorske visine. Staza je otprilike kružna i prolazi kroz šume, doline, pokraj planinskih jezera, preko potoka, snježnih nanosa, gigantskih stijena i planinskih prijevoja na skoro 2.500 metara visine. Startali smo u petak, 22. 06. u 23 sata navečer, tako da se prvih nekoliko sati trči po mraku, uz svjetlo čeone lampe, uskom planinarskom stazom, većinom kroz šume. Ujutro smo stigli na visinu od 2.333 metra i okrepnu stanicu u blizini Rifugio Auronzo (planinarski dom) koji se nalazi u blizini spektakularnih i planinarima poznatih, a alpinistima očaravajućih vrhova Tre Cime di Lavaredo po kojima je utrka dobila naziv. Zatim slijedi dugačko i tehnički zahtjevno spuštanje, sve do 66 kilometra i odmorišta Cimbancha gdje je bila glavna okrepna stanica tzv. tranzitna zona i gdje smo si u vrećama sa svojim startnim brojevima mogli poslati rezervnu odjeću, hranu, gelove, rehidraciju odnosno sve što smo mislili da će nam trebati za dalje u utrci. Od ovoga mjesta za većinu



trkača počinje trkačko nadmudrivanje sa samim sobom i drugim natjecateljima. Ovisno kako si rasporedio snagu i procijenio svoj stvarni psiho-fizički potencijal i energetske rezerve tako ćeš nastaviti utrku ostalih cca 60 km. Ako nisi dobro pripremljen, osposobljen, ako si prehladen, virozan, sa začepljenim nosom, prenapregnut, zbunjen, nedovoljno usredotočen i sa drugim tegobama i sitnicama, možeš završiti kao Lazar, bez mogućnosti da te netko drugi podigne. Upravo tako se osjećao naš klupski prijatelj Tomislav Bilandžić-Bill koji osim što se manje pripremao za utrku nego mi još je bio i blago prehladen. Svoje dvojbe i krize nam je plastično opisao kada je došao na cilj: „Govorim sebi idem još malo, još malo, do slijedeće kontrolke pa ću onda odustati, ali kako je krajolik bio sve ljepši i atraktivniji, stalno me vukao da vidim što se krije iza slijedećeg brda, pa sam tako zapravo, malo po malo, od okrijepe do okrijepe i izgurao cijelu trku.“

Najljepši i najzahtjevniji dio staze kreće negdje od 80 kilometra. Iako je praktički do 90 km konstantan uspon, stazu presijecaju planinski potoci kojih ima prilično, jer se na većim visinama topi snijeg, pa smo na par mjesta tražili



## Povijest trailova

prijelaze i preskakali preko vode, a mnogi su u patikama i do koljena gazili preko hladnih potoka. Ovdje se nalazi nekoliko simpatičnih drvenih mostova preko dubokih kanjona, okoliš je obrastao grmolikom crnogoricom, a tlo kamenito, s ogromnim boulderima i visokim okomitim stijenja svugdje naokolo. Kako je dan bio sunčan i vedar nebo nam je bilo beskrajno plavo! Na ovoj dionici prošli smo kroz cijelu Val Travenanzes jedanu od najljepših europskih planinskih dolina! Nakon uspona i izlaza iz doline koju uzdužno presijeca kanjon opet široki vidici, svježi planinski zrak i planinarski domovi na izuzetnim lokacijama. Nadasve ljubazni volonteri na okrepama! Posljednjih vrlo strmih 20 kilometara većinom je nizbrdica (na koje smo prethodno bili upozoreni kao na tehnički najzahtjevniji dio) odradili smo u sporijem tempu, te u cilj u Cortinu dolazili u razmacima od 23 sata i 30 minuta i 3 sata i 20 minuta ujutro. Limit utrke je bio u 5 ujutro! Kako smo pristizali, tako smo zalijegali kao klade u auto, te čekali posljednjeg od nas! Oko pet smo bili u apartmanu u kojemu smo se izležavali cijeli dan i lizali rane.

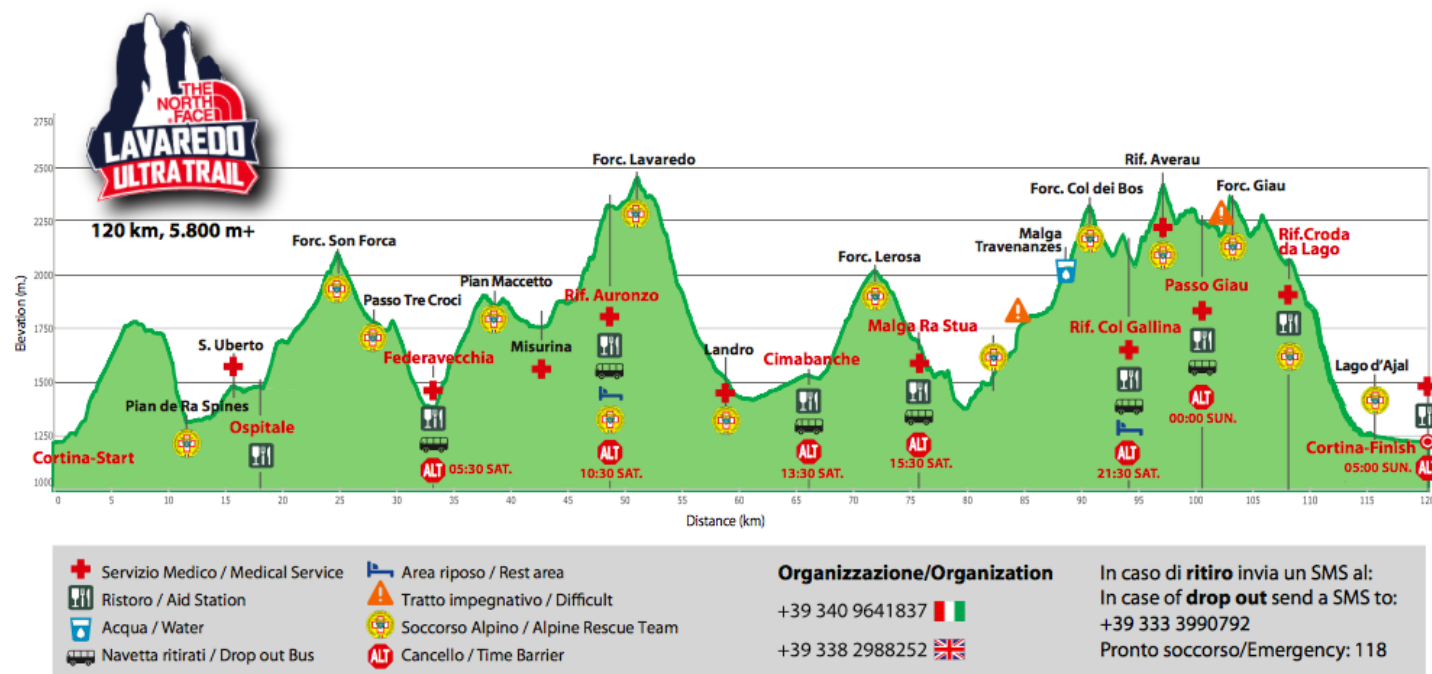
S obzirom da na LUT utrci svake godine otpadne gotovo trećina trkača (ove godine preko 400), što zbog iscrpljenosti, hladnoće, ozljeda ili opće nepripremljenosti, možemo biti super zadovoljni što smo finiširali na ovom zahtjevnom terenu i što smo na sreću, prošli bez bilo kakvih ozljeda ili nezgoda. Također, ove smo zime odradili stvarno solidne pripreme (koliko se god to može na Papuku), a hrpu korisnih savjeta vezano uz ovaj konkretan trail dobili smo od profesionalnog trenera Damira Meseca koji je ovu utrku završio već nekoliko puta i kojem iskreno zahvaljujemo na svim dobrodošlim informacijama i sugestijama.

Povijesno se godine za ultra trailere broje od 1974. kada je Gordy Ainsleigh prvi stao na prašnjavu startnu ravninu zajedno sa i protiv konja i jahača na Western States Trail poznatom i kao Tevis Cup, „100 Miles - One Day“ Ride kako bi dokazao da može od Salt Lake City u Utahu, preko Great Basin i dalje preko Sierra Nevade do Sacramento u Californi po autentičnoj indijanskoj ruti, pobijediti jahače na konjima. Sve u 24 sata! To mu je i uspjelo iz prvog pokušaja!

Dalje se priča i dalje razvijala u Sjevernoj Americi sa Leadvill trailom 100 i zajednicom ultra trkača koji su se svake godine okupljali na druženjima i zajedničkim treninzima. Devedesetih priča prelazi veliku baru. Utrke se sve više događaju u Europi prvenstveno u alpskom području gdje se od 2003. godine održava i neformalno svjetsko prvenstvo u ultra trailu Ultra-trail du Mont Blanc - UTMB. Trenutno diljem svijeta organizira se na tisuće trail utrka. Hrvatska se ističe na trail mapi svijeta po organizaciji stotinjak utrka od Slavonije do Dalmacije. Najvažnije i najljepše utrke u hrvatskoj su Dalmacija ultra trail, 100 milja Istre, Velebit ultra trail, Učka trail, Krk island trail. Postoje i nekoliko neformalnih trail liga. Slavenska trail liga sastoji se od slijedećih utrka: Neptun trail, Jugovača trail, Baranja trail, Popišanac trail, Podunavlje trail, Zdrat trail, Papuk trek&trail, Božićni Krndija trail.

Dakle ovo je jedna vrhunski organizirana utrka iz Ultra trail world tour serije. Priroda je nevjerojatna i preporučljiva je svima koji vole trail i imaju mogućnosti i energije da se okušaju na Lavaredo Ultra Trail-u.

DARIO MAJETIĆ







# ŠARA

Šarplaninski Sky Extreme je održan  
11. avgusta na Kosmetu, po treći  
put a nakon godinu dana pauze...





FOTO: MILAN KOPČOK

FOTO: DRAGAN STOIKIĆ

**Š**arplaninski Sky Extreme je održan 11. avgusta na Kosmetu, Opština Štrpce. Po treći put a nakon godinu dana pauze.

Ova trka je novo poglavlje kad je u pitanju planinsko trčanje na Balkanu. Prvi Extreme format u JI Evropi sa bodovanjem za najveću trku sveta - Ultra trail Mont Blanc. Dovoljno govori evolucija ITRA sa ocenom 13 i to crne boje što je najteža ocena ikad na ovim prostorima <https://tracedettrail.fr/fr/trace/trace/65349>.

Pored toga Sky Extreme format je u okviru ISF asocijacije i samo par zemalja sveta mogu da se pohvale ovim trkama:

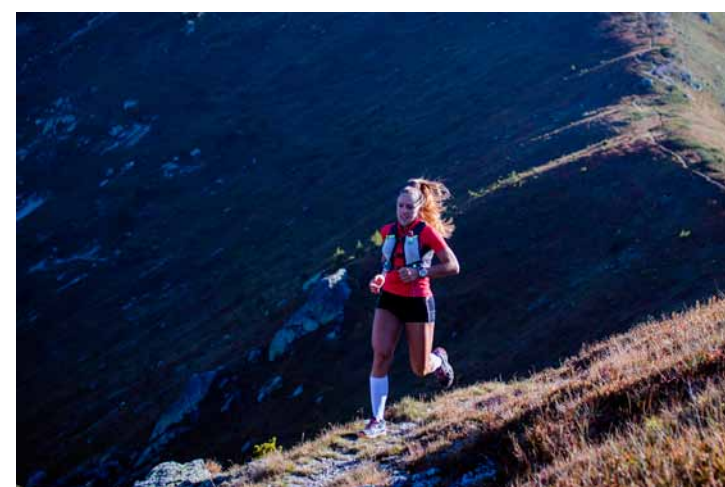
<https://www.skyrunnerworldseries.com/all-races/>  
U 52 km trkače je dočekalo 4.800 m uspona, vrhovi

Ljuboten, Livadica, Piribreg, Crni Kamen i Jezerska čuka. Kroz udoline gde su jezera, potoci i čuveni Durlov potok. I to sa sve startom u centru Štrpca (Sirinička župa). Da li treba napomenuti da je samo šest učesnika završilo ovu trku? I ne samo to, nije postojala ženska konkurencija! Očekivano je bilo da će biti vrlo napeto i zanimljivo, Bazić sa Kopaonika je konstantno vodio ispred Opere (Hrvatska) i Šarpa (Britanija) ali je na 40. kilometru odlučio da odustane. Finalni predak je Opara, Šarp, Dukić.

Pored te staze, bila je i kraća na 34 km koja isto nije bila nimalo laka. Više od 40% trkača nije uspeo da završi trku (odustajanje ili probijanje limita). Na ovoj trci pobjedu je odneo Danijel Lončarević iz Bečeja a kod žena Eva Tušar Suhadolc iz Slovenije. ■







*U subotu 22. septembra u Babinom polju, dvadeset trkača je imalo tu čast da se oproba na najlepšoj planini Balkana....*

**N**acionalni park „Prokletije“ je po treći put poligon za ljubitelje nebeskog trčanja, dok je domaćin bio Planinarsko-sportski klub „Hrid“. Na teritoriji Opštine Plav u Crnoj Gori održana je finalna međunarodna trka u okviru Srpske skajraning

asocijacije za 2018. godinu. Samo za najbolje i najupornije – skaj master format. U subotu 22. septembra u Babinom polju, dvadeset trkača je imalo tu čast da se oproba na najlepšoj planini Balkana.

Na startu, u katunima PSK „Hrid“, sunčano, staza od 29 km sa 1.600 m uspona. Ruta je išla preko 2.500 m n.v. starim graničnim stazama JNA, tik uz Albaniju.

Prvi na cilj je stigao Dušan Bazić sa Kopaonika, sa vremenom 2 sata i 59 minuta, drugoplasirani je bio Aleksandar Božović iz Požege, sa vremenom 3 sata i 20 minuta, dok je trećeplasirani bio Danijel Lončarević iz Bečeja, sa zaostatkom od dva minuta.

Treba napomenuti da je lokalni takmičar Esad Redžematović bio četvrti, što je ogroman uspeh, s obzirom na to da mu je ovo bila prva nebeska trka.

Najbolji rezultat u ženskoj konkurenciji zabeležila je Snežana Đurić iz Kragujevca, sa vremenom 3 sata i 50 minuta. Drugo mesto je zauzela Miluša Bošković iz Kotora sa vremenom 4 sata i 18 minuta, dok je trećeplasiranoj Mariji Sekulović bilo potrebno 4 sata i 28 minuta da stigne do cilja.

Treba napomenuti da su Prokletije same po sebi veliki izazov i to zna svaki ljubitelj planine. Ne pružaju dobru infrastrukturu, ali zato pružaju nestvarne

## Rezultati

**Rezultate trke** možete videti na internet stranici:

<https://trka.rs/event/97/>

**Promo film trke** možete pogledati na internet stranici:

<https://youtu.be/CZa6tHENui8>

pogleda, izazove i ostaju večno u memoriji svakog ko krene put „Trojanovih planina“. Toplo preporučujemo svima da skinu GPX zapis i krenu ovom stazom. Potražite trek na ovoj stranici:







<http://skyrunning-serbia.com/kalendar2018/prokletije2018.html>

Pored Hridskog jezera (za koje je još čuveni Cvijić pisao da je najlepše gorsko jezero Balkana), možete izaći na Tromeđu, Maja Rops 2.501 mnv (najviša tačka trke) odakle puca pogled na Đeravicu. Katuni imaju struju, peć na drva, kuhinju, vodu...

Iako je surov i nepristupačan prilaz, koji inače krasi Prokletije, organizator je uspeo da omogući i prenos uživo putem drona i 4G mreže u rejonu Bogičevce iznad 2.000 mnv.

Sportska manifestacija „Prokletije skaj master” svakako puno znači za razvoj aktivnog turizma regiona. Daje pravi primer zajedničke saradnje na ovim prostorima i promoviše zdrave vrednosti. Od svih lokacija jugoistočne Evrope, Prokletije imaju najveći potencijal za sve sportove u prirodi.

Skajraning asocijacija Srbije se zahvaljuje svima koji su učestvovali i pomogli u organizaciji ovog događaja: PSK „Hrid”, Visokogorci Crne Gore, Marnik run i Compressport, Iskon mode, Zlatiborac i Merino world. ■





# „Deep Clean - Gouffre Berger 2018”

Međunarodni projekat „Deep Clean - Gouffre Berger 2018” imao je za cilj čišćenje najdubljih zona jame od ostataka višedecenijskog rada i istraživanja. U organizaciji Komisije za speleologiju **Planinarskog saveza Srbije**, učestvovala je i ekspedicija iz Srbije...





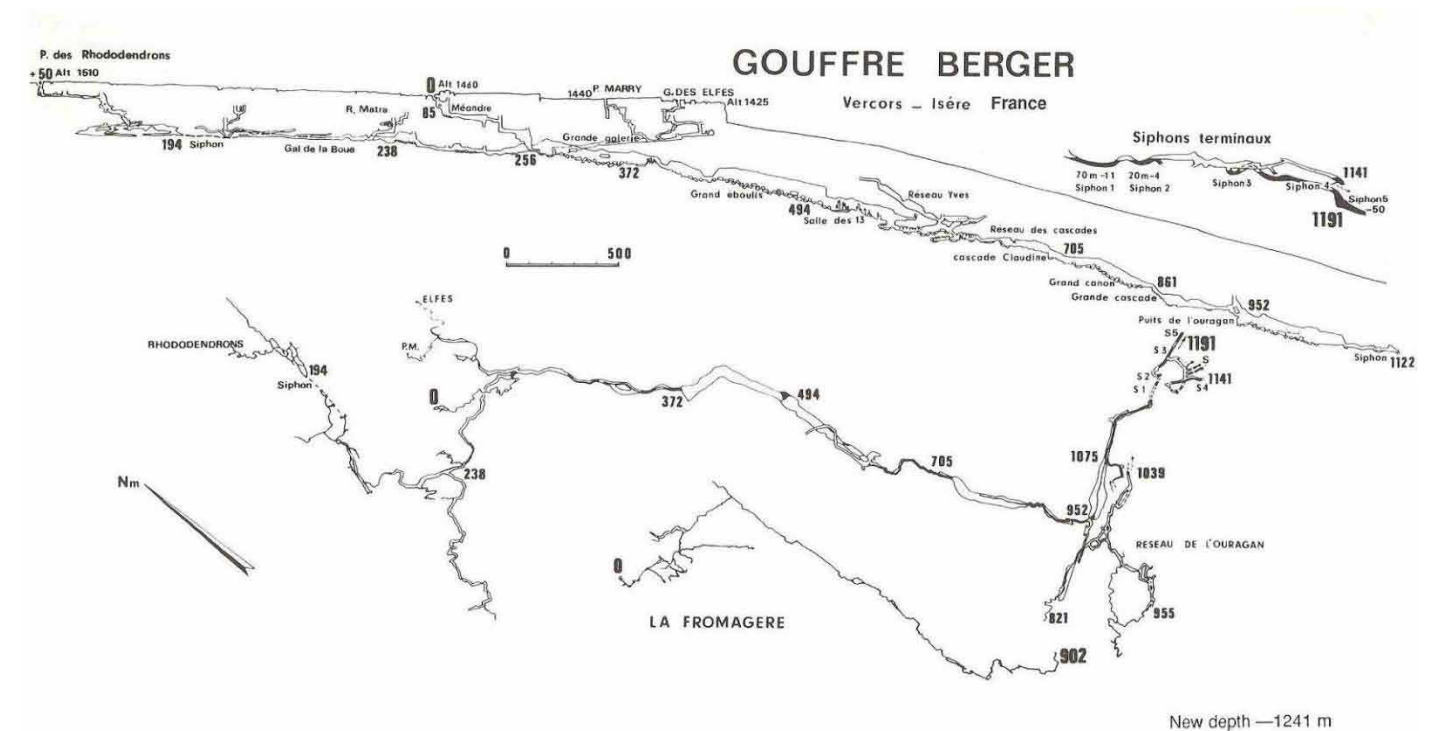
**M**onblan, Grand Paradizo, Grosdglokner i drugi vrhovi Alpa, veličanstveni i grandiozni, san su mnogih planinara i alpinista koji u velikom broju dolaze da isprobaju svoju volju i upornost na njihovim grebenima. Društvene mreže prepune su zadivljujućih fotografija pred kojima zastaje dah, koje golicaju maštu i podstiču na velike izazove. Ali, da li ste se nekad zapitali šta se nalazi „ispod“ Alpa? Tamo se nalazi drugi, kod nas, nažalost, manje poznati „paralelni svet“, ali koji nije manje vredan pažnje.

Jama Gufre Berže, nalazi se u oblasti Verkur u Francuskim Alpima. Duboka je 1.122 metara. Otkrivena je 1953. godine. Bila je prva jama u svetu koja je premašila dubinu veću od 1.000 m i taj rekord držala je do 1963. Danas se nalazi na 28. mestu najdubljih jama u svetu i predstavlja jedan od simbola istorije speleoloških istraživanja. Što se tiče srpske speleologije, do sada je ovu jamu posetilo tek nekoliko speleologa iz Srbije.

Ovogodišnji međunarodni projekat „Deep Clean - Gouffre Berger 2018” imao je za cilj čišćenje najdubljih zona jame od ostataka višedecenijskog rada i istraživanja. Čitav projekat trajao je više od dva meseca tokom kojih su dolazile speleološke ekipe iz celog sveta. U organizaciji Komisije za speleologiju Planinarskog saveza Srbije pridružili smo se ovom projektu.



Naša ekspedicija trajala je od 9. do 15. avgusta. Ciljevi ekspedicije bili su sticanje iskustva u radu i boravku u speleološkim objektima većih dubina i specifičnih hidroloških odlika, upoznavanje sa dometima međunarodne speleologije i postizanje sportskih rezultata u speleologiji. Učesnici ekspedicije bili su: Nemanja Milosavljević, vođa ekspedicije, predsednik KS PSS (PSK „DVIG“, Vladičin Han); Danijel Aleksić (PK „Dubašnica“, Zlot); Nikola Stevanović (PSK „DVIG“, Vladičin Han); Milena Janković (SS PK „Železničar“, Niš) i Trifon Vasilev, pridruženi član tima (PK „Heliktit“ Sofija, Bugarska).



U nedelju, 11. avusta oko jedanaest časova pre podne, sa parkinga Molijer krenuli smo ka ulazu u jamu. Sa desne strane pucao je pogled na veličanstvene vrhove Alpa na kojima su, u tom trenutku mnogi alpinisti i planinari već krenuli na svoj uspon. Jednako naporan, izazovan i rizičan, naš put, vodio je u suprotnom smeru, u dubinu, do baznog kamapa u srcu jame na -500 metara dubine, (Nikola, Danijel i Milena) i potom, do kaskada „Klodin“ - 704 metara (Nemanja i Trifon).

Već od samog ulaza jama je bila opremljena duplim vertikalama, što znatno ubrzava i olakšava kretanje kroz objekat. I već na samom ulazu u jamu, na prvoj vertikali, susreli smo se sa, za nas, malo neobičnim načinom opremanja, što je pri izlasku zahtevalo određene tehnike koje se u našim uslovima jako retko koriste i koje do sada nisam poznavala. Vertikale su nas vodile do, otprilike 300 metara dubine, a onda je usledio, nimalo lak prolazak kroz krivudavi meandar



prečkanjem i tehnikom penjanja kamina. Meandar je jednim delom opremljen traverzom, ali je u nekim, veoma rizičnim delovima potpuno neobezbeđen, tako da zahteva maksimalnu koncentraciju i spretnost, a dugačak je beskonačno, naročito u povratku kad vas savlada umor! Još par vertikalna i pred nama su se pružali prostrani pećinski kanali sa nekoliko manjih dvorana, a nakon sat-dva hoda, konačno, bazni kamp na -500 metara dubine. Bazni kamp je činilo nekoliko šatora improvizovanih od deblje astro folije i najlona, sa spremnim podmetačima za spavanje. Jako lepo od stane organizatora, naročito ovo poslednje, jer znatno smanjuje teret neophodne opreme. Za mene je ovde bio završen planirani deo spusta. Dogovor je bio da ostanem u kampu i sačekam da se ponovo skupimo i svi zajedno krenemo nazad.

Posle par sati odmora ekipa se razdvojila. Mi smo se uvukli u tople vreće za spavanje, a Nemanja i Trifon nastavili su ka dnu, do kaskada „Klodin“ na

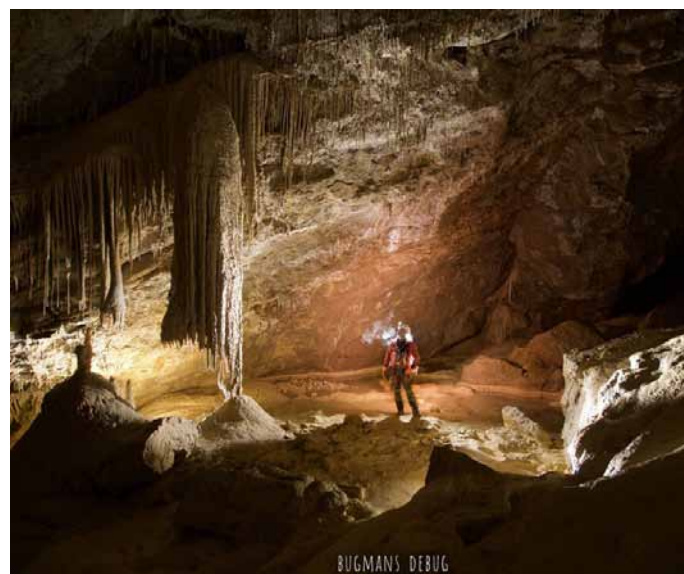






-704 metara. Nakon procene situacije, uslova i vremena potrebnog za bezbedni povratak, odlučili su da se vrate u kamp. Imali smo vremena za još jedan pokušaj sutradan. Nažalost, zbog loših hidroloških uslova nije bilo mogućnosti za ponovni pokušaj. Na narednog dana organizator je obustavio sve ulaske zbog očekivanih pljuskova koji mogu izazvati potapanje kanala ispod -600 m dubine, što može biti veoma opasno i otežati izlazak na površinu. Osim toga, telefonski kabl za poziv u pomoć postavljen je samo do kampa, tako da nakon -500 metara dubine ne postoji više nikakva veza sa spoljnim svetom, niti mogućnost da se pozove pomoć. Jedina ispravna odluka bila je da se vratimo. Ekipa je u objektu provela oko 30 sati.

Bez obzira na dostignutu dubinu, za nas je učešće na ovoj ekspediciji značilo sticanje novog i veoma vrednog iskustva: iskustva u radu i boravku u speleološkim objektima dubina većih od hiljadu metara, upoznavanje specifičnih hidroloških odlika terena, upoznavanje sa dometima međunarodne speleologije. Kako je Jama Gufre Berže jedan od simbola istorije speleoloških istraživanja i kako su istraživanja domaćih speleologa u objektima dubina većih od 300 m veoma retka, bila nam je čast učestvovati u ovom projektu. Nadamo se da će ovaj naš pokušaj služiti kao podsticaj drugima, da ćemo privući pažnju

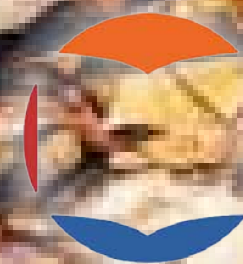


široke planinarske populacije i probuditi interesevanje za ovu, kod nas, na žalost, najmanje zastupljenu planinarsku disciplinu i za još jedan divan, ali mnogo manje poznat i istražen paralelni svet podzemlja. Zahvaljujemo Planinarskom savezu Srbije na razumevanju i podršci.

MILENA JANKOVIĆ



PHOTO: MILENA JANKOVIĆ







# Kuda teku naše reke?

*Kako je „zelena struja“ loša za reke, zašto  
se od nas traži „preko ‘leba pogače“ i šta  
hoće ta Evropska unija od nas...*

EKOLOGIJA



**U**koliko ste uključivali televizor ili otprnuli no-  
vine, poslednjih meseci vas nije zaobišla tema o  
žučnoj, a na momente i očajničkoj borbi ljudi koji  
na sve načine pokušavaju da spreče izgradnju deriva-  
cionih hidrocentrala na planinskim rekama. Ista je priča  
u celom regionu, a mi ćemo se posebno koncentrisati na  
reke Stare planine u Srbiji, budući da je odbrana vodoto-  
kova, koji se nalaze i u nacionalnim parkovima, dobila  
Udruženje „Odranimo reke Stare planine“, čiju su inici-  
jativu i peticiju podržali pojedinci, ali i razna udruženja i  
organizacije, među kojima je i Planinarski savez Srbije.

Ali krenimo redom - dakle, odostrag!

### ŠTA HOĆE TA EVROPSKA UNIJA OD NAS?

Direktive EU o obnovljivoj energiji obavezale su  
članice da se do 2020. godine obezbedi da obnovljiva  
energija čini 20% ukupne potrošnje energije u Evropskoj  
uniji. Sa druge strane, Evropska energetska zajednica  
obavezala je Srbiju da do iste godine, čak 27 odsto proiz-  
vedene struje mora biti iz obnovljivih izvora. Čini se da  
su to nekakvi dvostruki aršini i „EU podvala“? Ne, zapravo  
se od nas očekuje daleko manje nego od punopravnih  
članica. Reč je od „ukupnoj potrošnji“ za članice EU i  
„proizvodnji“ za Srbiju. To konkretno znači da će evrop-  
ske zemlje procentualno morati da obezbede daleko  
više „zelenih kilovata“ nego što se to očekuje od Srbije.

Međutim, isto tako treba napomenuti da te cifre  
nisu nikakav bauk, te da su se mnoge evropske zemlje  
ozbiljno približile ovom idealnom postotku, značajno  
smanjivši upotrebu fosilnih goriva i emisiju ugljen-diok-  
sida, koji je, kako svi znamo, glavni krivac za efekte stak-  
lene bašte i globalno zagrevanje. Magična brojka dose-  
gnuta je u Skandinaviji (Island, zahvaljujući termalnim  
izvorima, osigurava 70 odsto energije za grejanje), ali je  
Nemačka i dalje glavna po upotrebi obnovljivih izvora  
energije sa čak 75% od ukupnih nacionalnih energetskih  
potreba. U ovoj zemlji struja dolazi iz vetrogeneratora,  
solarnih ploča, ali i biomase i hidroelektrana. Čini se da  
kod njih sve poslovično štima i nema nikakve drame oko  
minielektrana koje ovde rade punom parom.

Ekonomisti tvrde da je „ozelenjavanje energetike“  
izuzetno lako postići, ukoliko iza energetike stoji odlučna

država i ono mnogo važnije - stabilna privreda. Može se  
učiniti da je „zelena energija“ rezervisana isključivo za  
bogate zemlje i njihov nedostižni standard... Međutim,  
ekonomisti isto tako tvrde da se sve „jake privrede“  
temelje na lako dostižnim sitnicama kakve su inova-  
tivnost, pametno ulaganje u tehnologije, ali i potrošnju,  
te neprestano traženje rešenja za potencijalne probleme  
- sve ono čime se ne diče privrede u zemljama Balkana.

Treba znati da je „zelena energija“ uvek skuplja op-  
cija, ali gledano na duge staze, donosi daleko veće  
benefite nego fosilna goriva. Pored jednokratne koristi  
jer obezbeđuje nova radna mesta, vremenom sama  
otplaćuje uložene investicije i, ono što je najvažnije -  
anulira ekološki otisak nastao podizanjem pogona.

### PREKO 'LEBA POGAČE

U težnji da poveća proizvodnju električne energije iz  
obnovljivih energetskih izvora, Vlada Republike Srbije je  
odlučila da planinske reke iskoristi za proizvodnju struje,  
izgradnjom preko 800 mini hidrocentrala na čitavoj teri-  
toriji Srbije. Naime, ideja je da se deo ukupnog protoka  
planinske reke cevima sprovede do niže tačke gde se na-  
laze turbine koje proizvode struju. Glavnina reke, narav-  
no, nastavlja da teče, obezbeđujući biološki minimum za  
živi svet u njoj. Trenutno u Evropi ima oko 24.000 takvih  
hidroelektrana, od čega je samo 7.500 u Nemačkoj.

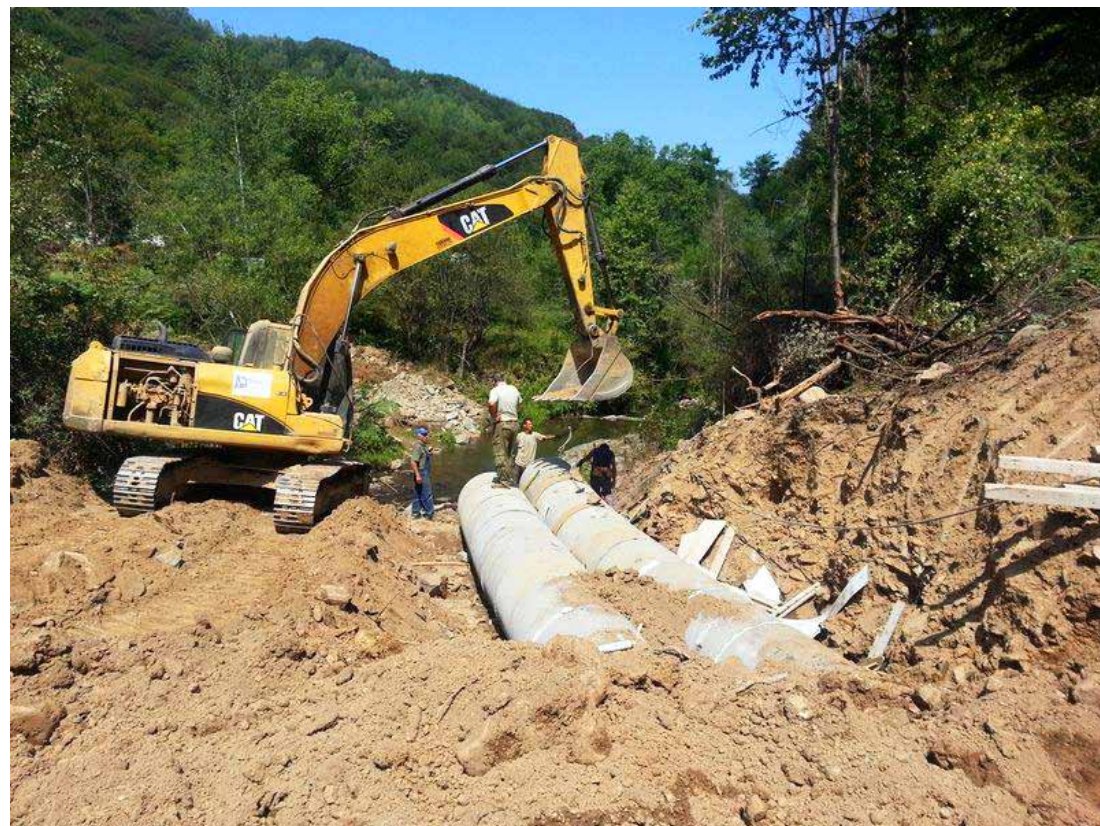
To znači da se na svakih 27 kilometara vodotokova u  
okviru EU nalazi po jedna MHE. Nameće se pitanje: zašto  
tražimo preko hleba pogače, iliti - zar rešenja koja „rade“  
u razvijenom svetu nisu dovoljno dobra za nas?

Daleko od toga da su u EU svi i jednoglasno prihva-  
tili ova rešenja, a još dalje od toga da nije bilo protesta  
građana. Danas, nakon blizu 30 godina eksploatacije,  
ovaj sistem se dovodi u pitanje i to u zemljama najvećih  
pobornika izgradnje MHE - Austriji i Nemačkoj. Međutim,  
ni stručnjaci, a ni vlade ne sede skrštenih ruku. Analizira-  
ju se studije o narušavanju ekosistema, smanjenju biodi-  
verziteta, fragmentaciji staništa riba i stručnjaci iz oblasti  
energetike i zaštite životne sredine smatraju da je šteta  
po životnu okolinu daleko veća od koristi koju građani  
imaju od proizvodnje struje u ovakvim postrojenjima.

Pa zašto moramo da gradimo minielektrane? - glavno







je pitanje. Zbog toga što smo siromašni i MHE predstavljaju brzo i optimalno rešenje u odnosu ulaganja i proizvedene energije, s tim što nikako ne treba zaboraviti ni na pozamašne dotacije države proizvođačima. Međutim, to nije naš najveći problem... Druga je tu priča...

Naime, našim investitorima nije dovoljno da „pozajme“ deo reke, da je neprimetno i sa što manje štete po okolinu sprovedu do generatora i to sve lepo naplate od države po povlašćenim cenama kilovata. Oni podižu čitave brane, betoniraju, razvaljuju, polegaju ogromne cevi... Dovoljno je samo pogledati fotografije ili video snimke s poprišta gradnje MHE, pa postaje jasno da su „nemački“ i „balkanski“ ekološki standard nebo i zemlja, te da „biološki minimum“ u nas predstavlja suvo korito, potočić isceden do poslednje kapi i bagere koji su raz-

valili i izguvnim gasovima zagadili kilometre planinskih pejzaža.

Porazno je shvatiti da nas ovakvo posezanje za lakim i jednostavnim rešenjima svrstava u nerazumna društva, a našu privredu u malu i siromašnu, sklonu sitnosopstveničkim interesima.

### KAKO JE „ZELENA STRUJA“ LOŠA ZA REKE?

U peticiji Udruženja „Odbranimo reke stare planine“ koju možete da potpišete na stranici <https://www.peticije24.com/205763> navodi se sledeće:

„Republička Vlada planira izgradnju više od 60 dervacionih mini hidrocentrala u zaštićenoj zoni najvećeg parka prirode u Srbiji, na Staroj Planini, čime bi se neke od najlepših i najčistijih reka u Srbiji isušile

i prevele u cev čime bi se promenio izgled rečnog korita i okoline. Time bi se izvršio ekocid nesagledivih razmera koji bi doveo do uništenja prirodnih staništa biljnih i životinjskih vrsta među kojima se nalaze i retke zaštićene vrste koje su pred nestankom ne samo u Srbiji već i u svetu (klen, potočna pastrmka, potočna mrena, rakovi...).

Drugi problem izgradnje ovih postrojenja na Staroj planini je mogućnost da Pirost ostane bez snabdevanja čistom pijaćom vodom. Poznato je da Pirost za snabdevanje čistom pijaćom vodom, jednim delom, koristi izvore (krupačko vrelo) koji se napajaju vodom ponornica sa Stare planine. Zemljište na Staroj planini je toliko osetljivo, da bi bilo kakvi radovi u većem obimu na rekama mogli da dovedu do katastrofalnih posledica nesagledivih razmera, gde bi reke promenile svoj tok i nestale, a izvori pijaće vode u Pirotu zauvek presušili.

Javno preduzeće Srbijašume, koje upravlja parkom prirode Stara planina kaže da je najveći broj hidrocentrala planiran je u drugoj zoni zaštite što je suprotno uredbi o zaštiti parka prirode Stara planina u kojoj piše da je ZABRANJENO pregrađivanje vodotokova i gradnja takvih objekata!

Profesor Ratko Ristić, stručnjak za bujične tokove i dekan šumarskog fakulteta u Beogradu, smatra da država nije smela da dozvoli ovakav plan.

Zavod za zaštitu prirode Niš, takođe je ukazao na katastrofalne posledice po ekologiju izgradnjom ovih objekata.”

### NIKAD NEĆETE BITI SAMI

Među mnogobrojnim pojedincima i organizacijama, na inicijativu planinarskih društava, klubova i članova

planinarske organizacije, Planinarski savez Srbije i Komisija za zaštitu prirode planina izrazili su javno solidarnost sa akcijom „Odbranimo reke Stare planine“.

Kako se navodi u saopštenju Komisije za zaštitu prirode planina PSS-a, pojave bahatog razaranja planinske prirode, šuma i vodotokova u procesu izgradnje MHE (minihidroelektrana) i drugih objekata izmakla je kontroli zakonskih mera i dobijenih dozvola.

„Primeri u našim planinama su brojni: Stara planina, Kopaonik, Homoljske planine, dolina Lima i drugih planinskih vodotokova. Svima su dobro poznate posledice ovakvog ponašanja na osetljive ekosisteme planinske prirode pri čemu se uništavaju najkvalitetniji izvori zdrave pijaće vode, šume i uslovi za opstanak živog sveta. Napadnuta su i područja posebno zaštićene prirode - nacionalni parkovi, parkovi prirode, specijalni rezervati unutar i izvan zona zaštite. Komisija za zaštitu prirode planina poziva sve odgovorne institucije i pojedince da se hitno posvete obavezama zaštite prirode koje su kao što svi dobro znamo uslov za naše priključivanje Evropskoj uniji. Smatramo da se što pre mora pristupiti kontroli i reviziji dosadašnjih programa i planova izgradnje MHE i drugih objekata u zaštićenim područjima planina Srbije.“

### ĆUTA NEĆE DA ĆUTI

Aleksandar Jovanović Ćuta, neformalni vođa Pokreta za odbranu reka na Staroj planini, sigurno je najprepoznatljivije lice akcije. Njegove reči ostavili smo za kraj, za slučaj da naše pisanje nije bilo dovoljno jasno.

- Gradnja malih, derivacionih elektrana utiče na prirodu tako da prirode više nema. To znači potpuni nestanak reka i živog sveta u njima. Gradnja malih hidroelektrana je zločin koji se sistematski sprovodi nad prirodom i ljudima. Za Srbiju je planirana izgradnja 800 minielektrana, za Balkan 3.500, a ako me pitate kako izgleda njihova gradnja - slika govori više od stotinu reči. Pogledajte na youtubeu kako izgleda Jošanička banja, koja se nalazi u podnožju Kopaonika, ona je simbol onoga što zovemo MHE pošast. Nestale su Jošanička i Samokovska reka. Čak 17 minicentrala je izgrađeno u nizu. Videćete gomile kamenja, razrovane obale, malo vode koja kaplje tu i tamo, što oni koji daju dozvole zovu biološkim minimum. Znači, kad neko kaže ekološki minimum, znači da ćete da ostanete bez vode - ističe Jovanović. ■

### POGLEDAJTE VIDEO







# Klimatske promene

Od 1990. godine svet je iskusio 12 najtoplijih godina, od kako se temperature meri i beleži...

**E**kstremni događaji poput velikih požara, poplava, erozija zemljišta, oluja i talasa tropskih vrućina privlače pažnju medija i sveopšte javnosti. Statističke analize pokazuju da je nastanak ovih pojava povećan zbog klimatskih promena.

Pre nego što započnemo temu o klimatskim promenama važno je napomenuti da se klima na Zemlji stalno

menja, odnosno da se oduvek menjala. Do početka industrijske revolucije, klima se menjala kao rezultat promena prirodnih okolnosti. Danas, međutim, termin klimatske promene koristimo kada govorimo o promenama klime koje se događaju od početka dvadesetog veka, a nastale su kao rezultat čovekovih aktivnosti.

Od 1990. godine svet je iskusio 12 najtoplijih godina, od kako se temperature meri i beleži. Po opadajućem redu, 11 najtoplijih godina ikad izmerenih bile su: 1998. i 2005. (zajedno), 2002. i 2003. (zajedno), 2001, 1997, 1995, 1990. i 1999. (zajedno), 1991. i 2000. (zajedno).

Prema Agenciji za zaštitu životne sredine Srbije,

temperature rastu i u Srbiji, a posebno u poslednjih 15 godina.

Dokazano je da se globalno zagrevanje ne događa samo od sebe i da je posledica antropogenog uticaja.

U ovom trenutku prosečna temperatura na Zemlji je za 0.8 stepeni viša nego pre industrijske revolucije, odnosno pre nego što su ljudi masovno počeli da troše fosilna goriva i gomilaju ugljen-dioksid u atmosferi.

Ugljen-dioksid ( $\text{CO}_2$ ), gas koji se oslobađa sagorevanjem uglja, nafte, naftinih derivata i gasa, najznačajnije utiče na efekte staklene bašte i globalno zagrevanje. Oko 25 milijardi tona ugljen-dioksida ispusti se u atmos-

## Info

WWF je jedna od najvećih, širom sveta priznatih, nezavisnih organizacija, koja se bavi zaštitom prirode i ima aktivnu globalnu mrežu u više od 100 zemalja. Misija WWF-a je da zaustavi uništavanje životne sredine i da stvori budućnost u kojoj ljudi žive u skladu sa prirodom putem očuvanja svetske biološke raznovrsnosti, održivog korišćenja prirodnih resursa i smanjenja zagađenja i preterane potrošnje.

**Dodatne informacije potražite na sledećim adresama:**

**Web:** [www.panda.org/Serbia](http://www.panda.org/Serbia) FB: i [www.facebook.com/WWFSerbia](https://www.facebook.com/WWFSerbia)

**TW:** [twitter.com/WWFinSerbia](https://twitter.com/WWFinSerbia)

**WWF Dunavsko-karpatški program u Srbiji:**

**Web:** [wwf.panda.org/serbia](http://wwf.panda.org/serbia) i [wwf.rs](http://wwf.rs)

feru svakoga dana, 800 tona svake sekunde!

Ovakav trend emisije ugljen-dioksida mogao bi da poveća prosečnu Zemljinu temperaturu za 1,4 – 6,4°C do kraja ovog veka.

Veruje se da povećanje temperature već iznad 2 °C dovelo do opasne promene klime i razornog uticaja na biljne i životinjske zajednice. ■



# Čarska peščara

FOTO: ALEXEY KONOPEV

*Sergej Dolja piše o čarima sibirskih pejzaža. Okružena je tajgom, rekama, močvarama i izvorima i ovde sigurno nežete umreti od žeđi...*



Čarska peščara izgleda kao prava pustinja okružena jezerima, rekama i snežnim planinama. Zaista je neverovatna.

Čarska peščara u Sibiru verovatno je najneobičnija pustinja na svetu. Na neki način to je zapravo obična pustinja sa visokim dinama i peščanim olujama. Međutim, ova mala pustinja (samo 5 x 10 km) okružena je tajgom, rekama, močvarama i izvorima. Tu nećete umreti od žeđi. Osim toga, samo nekoliko kilometara od ovog čudnovatog parčeta peščane idile nalazi se planina Kodar pokrivena snegom.

Čarska peščara je nastala pre oko 40.000 godina na mestu gde se nekada nalazilo drevno jezero, koje je presušilo.

A čujte i ovo! Tokom zime pustinja pokriva sneg, a temperatura pada do -50 °C!

Pustinja se završava naglo. Nikakav prelazni pojas ne deli peščane dine od šuma i tresetišta. Na kraju Čarske peščare pružaju se dva jezera (Aljonka i Tajožnoje), od kojih počinje šumovit teren. Zbog vetrova peščara se polako pomera prema severoistoku i tajgi.

Čarska peščara je popularno turističko mesto. Iako je najbliže naselje udaljeno samo 10 kilometara, do nje se teško stiže. Najpre morate preći dve reke: Srednji Sakukan i Čaru, koje su poznate po brzacima.







**PATREON**