

Uredništvo časopisa Ekscentar zaprimilo je 19. kolovoza 2010. pritužbu Alana Čaplara na članak pod naslovom "Planinarenje" objavljenom u 6. broju Ekscentra iz 2004. godine, za koji je kao autor potpisan gosp. Darko Ohnjec. U tom je članku, bez znanja i suglasnosti gosp. Alana Čaplara te bez navođenja njegova autorstva, korišten integralni tekst njegova priručnika "Osnove planinarstva" koji je 2003. tiskan u izdanju Hrvatskog planinarskog saveza. Budući da su korištenjem teksta povrijeđena njegova autorska prava, ovim se putem ispričavamo autoru te molimo čitatelje da uvažavaju ispravak autorstva za navedeni članak, a suradnike molimo da prilikom korištenja tuđih tekstova pribave suglasnost autora i navedu izvore.

Planinarenje

Što je planinarstvo

Planinarstvo je pojam koji obuhvaća gotovo sve čovjekove djelatnosti izravno i neizravno vezane uz vlastonožno kretanje u planinskim predjelima. Planinarstvo je način i stil života, čitav niz dobrovoljnih aktivnosti koje suvremenom gradskom čovjeku život čine ugodnijim, zanimljivijim, zdravijim i nadasve ljepšim.

Pogrešno shvaćanje planinarstva

Osnovni sadržaj i cilj planinarenja je uživanje, pri čemu se fizičko i duhovno izvrsno nadopunjuje.

Unatoč fizičkim naporima koje iziskuje i svrstavanju među športske djelatnosti, planinarstvo nije sport jer je natjecateljska borba, koja je bitno obilježje svakog sporta, strana zdravom poimanju planinarstva.

Planinarstvo nema natjecateljskih elemenata – natjecanje u planinarstvu je strano jer je u suprotnosti s načelima uzajamnosti, altruizma i humanizma (iznimka je alpinizam gdje je čovjek "sportski protivnik" stijeni). Sportu i planinarstvu dodirno i zajedničko je samo ono što nazivamo rekreacijom i fizičkom kulturom (Planinarstvo je u organizacijskom pogledu sastavni dio fizičke kulture).

Za razliku od običnog izletnika, planinar vlada teoretskim i praktičnim znanjima o kretanju i boravku u planinama, a odlascima u prirodu pristupa organizirano, sustavno i osmišljeno.



Hrvatsko planinarstvo

Počeci organiziranog planinarenja u Hrvatskoj sežu u davnu 1874. godinu kada je u Zagrebu osnovano Hrvatsko planin(ar)sko društvo (HPD). Prvi izlet HPD-a bio je 18. V. 1875. u Samoborsko gorje, na Oštrc i Plešivicu.

Moderno razdoblje našeg planinarstva počinje 1948. godine kada je u Zagrebu osnovano PD »Zagreb«, današnje HPD »Zagreb-Matica«. Od tada se snažno razvijaju alpinistička, speleološka (špiljarska) i druge planinarske specijalnosti.

Hrvatsko planinarstvo imalo je mnogo značajnih uspjeha i postiglo je visok domet stručnih djelatnosti. Među njima valja istaknuti desetke ekspedicija u svim svjetskim velegorjima i na najvišim vrhovima svijeta i pojedinim kontinentima, zahtjevna speleološka istraživanja, uspješne spasilačke i ekološke akcije, i dr. Posebno vrijedi istaknuti uspjehe Stipe Božića, koji se uspeo na najviše vrhove svih kontinenata, od čega dvaput na vrh Mt. Everesta.

U Hrvatskoj danas djeluje oko 20.000 planinara, organiziranih u 140 planinarskih društava.

Hrvatske planine

Hrvatska je dijelom planinska zemlja. Premda hrvatske planine nemaju nijednog vrha višeg od 2000 metara, po ljepoti im je malo ravnih na Zemlji. Većina naših planina pripada Dinarskom planinskom sustavu. Planine Dinarida građene su pretežno od vapnenca i karakterizira ih kraški reljef, dok su planine u unutrašnjosti (bivši otoci Panonskog mora) nešto niže, šumovitije, po postanku starije i općenito pristupačnije.

Zahvaljujući blizini Zagreba, planinarski najposjećenije gore su Medvednica i Samoborsko gorje s obiljem staza, domova i drugih planinarskih ciljeva. Nešto dalje, ali ne manje zanimljivo je Žumberačko gorje s najvišim vrhom Sv. Gera i planine Hrvatskog zagorja (Ivanščica, Strahinjščica, Kalnik, Ravna gora, Cesargradska gora, Kostelsko gorje). Slavenske planine su Psunj, Papuk, Krndija i Dilj. Gorski kotar je veliko planinsko područje s mnogo planinarskih ciljeva (Velika Kapela, Bijele i Samarske stijene, Bjelolasica, Bitoraj, Risnjak, Klek kod Ogulina). Uz more se izdižu naše najviše i najljepše planine; Učka i Čičarija u Istri, Obruč i Snježnik u Hrvatskom primorju, planine Dalmacije (Dinara (najviši vrh Hrvatske-1831m), Biokovo, Kozjak, Svilaja, Promina, Mosor...), a osobito se veličinom, ljepotom i mnogobrojnim zanimljivostima ističe Velebit. Otočne planine nisu odveć visoke, ali su zbog vidika na more i primorske planine zanimljive kao planinarski ciljevi (vrhovi Brača (Vidova gora, visoka 780m, najviši je otočni vrh Hrvatske), Cresa, Lošinja, Hvara, Visa, Krka, Kornata i dr.).



Planiranje i organizacija izleta

Planirajući izlet, najprije odabiremo konkretne ciljeve izleta i trasu puta. Ciljevi mogu biti prirodne i kulturne znamenitosti, vrhovi, zanimljivi predjeli i putevi. Planirajući izlet, kretanje i boravak u planini treba usmjeriti na ostvarivanje zadovoljstva i relaksacije, a ne na iscrpljivanje sudionika pod pritiskom ostvarenja preopsežnog plana, jer se forsiranjem ne može uvećati, nego samo umanjiti zadovoljstvo, koje je zapravo glavni cilj izleta.

Višednevni izleti i noćenje u planini

Višednevni izleti su organizacijski, fizički i financijski zahtjevniji, pa njihovoj pripremi i realizaciji valja .

pristupati ozbiljnije i temeljitije. Oni uz višednevno pješaćenje obuhvaćaju i noćenje u planini, za koje se također valja pripremiti i ponijeti potrebnu opremu.

Na višednevnim izletima najčešće se boravi u planinarskim objektima. To su planinarski domovi, kuće, skloništa i bivci. Većina planinarskih domova otvorena je vikendom u ljetno doba godine, a zimi po dogovoru. Za razliku od planinarskih domova i kuća, planinarska skloništa i bivci su objekti koji pružaju privremeni i manje komforan smještaj. Namijenjeni su za kraći boravak u alpskim i općenito nepristupačnim područjima. Obično su neopskrbljeni iako ima izuzetaka.

Vrijeme i predviđanje (ne)vremena

Osim o spremnosti i spretnosti sudionika, uspjeh izleta uvelike ovisi o vremenskim prilikama, koje se nažalost ne mogu naručiti, ali se bar djelomično mogu predvidjeti. Pripremajući se za polazak na izlet treba obratiti pozornost je li prethodnih dana padala kiša (sklizavost, blato na stazama, prohodnost makadamskih cesta), koliko ima snijega. Budući da se vrijeme u planini može mijenjati fantastičnom brzinom (npr. ljetni popodnevni pljuskovi), nemoguće je dati sasvim točnu i sigurnu prognozu. Bez obzira na prognozu sa sobom uvijek treba nositi kišobran ili kabanicu.

Zatekne li te u planini zatekne nevjerojatno s grmljavinom, izbjegavaj izložene planinske vrhove, stjenovite grebene, stijene i osamljeno drveće zbog opasnosti od udara munje. Također, izbjegavaj skliske staze nad velikim strminama, a ako moraš ići njima, tada koračaj pažljivo! U slučaju lošeg vremena i drugih nepovoljnih okolnosti, radije odustani od cilja, jer se forsiranjem ne može ostvariti zadovoljstvo, koje je glavni cilj izleta.

POKAZATELJI VREMENA

Vrijeme se može predviđati i pomoću barometra. Pad tlaka predznak je lošeg vremena, a porast ili stabilan tlak dobrog. Nalazite li se na planinskim meteorološkim postajama, prije polaska se valja raspitati kakvo vrijeme se može očekivati.

DOBRO VRIJEME:

- visoki oblaci nejasnih kontura, mirujući ili dolazeći s istoka; magle i oblaci koji se spuštaju nebo blago modro ili jasno modro, vedro, blago veče rumenilo čistih boja
- blagi, noćni i jutarnji povjetarac s vrhova u dolinu
- vidik nejasan, horizont dalek, konture mutne (ljeti)
- kišica iz svjetlijih oblaka





LOŠE VRIJEME:

- gomilasti oblaci, nepravilnih oblika ili oblaci oblika ovčica
- nestalan vjetar, noćni povjetarac odozdo prema gore
- puhanje zapadnih, južnih i jugozapadnih vjetrova
- velika količina vlage i sparina
- brzo kretanje visinskih oblaka od istoka prema zapadu
- kolobari oko mjeseca i sunca
- reumatizam starijih planinara

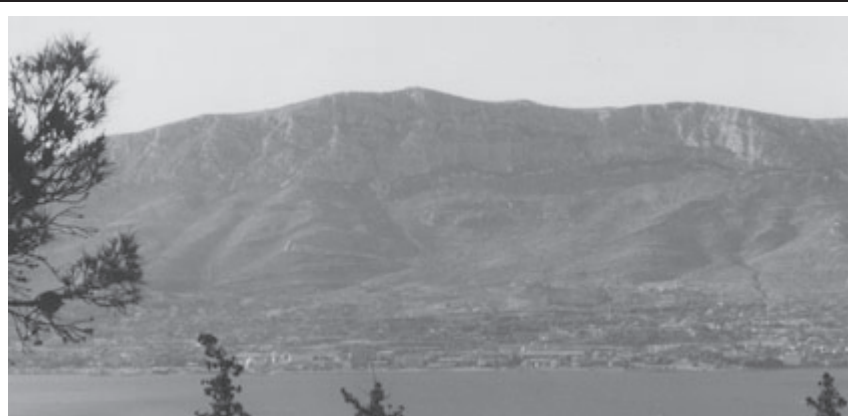
Planinarski putevi i markacije

Planinarski putevi i staze

U planini se treba kretati isključivo planinarskim stazama jer one služe da se njima sigurno i sa što manje teškoća dođe do određenog cilja i nazad. Planinarske puteve razvrstavamo u tri kategorije; 1. lagani - onaj na kojem se ne treba pomagati rukama; 2. srednje teški - na težim mjestima moramo se pomagati rukama; i 3. teški put - onaj na kojemu je upotreba ruku neophodna. One staze, koje za lakše i sigurnije kretanje imaju na kritičnim mjestima ugrađene metalne sajle i klinove, zovemo još i osiguranim stazama.

Markacije i putokazi

Crveno-bijele oznake zvane markacije (marke, Knafelčeve markacije) na stablima, stijenama, zidovima, ogradama i kolcima uz planinarsku stazu, jamče da ona nekuda vodi. Plavo-bijele markacije označavaju pristupe speleološkim objektima. Na većim plohama markacije imaju oblik kruga, a na tankim stablima tri usporedne crte. Križanja puteva označavaju se znakom X ispod markacije, pedesetak metara prije samog raskrižja, a strelicama i savinutim crtama označavaju se skretanja. Oznake se u pravilu postavljaju tako da se stojeći kod jedne može vidjeti sljedeća.



Orijentacija

Orijentacija je snalaženje na terenu. Spretnost u korištenju orijentacije omogućuje nam relativno sigurno kretanje nepoznatim planinskim predjelima. Da bismo se uopće mogli orijentirati, treba na zemljopisnoj karti i na terenu odrediti strane svijeta. Karti ćeš usjeveriti tako da se smjer sjevera na karti poklopi sa smjerom sjevera na terenu. Smjer sjevera na karti pokazuje strelica sa slovom N (eng. north, sjever), a ako te strelice nema, podrazumijeva se da je sjever na karti gore. Ako na karti koju si usjeverio vidiš da tvoj put ide udesno, i ti moraš (s)krenuti udesno. Zemljovid ili geografska karta je grafički prikaz određenog terena. Svaka karta ima na sebi naznačeno mjerilo koje služi za očitavanje zračne udaljenosti i olakšava praćenje vlastitog kretanja na karti. Najčešće se koriste planinarski zemljovidi mjerila $M=1:50000$, $M=1:25000$ i sl. Mjerilo $M=1:50000$ znači da jedan centimetar na karti obuhvaća 50000 centimetara tj. 500 metara na terenu. Druga važna dimenzionalna značajka zemljovida jesu izohipse. To su crte koje povezuju točke iste nadmorske visine (u planini ih ne možeš primijetiti, već samo na karti). Tamo gdje su izohipse zgusnute, padina je strmija, a tamo gdje su razmaknute, blaža. Grebenske karte služe za opću predodžbu pružanja istaknutih grebena i razmještaja objekata. One nisu toliko dobre za orijentaciju, upravo stoga što nemaju ucrtane izohipse. Nekad ćeš možda čuti da se netko hvali kako ima specijalku - preciznu kartu malog mjerila. Postoji više načina za određivanje strana svijeta na terenu, među kojima je svakako najbolja i najpreporučljivija orijentacija pomoću kompasa. Označena magnetska igla kompasa uvijek pokazuje smjer sjevera. Orijentacija prema suncu moguća je samo ako ima sunca, a bazira se na banalnoj činjenici da je sunce ujutro na istoku, u podne na jugu i uvečer na zapadu. U orijentaciji s pomoću ručnog sata i sunca smjer sjever-jug određuje se tako da nađemo simetralu kuta između linije 12-6h i male kazaljke usmjerene prema suncu. Pažnja; u ljetnom računanju vremena Sunce je na jugu kada sat pokazuje 13 sati!

U noćnoj orijentaciji cilj je pronaći zvijezdu Sjevernjaču, a to je najlakše pomoću Velikog i Malog Medvjeda, ali može i na druge načine. Orijentacija pomoću godova na panjevima, mravinjaka i mahovina nije pouzdana.

Azimet je kut koji smjer promatranog objekta zatvara sa smjerom sjevera. Mjeri od sjevera u smjeru kretanja kazaljke na satu. Primjerice, azimet zapada je 270o, jugoistoka 135o itd. Azimet se najlakše određuje pomoću kompasa, koji također imaju podjelu od 360o. Ponekad smo prisiljeni kretati se po azimutu (kada treba najkraćim putem stići do određenog cilja). Mjerenje azimuta može koristiti i za određivanje mjesta gdje se nalazimo. Odredimo li azimet barem triju istaknutih objekata u okolici, možemo i na karti odrediti tri pravca, u čijem se sjecištu mi nalazimo.

Korisne stvarčice za kretanje planinom su pedometar i kurvimetar. Pedometar mjeri prijeđeni put brojanjem tvojih koraka, a kurvimetrom (nije to što misliš) možemo mjeriti duljine zakrivljenih puteva na karti.

Prehrana planinara

Penjanje i ostalo muvanje po brdima iziskuje velike fizičke napore, za koje nam je potrebno mnogo energije (između 4000 i 5500cal dnevno). Energiju našem organizmu daju ugljikohidrati koji dolaze u obliku šećera. Zato je dobro u džepu jakne ili ruksaka imati čokoladu, grožđice, bombone, Vitergin i tablete glukoze kojima možeš uvijek brzo povratiti energiju. Istu ulogu imaju izotonični napici, ali i najobičniji, dobro zašećereni čaj.

Masti također daju energiju, dobar su izvor topline, imaju veliku energetska vrijednost, što je vrlo korisno zimi. Zimi tijelo troši i više topline, pa hrana treba biti kaloričnija, ali ne preteška za probavu. Masnu hranu jedi prije izleta jer se duže i teže probavlja. Neposredno prije pješaćenja ne jedi previše.

Bjelančevine ne stvaraju energiju, ali su potrebne za obnovu tkiva, osobito mišića. Nalaze se u jajima, mlijeku i mesu.

Osim bjelančevina važni su i minerali i vitamini. Što su napori veći to je potreba za vitaminima veća, osobito za vitaminima B, C i E. Vitamina ima najviše u voću, mlijeku i vitaminskim tabletama.

Na izlet ponesi nešto zasoljene hrane, jer ćeš tom solju nadoknaditi onu sol koja se izlučuje znojenjem. Budući da naš organizam nema osjetilo za nedostatak soli tj. neravnomjernu količinu elektrolita u tjelesnim tekućinama sami moramo brinuti o svojoj »slanoći« ako želimo izbjeći tromost, umor i u krajnjem slučaju toplotni udar.

Tekućina je neophodna za život, a posebno za fizičke aktivnosti. Zato uvijek moraš brinuti da sa sobom imaš dosta tekućine. Količina potrebne tekućine ovisi od čovjeka do čovjeka, a treba imati na umu da su ljeti potrebe povećane, čak i na 5 litara dnevno.

Menu za višednevne ture

Praksa pokazuje da sa sobom najradije nosimo suhu hranu koja nije brzo i lako pokvarljiva. Na višednevni izlet najbolje je ponijeti: kruh ili dvopek, kekse, suhe kolače, paštete, sir, pekmeze, viki-kreme, suhe kolače, riblje konzerve i mesne doručke, a za kuhanje juhe u vrećicama i eventualno tjesteninu. Količina hrane mora uvijek biti dovoljna za trajanje izleta, pa i malo preko toga, jer tko zna što nas sve može zateći daleko od doma i civilizacije!

Planinarska oprema

Obuća i odjeća na tebi

PLANINARSKA CIPELE (GOJZERICE). Pri kupnji gojzerica izaberi jedan do dva broja veće, tako da u njima ima mjesta za bar dvije čarape. Džon pravih gojzerica ima na sebi žutu ovalnu oznaku na kojoj piše »vibram«. ČARAPE-jedan par pamučnih i bar jedan par vunenih debljih dokoljenki - dva ili tri para čarapa se ne nose samo zbog hladnoće, nego i za zaštitu noge od žuljeva. HLAČE-pumperice (lastex, samt) ili obične hlače (traperice, samterice).

FLANELSKA KOŠULJA, PAMUČNA MAJICA KRATKIH RUKAVA. GAĆE I POTKOŠULJA - izbjegavaj sintetiku prilikom kupnje rublja jer o vrsti materijala znatno ovisi koliko ćeš se oznojiti na usponu! VJetrovka, jakna, pullover, vesta-za zaštitu od vjetera i hladnoće. Također, imaj na umu da se toplina tijela bolje čuva većim brojem tanjih slojeva osjeće negoli malim brojem debelih slojeva.



ADRŽAJ NAPRTNJAČE

NAPRTNJAČA (RUKSAK). Bitno je da dobro prijanja uz leđa, a dobro je da ima više džepova i pretinaca.

HRANA dovoljna za duljinu izleta i malo rezervne.

ČUTURA, plastična boca ili zimi termos-boca sa zaslađenim čajem, Cedevitom ili običnom vodom.

REZERVNA POTKOŠULJA, KOŠULJA I ČARAPE-odjeća u koje ćeš se presvući kad budeš mokar od znoja, kiše.

KIŠOBRAN ILI KABANICA za zaštitu od kiše i snijega.

NOVČANIK (S NOVCIMA), OSOBNA I PLANINARSKA ISKAZNICA





ZEMLJOVID(I); KOMPAS; SAT; LETAK S PLANOM IZLETA; TRANSVERZALNI VODIČ KAPA - ljeti za zaštitu glave od utjecaja sunca, a u zimskim uvjetima za zaštitu od vjetra i hladnoće.

ŠTAPOVI za hodanje (»teleskopski« tj. složivi) ili ski-štapovi. Oslanjajući se na štapove čuvaš svoja voljena koljena.

KUTIJA SA SITNICAMA »KOJE ŽIVOT ZNAČE« - NOŽ (švicarski nož i nožić za jelo), ŽLICA, OTVARAČ ZA KONZERVE, BATERIJSKA SVJETILJKA (koja svijetli), TOALET-PAPIR, TELEFONSKA KARTICA (može i mobitel), NOVINSKI PAPIR, ŠPAGA, TABLETE PROTIV BOLOVA i sl.

PRIBOR ZA PRVU POMOĆ - slična takva kutija u kojoj se nalaze sterilni zavoji, gaza, sredstva za dezinfekciju, »mikropor«-flaster i lijekovi

ASTROFOLIJA - zaštitna folija za očuvanje tjelesne topline u slučaju nesreće i dugotrajnog mirovanja na otvorenom

FOTO-APARAT

DODATNA OPREMA ZA VIŠEDNEVNE IZLETE

VREĆA ZA SPAVANJE

PROSTIRKA (ILI »KARIMAT«) za spavanje ili sjedenje na tvrdoj podlozi.

TENISICE ILI PAPUČE za hodanje po domu-u spavaonice se ne ulazi u blatnjavim, mokrim i »mirisnim« gojzericama.

ČETKICA I PASTA ZA ZUBE - ovo se najlakše zaboravi!

PRIBOR ZA HIGIJENU - sapun, ručnik, češalj, pribor za brijanje i sl.

TRENIRKA - služi kao pidžama, za kretanje po domu ili kao sloj odjeće

SVIJEĆA I ŠIBICE-ali ne za loženje namještaja u planinarskim objektima

TABLETE ZA DEZINFEKCIJU VODE (»IZOSAN«)

ZAŠTITNA KREMA protiv štetnog djelovanja sunčevih zraka

VREĆICE ZA SMEĆE I ZA PRLJAVO RUBLJE

DODATNA OPREMA ZA ZIMSKJE I VISOKOGORSKE UVJETE

ŠAL I VIŠE PARI RUKAVICA-tako da uvijek imaš bar jedne suhe rukavice.

GAMAŠE (GLEŽNJACI)-štite noge od upadanja snijega, vode i blata u gojzerice. Ako nemaš gamaše, nogu od vode i snijega mogu zaštititi i obične plastične vreće između čarape i cipele-važno je da noga ostane suha!

DEREZE-zupci za gojzerice koji olakšavaju hodanje po snijegu i ledu

CEPIN-služi za lakše uspinjanje padinom, za kopanje stepenica u snijegu i ledu te za osiguranje ili zaustavljanje kod poskliznuća.

SUNČANE ILI LEDENJAČKE NAOČALE (»GLEČERICE«) - za zaštitu od sunčanog sljepila. Neopходно mora imati UV-zaštitu!

OPREMA ZA OSIGURANJE OD POSLJEDICA PADA; ZAMKA I DVA KARABINERA

Zaštićena područja Hrvatske

Strogo zaštićena planinska područja su nacionalni parkovi Risnjak, Plitvička jezera, Sjeverni Velebit, Paklenica na južnom Velebitu, strogi rezervati Bijeće i Samarske stijene, te Hajdučki i Rožanski kukovi na sjevernom Velebitu. Biokovo, Medvednica i Velebit su parkovi prirode.

Alpinizam - uspon u stijeni

Alpinizam je penjanje po stijenama gdje se za kretanje čovjek mora koristiti i rukama. Alpinizam je, na neki način »viši« doseg planinarstva jer u sebi sadržava borbu protiv prirodnih prepreka i psihofizičko svladavanje u mnogo većoj mjeri od pješačko-izletničkog planinarenja. Iako se alpinizam prosječnom čovjeku čini opasnim, treba istaknuti da se penjači uvijek penju zajedno, osiguravajući se međusobno od pada, a da do većine nesreća dolazi zbog neispravnosti opreme ili nepažnje, dakle one se često mogu spriječiti ili se mogu spriječiti njihove nepoželjne posljedice.

Poznavanje osnovnih alpinističkih vještina korisno je svakom planinaru, pogotovo za kretanje u strmim, visokim i opasnim planinama gdje se za penjanje ili silaženje moramo koristiti rukama i nogama, ali i moždanim vijugama.

Na svakom mjestu gdje se treba koristiti rukama treba biti okrenut licem prema stijeni. Također, strogo se treba pridržavati pravila »tri čvrste točke«. Na strminama se uvijek držimo s tri ekstremiteta, a pomičemo ili jednu ruku ili jednu nogu, tražeći mjesto gdje ćemo se moći čvrsto primiti ili osloniti, održati ravnotežu i spriječiti pad. Najčešće greške početnika su oslanjanje koljenima o stijenu i grčevito držanje s očajničkim njihovim na užetu.

Sportsko penjanje

Unutar alpinizma se u novije vrijeme razvijaju i alpinističke podspecijalnosti, kao što su penjanje u zaleđenoj stijeni i penjanje u umjetnoj stijeni. Za razliku od »tehničkog« penjanja u sve većem je zamahu slobodno penjanje-penjanje bez tehničkih pomagala (samo sa osiguranjem).

To je sport koji se u svijetu počeo razvijati sredinom 80-tih godina. Gotovo u isto vrijeme uzeo je maha i u Hrvatskoj tako da je 1985 god. organizirano na Marjanu iznad Splita prvo natjecanje.

Za razliku od alpinizma, sportski se penjači penju bez ikakvih pomagala – samo s prstima i trenjem, a penjački i m pribor služi za osiguranje.

Speleologija

Speleologija ili špiljarstvo je planinarska specijalnost koja istražuje podzemlje. Uz samo spuštanje u podzemlje, speleologija ima i istraživačku zadaću u smislu proučavanja geoloških slojeva zemlje, biljnog i životinjskog svijeta pod zemljom, ostataka praljudi i dr.

Pod pojmom speleološki objekti podrazumijevamo špilje, jame, ponore i ostale prirodne rupe u zemlji. Jame su uglavnom vertikalne, špilje horizontalne, a najčešće su kombinacije. Ponori su speleološki objekti u koje poniru i kroz koje teku podzemne vode.

U speleološkim objektima susrećemo špiljske ukrase stalagmite i stalaktite. Da ih ne bi pobrkao, zapamti jednom zauvijek da stalagmiti »gmižu« po zemlji, a oni sa »T« vise.

Hrvatsko podzemlje

Najduži jamski sustav u Hrvatskoj je sustav Đula-Medvedica kod Ogulina (16 km), a najdublja jama je Lukina jama u Hajdučkim kukovima na Velebitu, zasad duboka 1392 m. Druga po dubini je jama Slovakia (-1017m), svega 2 i pol km udaljena od Lukine jame. Zagrebu najbliži veliki speleološki objekt je špilja Veternica kod Gornjeg Stenjevca, čiji su podzemni hodnici duži od 7 km. U njoj su otkriveni ostaci prvih purgera, a u današnje vrijeme učestali su umjetnički

»underground« koncerti. Za turistički posjet, osim Veternice, uređene su špilje Vrlovka kod Ozlja, Lokvarka u Gorskom kotaru, Cerovačke pećine kod Gračaca, Grgosova špilja kod Otruševca u Samoborskom gorju i dr.

Visokogorsko planinarenje

Pojam visokogorskog planinarenja podrazumijeva kretanje u visokim planinama iznad 2500 metara. Posjet takvim planinama zbog mnogo snijega i atmosferskih (ne)prilika moguć je samo u najpovoljnijem dijelu godine, a ponekad ni onda. S porastom visine životinjski svijet i vegetacija sve su rjeđi, baš kao i zrak. Visokogorsko planinarenje zahtijeva veliko planinarsko iskustvo koje se stječe višegodišnjim niskogorskim planinarenjem i postupnim stjecanjem visokogorskog iskustva, najbolje u, nama najbližim, Alpama. Među ostalim, visokogorsko planinarenje zahtijeva izvrsnu kondiciju i temeljite pripreme i spretnost u nekim alpinističkim



vještinama (kretanje u stijeni, navezivanje) te upotrebi cepina i ostale potrebne opreme.

Ostale planinarske specijalnosti

Iz planinarske orijentacije razvilo se tzv. orijentacijsko trčanje. Pomoću specijalki mjerila M=1:10000 i kompasa, natjecatelji u planini traže kontrolne točke (KT) obilježene crveno-bijelim zastavicama, a onaj tko pronađe sve kontrolne točke i prvi dođe na cilj proglašava se pobjednikom.

Padobransko jedrenje ili paragliding je relativno nova pojava u planinama i na nebu iznad njih, zanimljiva za letače kao i za zemaljske promatrače.

Najpoznatija Hrvatska planinarska društva (HPD)

„Željezničar“, „Zagreb Matica“, „Velebit“ (najviše studenata) u Zagrebu; „Paklenica“ u Zadru; „Mosor“ u Splitu; „Platak“ u Rijeci itd.

Preporučena planinarska literature:

Zlatko SMERKE: Planinarstvo i alpinizam, planinarski udžbenik

Željko POLJAK: Hrvatske planine, planinarsko-turistički vodič

Mirko ZGAGA i Ivo GROPUZZO: Kroz visoke planine, 1952.



Darko Ohnjec (više na www.geof.hr/~dohnjec)

