



Vodič



Sufinancira
Europska unija



TASTE

Ruralni razvoj kroz iskustveni trekking

www.tasteoutdoor.eu



COMITATO
REGIONALE
UMBRO



Sadržaj

PROJEKT TASTE

Izrada tematskih ruta kroz outdoor sportove

4

POZADINA

Kontakt s prirodnim elementima

8

UVOD

Otvaranje perspektive

13

POGLAVLJE 1

Kako odabrati fizičku i iskustvenu destinaciju za izlet

18

POGLAVLJE 2

Kako prepoznati novu pješačku rutu koja uključuje točke interesa lokalne baštine

27

POGLAVLJE 3

Tehnički aspekti

33

ZAHVALA

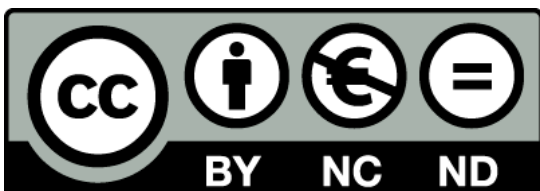
49



Sufinancira
Europska unija

Projektu nr.10104995

Financirano sredstvima Europske unije. Izneseni stavovi i mišljenja su stavovi i mišljenja autora i ne moraju se podudarati sa stavovima i mišljenjima Europske unije ili Europske izvršne agencije za obrazovanje i kulturu (EACEA). Ni Europska unija ni EACEA ne mogu se smatrati odgovornima za njih.



Ovaj je dokument licenciran pod licencom **Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)**

Za stvaranje tematske rute kroz sportove na otvorenom

Prijedlog projekta **TASTE – Ruralni razvoj kroz iskustveni trekking** nastao je rastom različitih vrsta nišnog turizma posljednjih godina, kao što su avanturistički turizam, sport turizam, prehrambeni i vinski turizam, iskustveni turizam i potreba za doprinosom održivom razvoju europskih ruralnih područja.

Projektne partneri uočili su potrebu da se udrugama, nevladinim organizacijama i lokalnim subjektima osiguraju posebne vještine potrebne za iskorištavanje ogromnog potencijala održivog turizma i sporta na otvorenom. Opći je cilj TASTE-a izgraditi kapacitete lokalnih zajednica i dionika koji će im omogućiti da promiču svoju kulturnu i prirodnu baštinu putem održivih ponuda na otvorenom, istovremeno potičući praksu aktivnosti za poboljšanje zdravlja.

Konkretno, naglasak će biti na iskustvenom planinarenju i poboljšanju ruralnog krajolika. Prirodna i kulturna baština postat će osnova za osmišljavanje i oblikovanje izleta, te općenito aktivnosti





na otvorenom kako bi bile privlačne turistima i entuzijastima, čime će se povećati sudjelovanje u sportovima na otvorenom i općenito u tjelesnim aktivnostima. TASTE se temelji na stvaranju i širenju participativne metodologije i pristupa temeljenog na zajednici usmjerenog na poticanje održivih i odgovornih vrsta turizma i mobilnosti, kompatibilnih s gospodarstvom i okolišem. Cilj projekta je zapravo pomoći osoblju organizacija sudionica da povećaju svoje kapacitete za razvoj. To uključuje i buduće korisnike rezultata projekta, u smislu razvoja održivog ruralnog turizma i promicanja ekološki prihvatljivih praksi i sportskih aktivnosti.

Zajedno s zbirkom tematskih ruta TASTE (dostupnom na internetskim stranica-ma projekta do veljače 2024.), ovaj Vodič daje glavne rezultate projekta. Ovaj se Vodič temelji na nalazima istraživačkih aktivnosti provedenih u partnerskim zemljama u prvim mjesecima projekta. Zapravo, s ciljem utvrđivanja korisnih razmatranja i prijedloga za pripremu TASTE vodiča, provedene su istraživačke aktivnosti u Italiji, Francuskoj i Hrvatskoj. Istraživanje je organizirano u dvije faze:

Prvi posvećen otkrivanju potreba planinara na terenu, drugi ispitivanju postojećih ruta koje karakteriziraju lako prepoznatljive teme. Prva faza rezultat je upitnika koje su talijanski, francuski i hrvatski partneri dostavili izletnicima koji su analizirali članovi talijanske, francuske i hrvatske partnerske udruge, te putem fokus grupa francuskog partnera. Francuski partner odabran je zbog nedavnog iskustva u upravljanju upitnicima, stoga se smatra

učinkovitijim u upravljanju istraživanjima putem fokus skupina, kao i iskorištavanju stečenog iskustva.

Drugu fazu karakterizirala je identifikacija triju tematskih ruta, za svakog od partnera, te je stoga korisna za usporedbu potreba planinara s postojećim rutama na određenu temu. **Zajedničko izvješće TASTE** je dokument koji sažima rezultate terenskih i istraživanja za stolom koje su proveli projektni partneri na svojim teritorijima i zajednički opisuje karakteristike i razmatranja potrebna za izradu TASTE vodiča.

Rezultati koji proizlaze iz terenskih i uredskih istraživanja identificiraju dva područja studija koja treba razviti, prvo je posvećeno teritoriju, njegovom posebnosti i ponudi dostupnih usluga i opreme. To je «objektivna» strana planinarenja u smislu da teritorij postoji sam po sebi i da je u svakom slučaju dostupan onima koji ga koriste. Drugo područje je «subjektivno» i odnosi se na tumačenje teritorija i njegovog potencijala.

Ovaj Vodič za stvaranje tematskih putova stoga ima na umu te aspekte i pruža operativne alate usmjerene na olakšavanje rada.



Stefano Pasquini-Imaginarius

Kontakt s prirodnim elementima

U posljednjih dvadesetak godina ljudi su postali svjesni važnosti bavljenja sportom za zdravlje, dobrobit, izazove i razvoj međuljudskih odnosa. Oni osjećaju potrebu za kontaktom s prirodnim elementima.

Urbani život, sjedilački način života, fascinacija brzim i lakim putovanjem automobilom, individualizam i naglasak na konzumerizmu uvelike su osujećeni zdravstvenim krizama. Kriza uzrokovana bolešću COVID-19 prisilila je ljude da ostanu u svojim domovima u Europi i širom svijeta. To je otvorilo oči mnogim praktičarima, ali i onima koji su uključeni u zajednice, vladine odjele, zdravstvo, obrazovanje te kulturne i društvene aktivnosti.

Iako sportske dvorane još nisu napuštene, sada se nudi i paralelna paleta sportova na otvorenom. Te su ponude privatne ili javne, komercijalne, individualne ili asocijativne te stoga čine dvije komplementarne aktivnosti. Stoga dovodi do ove vrste humora na društvenim mrežama. Pogledajmo definiciju sportova u prirodi koju su dali Europska zajednica i udruženje ENOS (Europska mreža sportova na otvorenom):

Sportovi u prirodi " [...] prakticiraju se

u područjima ili na lokacijama i itinererima koji mogu uključivati staze, kopnene ili podzemne prolaze koji pripadaju javnoj ili privatnoj domeni javnih tijela ili pripadaju privatnim vlasnicima, kao i javne ili privatne vodotoke".

Sportovi u prirodi postaju ključni za mnoge europske građane; postaje potrebno razvijati ih na održiv način kako bi se poboljšale i održale koristi koje pružaju (Povelja ENOS-a iz 2013.). Najpopularniji sportovi su planinarenje, biciklizam i plivanje. Trenutne studije pokazuju da se sportovi u prirodi široko prakticiraju pojedinačno ili u skupinama, s malo ili nimalo strukture, unutar dobrovoljnih udruga.

Živimo u eri klimatskih preokreta i nesigurnosti prirodnih okruženja, koje su životna okruženja za vrste flore i faune, kao i za ljude. "Kao i kod biološke raznolikosti, koja uključuje širok raspon prirodnih staništa i vrsta flore i faune, postoji i širok raspon namjena, uključujući sportove u prirodi i aktivnosti u slobodno vrijeme". (Benoît Pascault, voditelj projekta, koordinator za sport u prirodi, Conservatoire d'espaces naturels Rhône-Alpes).





Stefano Pasquini-Imaginarium

Za usklađivanje sportskih aktivnosti u prirodi i prirodne baštine, suživot i dijeljenje prostora zahtijevaju usklađeno i podijeljeno upravljanje, jer to jamči veće lokalno vlasništvo i rezultat je uspješnog upravljanja.

Počnimo s nekoliko preliminarnih priprema za naše ideje o sportovima u prirodi:

- Ove aktivnosti, uključujući planinarenje, moraju biti dostupne svima, svugdje i u svim vremenskim prilikama.
- predstavljaju slobodu koju svima nudi privatni ili komercijalni svijet ili udruge.
- moraju biti dostupni svima, posebno u

financijskom smislu, jer su skupine u nepovoljnom položaju često manje sklone sportovima u prirodi.

- Zbog ograničenja ruralnog i prirodnog okoliša, sportovi u prirodi zahtijevaju od korisnika da uče, da slijede pravila i prakse koje su pažljivo promišljene, pa čak i da vježbaju pod nadzorom.
- Sportovi u prirodi, zbog rizika koje nose, mogu biti opasni na isti način kao i druge ljudske aktivnosti. Stoga moraju biti predmet informiranja, osposobljavanja i preporuka, čak i ako su plod zajedničkog





Stefano Pasquini-Imaginaris

promišljanja, na koje instruktori i sudionici mogu biti preplaćeni. U mjeri u kojoj su te najbolje prakse rezultat razmjene između dionika i korisnika, one se moraju razviti uz savjetovanje i na terenu.

- Stoga očekujemo da sportovi u prirodi ojačaju veze između društvenih, gospodarskih, kulturnih i turističkih aktera u regiji.

Zaključno, nadajmo se da će se sportovi u prirodi nametnuti kao vektor socijalne kohezije, pravednog i etičkog razvoja, koji provode lokalni dionici.

Cilj ovog priručnika je pružiti što više informacija o tome kako odabrati destinaciju, te kako percipirati, primijeniti i prilagoditi želju za istraživanjem i otkrivanjem novih šetnji, za one koji rade na terenu, za volontere i za one koji žele doprijeti do ljudi koji

imaju malo iskustva u tim aktivnostima i koji su daleko od komercijalnih ponuda. Namijenjen je tim istim volonterima, društveno-kulturnim liderima, lokalnim akterima gospodarskog razvoja, strukturiranim ili neformalnim udrugama i skupinama pojedinaca koji žele izgraditi sigurnu ponudu u skladu s održivim razvojem, poteškoćama klimatskih promjena i mogućnostima sudionika.

Naš je cilj pružiti sažet i praktičan pregled. Sastoji se od tri elementa.

Za osobe s malo iskustva u planinarenju i orijentaciji važno ih je potaknuti da:

- Se snađu, bilo blizu ili dalje. Urbane šetnje izvrstan su način za to.
- Otkrivanje prirode. Nije neuobičajeno u urbanom okruženju upoznati odrasle ili



djecu koja nikada nisu putovala izvan granica grada, koliko god mala bila, osim iz administrativnih razloga ili posjetiti pri-gradske zone aktivnosti poput trgovačkih centara, ali rijetko za slobodno vrijeme.

- Razumijevanje ekoloških ciklusa, odakle dolazi ono što konzumiramo i kako ga proizvode lokalni subjekti.
- Povratak kulturnoj baštini. U vrijeme kada priče o povijesti i avanturama cvjetaju na namjenskim web stranicama i ekranima, povratak lokalnoj baštini redefinira identitet šetača.
- Usredotočite se na brigu o svom tijelu, bavljene sportom tijekom dužeg vremenskog razdoblja, više puta, poboljšanje zdravlja ili izazivanje sebe. Olimpizam i natjecanje nisu jedini ciljevi sporta.
- Poljoprivredni proizvođači, uključujući vinogradare, stočare i lokalne poslovne lidere, ispunjavaju specifikacije za održivi razvoj;
- Otkrijte drevnu baštinu i znanje.
- Objasniti proizvodne procese, alate, poboljšanja, ograničenja i običi objekte.
- Objasniti ograničenja povezana s očuvanjem zemlje i staza, ali i s današnjom trgovinom.
- Pokazati i objasniti kulturnu baštinu naših regija i poteškoće povezane s njezinim očuvanjem, obnovom i promocijom.

Konvergencija svih tih želja i ograničenja može dovesti do tematskih ili empirijskih projekata povezanih s novim načinima lokalnog ili udaljenog turizma. To će biti predmet prvog dijela ovog priručnika.

Drugi dio projekta je visoko tehnički, pružajući sve uvjete za sigurno sportsko iskustvo u prirodi, koristeći moderne alate. Sudionici će moći iskoristiti ove alate, pro-

ći obuku i zauzvrat predložiti nove projekte, koristeći tehniku "spin-off".

Ovaj dio sastavili su planinarski vodiči i instruktori koje su njihovi savezi obučili u ovom području. Ispunjava sve zahtjeve sigurnosti, predviđanja i iščekivanja mogućih događaja. Kako se ovaj odjeljak ne bi preopteretio, dodat će se indeks koji će svima omogućiti da pronađu alate koje nude različite europske zemlje.

Konačno, treći dio će razmotriti nekoliko primjera predloženih itinerera::

- prema njihovoj dužini.
- kulturna ili prirodna baština.
- predstavljanje poljoprivredne ili, točnije, vinogradarske ponude.

Ove primjere odabrali su sudionici ovog projekta, na temelju resursa zemalja koje su posjetili: Hrvatske, Italije i Francuske..

“ Kao i kod biološke raznolikosti, koja uključuje širok raspon prirodnih staništa i vrsta flore i faune, postoji i širok raspon namjena, uključujući sportove u prirodi i aktivnosti u slobodno vrijeme **”**



Otvaranje perspektive

Brojni više ili manje specijalizirani turoperatori nude mogućnost razgledavanja, otkrivanja i istraživanja novih destinacija u svim dostupnim dijelovima planeta, različitim sredstvima lokomocije, ovisno o lokaciji i udaljenosti, za pješaćenja u rasponu od tri dana do mjesec dana ili više. Teme su raznolike, pokrivaju krajolike, planine, more, faunu, floru, kulturu, baštinu i još mnogo toga.

Organiziranje šetnje može biti nezgodan posao jer postoje brojni administrativni postupci i zahtjevi za odobrenje. Nema mjesta improvizaciji kada je u pitanju preuzimanje odgovornosti za grupu ili objavljivanje dokumenta za javnost. Međutim, današnje agencije, koje su još uvijek rijetke, nude tematska putovanja koja malo pažnje posvećuju lokalnim običajima, praksama i proizvodima. Oni ne rade s lokalnim stanovništvom, koje bi moglo imati financijske koristi od zaustavljanja, i ne daju pravi doprinos lokalnom razvoju i samodostatnosti.

Cilj ovog dokumenta je pružiti alate za otvaranje novih perspektiva koje će omogućiti pojavu novih ponuda u skladu s ciljevima o kojima se do sada malo raspravljalo. Postoje četiri cilja:

Cilj 1

Zadovoljiti novonastalu potražnju, vjerojatno potaknutu nedavnom globalnom zdravstvenom krizom, sa željom za manje pasivnim iskustvom odmora, promatrati, osjetiti i okusiti lokalno okruženje. Ovaj isku-

stveni turizam, još u povojima, uzima svoj znak iz mašte, emocija i užitka otkrivanja ili otvaranja iznimnim susretima, bilo društvenim, intelektualnim, emocionalnim ili duhovnim. Ovaj se koncept temelji na četiri glavne ideje::

- Steknite nova znanja uranjanjem u lokalnu kulturu;
- Stimulirajte osjetila u ruralnim i urbanim područjima: upustite se u nepoznato ;
- Postanite dio putovanja ;
- Otkrijte nove načine kretanja..

Ova otkrića također pružaju priliku za učenje o ekološki odgovornom turizmu i njegovim prednostima za planet. Na taj način promociju čina kupnje zamjenjuje prekrasan suvenir za putovanja.

Cilj 2

Poticanje ekološki prihvatljivijeg ponašanja dodavanjem ili razvojem obrazovnog aspekta iskustvima kako bi se sudionici uključili u zaštitu i razvoj naše prirodne i kulturne baštine. Čak i ako ne može biti «nula ugljika», održiviji turizam mora:

- Optimalno iskoristiti ekološke resurse. To je ključni element u razvoju turizma, očuvanju bitnih ekoloških procesa. Pomaže u zaštiti prirodnih resursa i biološke raznolikosti.
- poštovanje sociokulturne autentičnosti zajednica domaćina, očuvanje njihove strukture i živih kulturnih dobara te njihovih tradicionalnih vrijednosti. To pridonosi međukulturnom razumijevanju i toleran-





ciji.

- *“osigurati dugoročnu gospodarsku aktivnost kojom se pružaju i raspodjeljuju socioekonomske koristi svim dionicima, uključujući stabilno zapošljavanje, mogućnosti primanja i socijalne usluge za zajednice domaćine, čime se doprinosi smanjenju siromaštva.”* (Međunarodna organizacija rada).

Cilj 3

Dati prednost eksperimentiranju u vinogradarstvu i agro-stočarskoj proizvodnji, kao dio održivijeg razvoja terroira. To znači donošenje važnih odluka u pogledu okoliša, klimatskih pitanja i biološke raznolikosti flore i faune. Na primjer, ekoturizam *“definira se kao globalni pristup turističkog posjetitelja na ljestvici proizvodnih i prerađivačkih sustava grožđa, kombinirajući i ekonomsku održivost struktura i teritorija, dobivanje kvalitetnih proizvoda, uzimajući u obzir zahtjeve preciznog vinogradarstva, ekološke rizike, sigurnost proizvoda i zdravlje potrošača te poboljšanje baštine, povijesni, kulturni, ekološki i krajobrazni aspekti”.* (Territoires viticoles, listopad 2023.)

Cilj 4

Poticati lokalni razvoj samih proizvođača, pružajući im pristup potrebnim alatima osposobljavanjem i razmjenom praksi koje ljude stavljaju u središte pristupa. Na primjer, programima ruralnog razvoja može se poduprijeti inicijativa Pametna sela, čiji je cilj pružanje višenamjenskih alata. Time će se doprinijeti poticanju i jačanju inovacija u ruralnim područjima diljem Europe te rješavanju najčešćih izazova s kojima se suočavaju njihovi stanovnici..

Umjesto da se oslanjaju na želje i mogućnosti ruralnih sudionika, regije imaju priliku osloniti se na znatiželju turista o svojim poljoprivrednim proizvodima i kultur-



Stefano Pasquini-Imaginarium

nom i krajobraznom svijetu. To bi potaknulo pojavu originalnih proizvoda - zabavnih, kreativnih i inovativnih - dizajniranih da ispunе očekivanja turista. Distribuirala bi ih mreža kojom bi upravljali sami proizvođači, grupirana u malim zajednicama na istom području. Iz ova četiri cilja proizlaze konkretna pitanja o novim lokalnim inicijativama i njihovim potrebama za stvaranjem i razvojem nove niše u razvoju turizma.





Stefano Pasquini-Imaginaris

Začetnice Ovog priručnika su organizacije koje su relevantne u području hodaanja, planinarenja i sportova u prirodi. Očima i iskustvom hodača na duge staze pokušat ćemo odgovoriti na tri glavna pitanja:

- Koji je cilj šetača i što pokušavamo postići usmjeravanjem izbora prema "udaljenim" ruralnim područjima, gdje je razvoj spor i poštuje se vrijeme i prostor?
- Nakon što se ovaj izbor shvati i integri- ra, promotor šetnji morat će znati kome se obratiti, koja su lokalna ograničenja i koje institucije kontaktirati. Koncept hodaanja može biti jednostavan, ali njegova primjena je složena.
- Koja vam je tehnička oprema potrebna za pješčačenje, bilo na dan ili tjedan?

Osim stvaranja zajednica, takav pristup trebao bi omogućiti poljoprivrednom turizmu razvoj i stjecanje većeg priznanja. To predstavlja preokret perspektive, viziju poljoprivrede koja je otvorena turizmu i obrnuto.

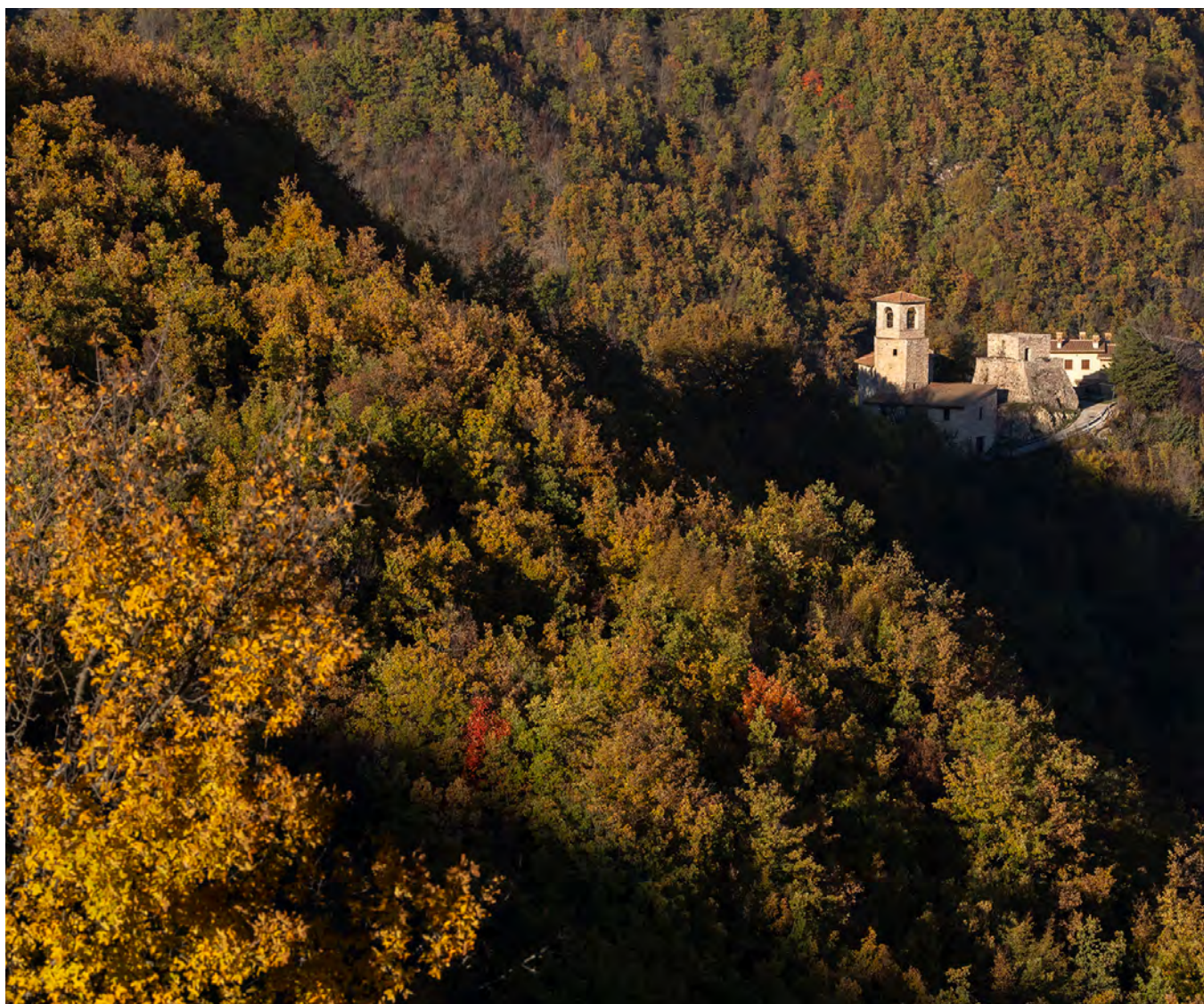




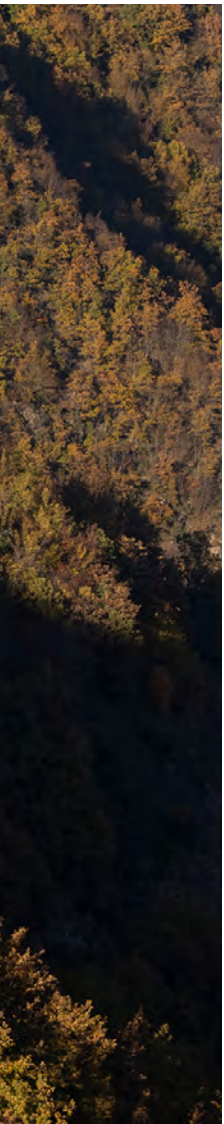
Stefano Pasquini-Imaginaris



Kako odabrati fizičku i iskustvenu destinaciju za izlet



Stefano Pasquini-Imaginarium



Svako dobro putovanje započinje destinacijom. Ali postoji mnogo dobrih destinacija! Iako paradoksalan, projekt TASTE svodi se na učenje prave 'svrhe' svake faze i svakog iskustva.

Ljudske avanture rađaju se iz potrebe, a planinarenje nije iznimka. To nije "šetnja", to je uvijek rezultat potrebe, ispunjenja, volje ili želje. Ljudi su uvijek istraživali, putovali i razmjenjivali nova mjesta, praznine za popunjavanje, materijalna ili egzistencijalna pitanja. "Gdje" često postaje mjesto za napuštanje našeg pitanja, udaljenost za putovanje kako bi se dobio odgovor. Mjesto, povijest, krajolik, osjećaj... Uvijek postoji razlog zašto obujemo cipele i krenemo na put! Prilikom planiranja putovanja prva pitanja su: "Zašto?" i "Kamo idemo?"

Mjesto nije definirano samo fizičkim kriterijima. Ona svjedoči o povijesti, okolišu, vjerovanju, tradiciji i kulturi, kroz one koji su je kovali. Osjeća se kroz glasove, poglede, spise, mirise i okuse.

Osim posjeta, mjesto postaje istinsko osjetilno iskustvo, ispunjavajući potrebu i popunjavajući prazninu. Izvan ovih prostorija, evo nekoliko smjernica o tome kako odabrati izletišta. Jasno je da je nemoguće sastaviti klasifikaciju ili iscrpan popis, s obzirom na složenost ljudskih potreba, koje su toliko raznolike i osobne da predstavljaju beskonačan potencijal. Kao rezultat toga, "prvi izlet" treba promatrati kao povratak sebi i drugima, kako bi se razumjela svrha pretraživanja, temeljni razlog, potrebe i definicija cilja!

“ Najviša planina je još uvijek u nam

Walter Bonatti

”

Pitanje je zašto

Planiranje izleta nije samo stvar predviđanja puta kojim prolazi tijelo, već i um. Vidjeli smo da je, kao i svako ljudsko iskustvo, izlet rezultat potrebe i pitanja, ali nijedan vodič, koliko god sveobuhvatan bio, ne može dati odgovore. Prvo pitanje koje si trebate postaviti može se činiti jednostavnim i intimnim: "Zašto želim ići na ovo putovanje?" i "Što me motivira?" Odgovori nisu tako jednostavni kao što se čini. Evo nekoliko ideja i pitanja koja treba unaprijed razmotriti:

- Moj je cilj ponuditi osjetilno iskustvo: vidjeti, slušati, dodirivati,



mirisati i kušati;

- Moj je cilj da ako nudim duhovno iskustvo: introspekciju, opuštanje, zadovoljstvo i socijalizaciju.
- Želim li nastojati povezati osjetilna i duhovna iskustva.

U ova tri slučaja preporučljivo je jasno identificirati potrebe i definirati mjesto koje bi ih moglo zadovoljiti. Evo nekoliko odgovora..

Vrste odredišta

Kako se bolje upoznajemo s pojmom 'cilja' i žongliramo sa suptilnostima unutarne potrage, smatramo korisnim klasificirati različite vrste ciljeva, kako bismo razjasnili njihove konotacije. Popis, kao što smo vidjeli, ne može biti iscrpan; Tisuću stranica ne bi bilo dovoljno u katalogiziranju svih nijansi osobnih potreba. Jednostavno vam želimo pomoći u vašoj potrazi, identificiranjem i opisivanjem nekih od njih.

Destinacije koje će probuditi ili zadovoljiti sva naša osjetila

1. Gastronomska destinacija. "Imerzivno" par excellence, ovo odredište uključuje sva osjetila, intelekt i srce. Počinje sa željom da saznamo više o proizvodu ili okusu, kroz degustaciju, ali i kroz njegovu povijest, terroir, tvorce, metode proizvodnje i znanje koje ide uz to. Vježbajte svojih pet osjetila, prepisujte ih i podijelite. Okusno iskustvo nalazi se u sjećanju na "sendvič od omleta", tijekom piknika iz djetinjstva u društvu rođaka, začinjene bruskete, s novim maslinovim uljem za stolom prijatelja u prekrasnom selu. Ili to posebno vino otkriveno u konobi čije je postojanje bilo poznato samo starcu... Zašto se toga sjećamo? Naše pamćenje aktiviraju emocije koje stvaraju ove namirnice i, zauzvrat, snažno utječe na naše gastronomske izbore. Izbor gastronomske destinacije dovodi do većeg poznavanja proizvoda i nudi mnoštvo osjetilnih i emocionalnih iskustava koja se nikada nisu mogla predvidjeti!

2. Otkrivanje krajolika. Koliko nas je puta otkriće spektakularne fotografije koja oduzima dah natjeralo da odemo tamo? Podsjeća na one trenutke kada smo nesvjesno isplanirali slikovitu destinaciju. Ali pazite, ne ciljamo samo na zadovoljavanje našeg vizualnog smisla, već pokušavamo reproducirati emocije generirane u nama. Dakle, obujmo cipele, ne toliko da dodemo do mjesta gdje je snimljen kadar, već da ponovno proživimo emocije, deseterostruko pojačane suočavanjem sa stvarnim okruženjem, do točke mogućeg čuđenja

3. Uronite u povijest i kulturu destinacije. Želi li vaše dijete podučiti o «Kasnom srednjem vijeku»? Osjećate li se neobično bezvoljno kad čujete priče o «Gvelfima i Gibelinima», dinastijama kraljeva i careva? Mnoga povijesna razdoblja i pojave ostavile su traga na neočekivanim, sekundarnim, pa čak i nepoznatim mjestima. Ne samo da možete pomoći u otkrivanju tih mjesta, već i povijesti koja leži skrivena u njima. Često u izoliranim crkvama, malo poznatim selima ili najskrivenijim ruševinama postoje znakovi ili tragovi koje znate iz knjiga ili dokumentarnih filmova. Postoji samo jedna razlika: emocija otkrića i rezultirajuće imerzivno iskustvo u trenu će razbiti dosadu koju generira «akademska» povijest. Možda ćemo se onda sjetiti podviga oružja koji su se dogodili na tim mjestima i ljudi koji su živjeli, radili i umirali na ovim zemljama!

4. U potrazi za antropološkim pristupom. U antropologiji naša mašta odmah dočarava vizije plemena izoliranih desetljećima usred džungle, gigantskih spomenika, tajanstvenih obreda i nepoznatih jezika. Ono što danas predlažemo je nešto "jednako izvanredno": pokušajte prošetati uskim ulicama malog sela, sjedeći sa staricom koja pleće ispred njene kuće. Nakon nekoliko minuta mogla bi ispričati priču o receptu koji je njezina majka kuhala, o igri koju je igrala na trgu ljeti tijekom seoske fešte, o tome što







Stefano Pasquini-Imaginaris

se poslužuje za ručak na dan sveca zaštitnika, njegovoj povijesti i čudima, pretvarajući vas u amaterskog antropologa!

Odredište za gledanje prema unutra

Granica između "izvana" i "iznutra" je tanka i propusna u opisu odredišta, zbog ljudske složenosti. Ponovimo, dakle, da, iako je nemoguće uspostaviti jasnu granicu između tih kategorija, ovu klasifikaciju uspostavljamo u jednostavne opisne svrhe.

1. Opuštanje u destinaciji i pogled iznutra. Ova dva koncepta kombiniramo jer su često dobri prijatelji. Opuštanje potiče introspekciju i obrnuto. Osjećate li potrebu odustati od pomame za rutinom, čak i na nekoliko sati, potrebe da se sklonite od buke, da šutite, kako biste slušali to "nešto" u sebi?

2. Socijalizacija i novi odnosi. Okruženi smo ljudima s kojima smo sve više povezani virtualno, nauštrb fizičke bliskosti. Postoje mjesta ili konteksti koji nude autentično društveno iskustvo: provesti noć u planinarskom domu, pred vatrom u društvu drugih gostiju, zagrijati se šalicom vruće čokolade, raspravljati o svom usponu ili naporima vašeg pješaćenja i divljini s kojom ste se susreli. To je više od sjedenja oko kamina zbog kojeg dijelimo svoju ljudsku prirodu sa strancem i prepoznamo svoju drugu.

Jasno je da svaki šetač ima svoj cilj ili potrebu za zadovoljavanjem. Tako se projekt nove tematske rute oblikuje, artikulira i identificira mjesta na kojima se materijalno realizira. U tom smislu, vrijedi istaknuti da se ista ruta može tumačiti na različite načine, ovisno o određenom trenutku u životu. U



tom smislu, ako je namjera šetnje bila gastronomska, potrebno je potražiti gastronomska mjesta koja također karakteriziraju to područje. I dalje će biti zanimljivo, pa čak i potrebno, pronaći druge aspekte na tim istim mjestima koji mogu zadovoljiti druge pristupe hodanju (krajolik, kultura, sport itd.).

Svako odredište ima svoj "popis" za identifikaciju ciljne skupine za obilazak

Nakon što otkrijemo naše odredište, sve što trebamo učiniti je identificirati mjesto s kojeg možemo doći do njega. Evo nekoliko kontrolnih popisa koji će vam pomoći u tome:

1. Destinacijska gastronomija i ruralna izvrsnost

- O kojem se proizvodu radi?
- Za koju je regiju ovaj proizvod tipičan?
- Je li proizvod povezan sa sezonalnošću?
- Postoje li tvrtke ili aktivnosti posvećene proizvodnji ili preradi ovog proizvoda?
- Postoje li već rute ili staze posvećene ovom proizvodu?
- Postoje li publikacije koje mi mogu dati više informacija o proizvodu?

2. Prirodno obilježje odredišta

- Znam li gdje želim ići?
- - Koliko je daleko ovo mjesto?
- - Znači li doći do njega putovanje drugim sredstvima?
- - Je li udaljenost ograničena na jedan ili više dana?
- - Da li putevi do tamo već postoje?
- - Može li se doći u bilo koje doba?
- - Mogu li posjetiti u posebnim uvjetima (snijeg, cvijeće itd.)?

3. Destinacija Povijest i kultura

- Koji je povijesni cilj (točka, događaj, karakter) na koji se želim usredotočiti?
- Gdje mogu pronaći povijesne informacije o svom cilju?
- Postoje li neka mjesta koja su otkrivena

iz tih izvora koja su povezana s mojim ciljem?

- Postoje li ceste koje dolaze do tih mjesta?
- Postoje li publikacije koje sadrže informacije o ovoj lokaciji s obzirom na moj cilj?
- Je li moguće imati specijaliziranog vodiča na licu mjesta?

4. Antropološki pristup

- Za koji antropološki aspekt (tradicija, obred, jezik itd.) želim znati?
- Antropološki aspekt tipičan je za koju regiju?
- Je li ovaj aspekt povezan s određenim dobom godine? (Razmislite o tradicijama povezanim s određenim festivalima).
- Gdje mogu pronaći informacije o antropološkom aspektu koji ću doživjeti?

5. Destinacijsko opuštanje i pogled iznutra

- Gdje bi bilo dobro mjesto za moj cilj?
- Postoje li doba godine kada destinacija nije dostupna?
- Postoji li doba godine kada je preporučeno?
- Koje bi aktivnosti povezane s mojim putovanjem mogle biti korisne u postizanju mog cilja (meditacija, toplice, joga itd.)?
- Kako, gdje i kada su te corollary aktivnosti dostupne?
- Kako moj izlet može biti povezan s ovom aktivnošću?

6. Destinacijska socijalizacija i novi odnosi

- Kakvo bih društveno iskustvo želio podijeliti?
- Koje staze ili sadržaji mogu mi ponuditi takvo iskustvo?
- Koje doba godine je najprikladnije za iskustvo koje tražim?
- Postoje li neke corollary aktivnosti koje mi mogu pomoći u postizanju mog ci-





Stefano Pasquini-Imaginarium

lja?

- Kako, gdje i kada su te aktivnosti dostupne?
- Kako ova aktivnost može biti povezana s mojim izletom?
- Postoje li načini komunikacije sa zajednicama s kojima ću kontaktirati (društvene, zajednice itd.)?

Od odredišta do mjesta

Sastavljanje odgovora pomoći će vam da se projicirate u "fizički" svijet, da pronađete cilj koji je do sada ostao u apstraktnom svijetu želja i potreba. Ostala pitanja mogu uključivati sljedeće.

- Postoje li rute ili lokacije koje su već povezane s mojim ciljem?
- Je li moj cilj povezan sa specifičnim vanjskim čimbenicima?
- Jesu li ti vanjski elementi povezani s određenim poljem?
- Jesu li ti vanjski čimbenici povezani s određenim dobom godine?
- Ima li područje već označene staze?

- Postoje li publikacije u kojima mogu pronaći informacije o svrsi svog istraživanja?
- Postoje li povezane aktivnosti koje mogu podržati moj cilj?
- Gdje i kako se aktivnost može povezati s lokacijom ili planom putovanja?

Kao što ste možda primijetili u prethodnim primjerima i na ovom novom popisu, glavna pitanja koja treba proučiti su sljedeća::

- **Prostorno.** Moramo se odmah zapitati je li ono što nas zanima već povezano s određenim mjestom.
- **Uvjetovano vremenom i vremenskim prilikama.** Može li se naš cilj ostvariti samo u određeno doba godine?
- **Paralelna aktivnost.** Postoje li aktivnosti ili iskustva povezana s rutom ili lokacijom koja mogu pomoći u postizanju cilja? Kako i gdje mogu povezati ovu aktivnost



sa svojom rutom ili lokacijom?

- **Informacije.** Gdje mogu pronaći informacije o svom cilju? Mogu li pronaći informacije prije eksperimenta? Hoću li moći pronaći informacije izravno za vrijeme eksperimenta?

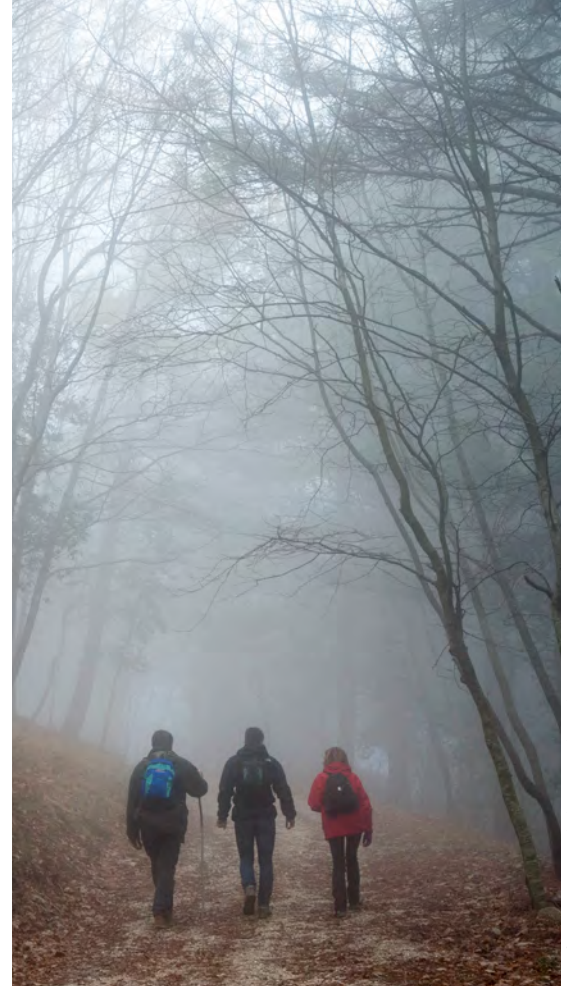
NNišta manje važno, moramo obratiti posebnu pozornost na sigurnost. Planiranje i organizacija zahtijevaju precizne pripremne radnje kako bi se rizik od nesreća sveo na najmanju moguću mjeru. Procjena potrebnih razina vještina (fizička, tehnička, ali i emocionalna, poput vrtoglavice) i dalje je važna. Je li priprema potrebna? Je li potrebna pomoć na licu mjesta? Konačno, vremenski uvjeti su još jedan čimbenik koji treba uzeti u obzir; Oni mogu značiti odabir sezone koja odgovara lokaciji, kako bi se izbjegle neugodnosti (snijeg, kiša, vjetar, vatra, velika vrućina itd.).

Planiranje rada

Kao dio korisnih smjernica za izradu tematskih itinerera (politematskih zapravo: kulturna baština, krajolik, antropološki, gastronomski i vinski, sportski itd.), Preporučljivo je podijeliti rad u faze kako bi se bolje planirali pojedinačni zadaci. Ispod je predloženi obris.

Pretraživanje

Područje se sastoji od mnogih varijanti koje određuju njegovo "zvanje"; Mješavina varijanti određuje njegovu druželjubivost. Pažljivo mapiranje karakteristika i značajki omogućuje nam da razumijemo njihovu prirodu i dobijemo potpunu sliku mogućih interakcija između sektora, zahvaljujući uključivanju onih koji žive na tom području i poznaju ga intimno, povezani s asocijativnim svijetom (multi-sportski klubovi na različitim razinama), s kategoričkim kanalima (smještaj i promocija), poljoprivrednom sektoru (obrazovna poljoprivredna gospodarstva, nišni subjekti, kvalitetni proizvo-



Stefano Pasquini-Imaginarium

đači), kulturnoj strukturi (profesionalni turistički vodiči i planinari, sveučilišta, knjižnice, zaklade, općine). Količina prikupljenih podataka imat će vlastitu tematsku organizaciju koja će se oblikovati na teritoriju, mapirana radi boljeg čitanja, u upotrebljivom opsegu.

Selekcija

Odabir je osnovni korak u stvaranju vrijednog "proizvoda" i mora uzeti u obzir nekoliko varijanti:

- kvaliteta domaće hrane,
- jednostavnost korištenja,
- sezonalnost,
- korelacija s "okolišem".

Ova operacija, koja je "subjektivnija" od drugih, također je ključna za postizanje uvjerljivijih rezultata u budućnosti. S druge strane, objektiv i rigorozan pristup odredit će uspjeh operacije u cjelini, iznad i povrh lokacija i kratkovidnih vizija stvarnih značajki. Potonje se mora shvatiti kao točke interesa usmjerene ne samo na rezidentnu javnost, već i na međunarodnu



javnost, s najsofisticiranijim apetitima, za koje "proizvod" s vremenom mora imati najveću strogost i ponovljivost. Njegova provedba povezana je s prirodom onoga što želite postići, uvijek poštujući mjesta i ljude.

Obrada

Nakon što se napravi početni izbor, različite teme će naravno i dalje postojati. Jasno je da nijedna ruta ne može pokriti sve gore spomenute teme. Mogu se odabrati različite teme koje će omogućiti rad i obogaćivanje odabrane niti i tako odrediti put. Kao što je gore predloženo, iskustveni pristup bit će dominantna i karakteristična linija za dobivanje imerzivne i zavodljive "priče".

Dovršetak

S obzirom na okvir našeg priručnika i ciljne publike, promotori ovih ruta posebno će paziti da ne poremete socijalnu i ekološku ravnotežu regija kroz koje prolaze s prekomjernim protokom ljudi. Cilj je promicati regije kao potencijalne aktere, a ne kao mjesta koja treba ju posjetiti potrošači svih vrsta iskustava..



Kako prepoznati novu pješačku rutu koja uključuje točke interesa lokalne baštine

ESvaki projekt zahtijeva novi početak. Kada govorimo o pješačkim ili trekking stazama, uključujući točke interesa, postaje važno planirati i projicirati očekivane rezultate rute. Osim toga, projekt definira nove rute koje će obogatiti ponudu lokalnih ili regionalnih zajednica, stoga je važno identificirati postojeće putove kako se ne bi kopiralo ili ponovilo ono što se razvija. Projekt se temelji na ponudi lokalnih poljoprivrednih proizvođača, koja može uključivati one kulturnih lokaliteta, tradicionalnih proizvođača artefakata i mnoge druge: treba ih identificirati i uključiti kao prioritet na ruti.

Konačni čimbenik u identificiranju rute trebao bi uključivati sve logističke aspekte dolaska do i od rute, sve objekte i sve relevantne informacije za sigurno i udobno putovanje rutom. Postoje tri glavne faze u procesu projektiranja:

- planiranje i projektiranje,
- obrada podataka
- apliciranje podataka.

Prije svega, potrebno je identificirati posebnosti regije ili zajednice kako bi se uključilo ono što je od posebnog interesa ili potražnje. Osim što su poticaj za pokretanje rute, dobre recenzije nakon toga mogle bi predstavljati dodatnu marketinšku vrijednost predložene rute.

U fazi planiranja i osmišljavanja potrebno je pregledati i ocijeniti slučajeve i očitavanja. Trebalo bi utvrditi čimbenike koji utječu na ocjenjivanje pješačkih ruta i utvrditi skup

• • •

podataka koji predstavlja te čimbenike. Tijekovi rada za obradu podataka trebali bi se planirati na temelju svojstava skupova podataka, a kriteriji za procjenu čimbenika trebali bi biti osmišljeni na temelju rezultata dobivenih tijekom faze obrade podataka.

Temelj dobrog itinerera je prikupljanje relevantnih podataka u bazi podataka. « Za » i « protiv » listove treba formatirati i podvrgnuti dobroj SWOT analizi. U ovoj analizi mogli bismo definirati ove kriterije:

1. Snaga

- gastronomska, geološka, tradicionalna i kulturna baština,
- know-how
- kvalitete proizvoda sa sličnim proizvodima
- interni resursi kao što su kvalificirano, certificirano osoblje i programeri projekata..

2. Slabost

- loša pristupačnost,
- neprivaćna profitabilnost,
- tehničke poteškoće u povezivanju točaka interesa.

3. Mogućnosti

- moguću potporu lokalnih i regionalnih (možda čak i nacionalnih) institucija,
- interes za uključivanje lokalne zajednice,
- partnerstva između točaka interesa (proizvođači, muzeji, centri za posjetitelje, nadležna tijela).

4. Prijetnje

- trajnost i dugovječnost rute,
- sezonska priroda rute.

U fazi obrade skupovi podataka prikupljat će se, pregledavati, pročišćavati, modelirati, analizirati i vizualizirati. Obrasci za planiranje pješačkih ruta bit će predložene na temelju rezultata analize. Kako bi se ilustrirali rezultati i pružili primjeri potencijalnih primjena, odabrat će se pilot područja i rute s različitim scenarijima hodanja.

Kako bi se utvrdila najbolja moguća ruta, uključujući kombinirane točke interesa, trebalo bi predvidjeti nekoliko scenarija, a zatim testirati u stvarnom životu. Zatim, nakon što je svaki segment ocijenjen, najbolji treba zadržati na putu. Ovdje je potrebno uzeti u obzir



Stefano Pasquini-Imaginaris



Stefano Pasquini-Imaginaris

sve planirane aspekte naše rute, odnosno ukupnu duljinu (u udaljenosti i vremenu), poteškoće, materijal i opremu koja je potencijalno potrebna itd.

1. Krajolik. Krajolik rute utječe na stupanj težine pješaćenja. Ako je ruta prestrma ili predugačka, manje aktivni planinari bit će izostavljeni, a potencijalni interes bit će sveden na najmanju moguću mjeru.

2. Uvjeti na stazi. Stanje pješćakih staza još je jedan čimbenik koji treba odrediti pokazateljima kao što su vegetacijski pokrov i poteškoće koje uključuju specijaliziranu opremu. Ovi uvjeti su također čimbenici u odabiru sudionika.

3. Navigacija. Dostupnost navigacijskih informacija i dalje je ključna kako bi se pla-

ninari snašli. Udaljenost, smjer i informativni punktovi uvijek su korisni za pomoć planinarima. Prilikom dodavanja točaka interesa duž rute, treba imati na umu da se točne i odgovarajuće informacije moraju pružiti na jasan način kako bi se sudioniku pomoglo da dovrši šetnju..

4. Opasna područja. Prednost bi trebalo dati procjeni rizika kao što su litice i hidrološke linije koje predstavljaju potencijalnu opasnost od nesreće. Isto vrijedi i za područja koja su doživjela nagle promjene, poput klizišta ... Osim "geomorfni" čimbenika rute, moraju se uzeti u obzir i sljedeći čimbenici:

5. Pristup atrakcijama. Seoski krajolik velika je atrakcija za šetače, a čini ih još ugod-





Stefano Pasquini-Imaginaris

nijim sam broj vidikovaca. Prisutnost kulturnih znamenitosti duž ruta cijenjena je i kao turistička atrakcija.

6.Sadržaji za slobodno vrijeme. LSadržaji za razonodu pružaju zabavu tijekom putovanja. Izletišta ili roštilja, kampovi, plaže i centri za posjetitelje zajedničke su značajke krajolika. Njihova prisutnost i broj uzimaju se u obzir pri procjeni objekata za slobodno vrijeme.

7.Pristup sadržajima. Pristup izvorima vode i toaletima ponekad je otežan u ruralnim područjima. Oskudica takvih objekata duž rute može uznemiriti šetače. Više objekata ove vrste poboljšalo bi uvjete

8.Pristupačnost. Rute ponekad prolaze daleko od gradskih središta, zbog čega je za dolazak do njih potrebno koristiti javni

prijevoz. Zbog toga je korisno spomenuti parkirna mjesta, skladišta bicikala, autobusna ili minibus stajališta i sve druge sadržaje.

Ojavni prijevoz može se koristiti kao pristupna ili povratna točka. Treba uzeti u obzir broj autobusnih ili minibus stanica na pješačkoj udaljenosti. Nakon što se sve ove informacije - sadržaji, pristup, potrebna oprema itd. - zbroje i povežu zajedno i s planom putovanja, može se sastaviti profil šetnje. Vodič će također naznačiti kako doći do rute javnim prijevozom, ovisno o početnoj ili završnoj točki, kako bi se predvidjele sve poteškoće koje sudionici mogu imati, kao što smo naveli ranije.

Zatim, popis bi trebao uključivati točke interesa: na primjer, sve što ima veze s gastronomijom. Njihov broj treba uzeti u



obzir kao i njihovo trajanje i poteškoće, a time i vrijeme potrebno za njihovo povezivanje. Interval između ovih točaka interesa treba promatrati sa stajališta slobodnog vremena, a ne konkurencije, što se čini logičnim jer se u potonjem slučaju krajolik ili različiti sadržaji malo računaju u obavljanju izvedbe. Iznad svega, pješčačenje bi trebalo ostati ugodan, druželjubiv trenutak, izvor dijeljenja.

Procjena poteškoća rute također mora biti dio studije, koja ima posljedice na proračun potreban za njegov razvoj i održivost, iz koje proizlaze ti ciljevi:

- Obuhvaćanje suštine krajolika, njegove autentičnosti i razlikovanje od sličnih staza u drugim područjima, uvjeta koji će privući buduće šetače;
- iskoristiti raznolikost svojih korisnika, bilo da se radi o sportašima i ženama, ljubiteljima slobodnog vremena ili invalidima (gdje je to moguće);
- osiguravanje sigurnosti svih pridržavanjem propisa i kodeksa koji uređuju prijeđena područja, kao i ugovora o osiguranju;
- zaštita krajolika, opće dobro koje treba očuvati za buduće generacije;
- Pružanje usluga i sadržaja za povećanje privlačnosti rute šetačima unutar kontroliranog proračuna. Prisutnost sadržaja ostaje važan čimbenik u ugledu rute..

Namjera navođenja ovih ciljeva je potaknuti lokalni privatni i javni sektor da se uključe: postojanje pješčačke rute može biti blagodat za turizam.

S te strane, aktivnosti u području vina i hrane, kulture i baštine ili sporta trebale bi

poticati financijsko sudjelovanje u lokalnoj i regionalnoj sferi.

Izrada vodiča, a time i planiranje rute, okupit će javne i privatne dionike kako bi se stvorila sinergija oko projekta. To može uključivati poljoprivredne udruge, lokalne i tradicionalne proizvođače ili prerađivače hrane i pića, vijećnike i općine, obrtnička i trgovinska udruženja, lokalne vlasti na svim razinama, a možda i regionalna ili nacionalna predstavništva. S obzirom na prirodu projekta, turistički uredi, agencije i turistički informativni centri također će biti pozvani dati svoj doprinos.

Treba napomenuti da se ovom provedbom uzima u obzir i izvedivost puta i različite aktivnosti u njegovoj blizini, što jamči njegovu srednjoročnu do dugoročnu održivost s obzirom na njegovu privlačnost. To zahtijeva rigorozan pristup planiranju, koji ne smije izgubiti iz vida zadovoljstvo korisnika na kraju šetnje.



Eleonora Cesaretti

Tehnički aspekti

U ovom posljednjem poglavlju razmotrit ćemo sve tehničke aspekte koji će pomoći pješaćenju da prođe glatko. Pokušavajući pobjeći od cesta, presjeći polja ili doći do određene točke interesa, planinari se mogu izgubiti, prijeći privatno vlasništvo, produžiti rutu do prelaska rijeke ili skratiti šetnju zbog lošeg vremena. Da biste to učinili, voditelj ili vodič koristit će razne alate kako bi pomogao kandidatu da zna na što se obvezuje i ima li kapacitet, vrijeme i snagu. To čini prvi dio ovog poglavlja.

Ovaj se priručnik uglavnom temelji na preporukama Fédération française de randonnée, Talijanskog alpskog kluba, švicarskog i njemačkog saveza i FERP-a.

Oprema koja se spominje na svim planinarskim dokumentima

Ono što je potrebno za dnevni izlazak, nekoliko dana izlaska ili tjedan dana izlaska, treba spomenuti onome tko pročita priručnik:

- odjeća prilagođena godišnjem dobu, kako se nositi s naletima vjetra ili kako se ohladiti ako postane prevruće,
- šeširi za sunce ili protiv hladnoće,
- dioptrijske naočale i sunčane naočale, za čitanje karata i identifikaciju krajolika,
- rukavice, šalove ili trake za vrat, za dijelove tijela koji se najbrže hlade,
- vunene čarape za sprječavanje ozljeda, niske ili visoke planinarske čizme, ovisno o terenu,
- krema za sunčanje, toaletne potrepštine,
- žlicu,
- šalicu.

RZapamtite da morate imati puno rezervi, žitarica i suhog voća s malo šećera i puno vode. Možemo očekivati da će djeca piti veće količine, ali brže dehidriraju i često su gladna. Također je dobra ideja imati::

- nož za rezanje vezica ili slično u slučaju ozljede,



- glavno svjetlo,
- Mali kompas koji će vam pomoći da pronađete svoj put ako je potrebno ili da razumijete teren i krajolik, a možda i karabiner,
- pametni telefon s lokalnim brojevima za hitne slučajeve,
- mala kutija prve pomoći sa škarama, trakom, dezinficijensom i zavojima,
- toaletni papir,
- upaljač.

Važno je da planinar bude obaviješten o uvjetima smještaja i je li osigurana vreća za spavanje, madrac ili plahta na napuhanje.

Također zapamtite da morate nositi identifikacijske papire, sportsku dozvolu ili potvrdu o osiguranju i dokument o zdravstvenom osiguranju.

Konačno, letak koji će biti pripremljen mora sadržavati brojeve za hitne slučajeve u slučaju nesreće. Preporučuje se da planinari čuvaju topografsku kartu regije i telefon na kojem će snimati početne i povratne točke na digitalnoj karti kao što je Google Map.

Prilagodite ruksak svom pješaćenju

- Za jednodnevno pješaćenje dovoljna je torba od 20 litara, koja će vam omogućiti nošenje opreme za fotografiranje i pakiranje tople odjeće, pribora i karte;
- Ako ste na turneji nekoliko dana, budite oprezni s težinom torbe: budite sigurni da vam je odjeća oprana i jako je važno koristiti laganu vrećicu za ugodan obilazak: 8 kg za žene, 9-10 kg za muškarce, ne uk-

ljučujući vodu i obroke;

- Rješenje koje se može predložiti za dulja putovanja: korištenje sustava za prijevoz prtljage koji osigurava lokalna udruga ili tvrtka.

Alati za orijentaciju

Za šetače je pronalazak puta prije svega stvar zdravog razuma i poznavanja terena, ali znati koristiti alate « zanata » znači da možete pješaćiti s punim povjerenjem. Karta, kompas, GPS i visinomjer neophodni su za dobar početak, kao i nekoliko pojmova orijentacije, posebno na neoznačenoj stazi.

Vid je sve. Znati kako pronaći svoj put uglavnom je stvar promatranja terena: sjene sunca, sjeverne i južne padine, mahovina na drveću, smjer vjetra ili ... Sazviježde zvijezda. Nemojte zanemariti ove prirodne tragove, koji će vam dobro doći ako se vaš ruksak, kompas, karta i GPS izgube. To se događa, čak i najiskusnijima!

Profesionalci ponavljaju: morate vježbati sami, bez instrumenata. Zatim je karta (mjerilo 1:25,000 ili 1:50,000) neprocjenjiv saveznik. Omogućuje vam pripremu rute i stvaranje orijentacijskih točaka preciznim vizualiziranjem padina, udolina, šumskih područja, proplanaka ili visoravni te stvaranja 3D dijagrama. Korišteni instrumenti – karta, kompas, visinomjer itd. – nužno će se razlikovati ovisno o tome je li teren planinski ili ravan. Kada ste u nedoumici, imajte na umu ovo pravilo: smanjite preuzimanje rizika na minimum (obvezni zaokret) ako je jedini dostupan instrument zdrav razum.



niranju. Također vam daje do znanja, kada se popnete na planinu, koliku razliku u nadmorskoj visini još morate pokriti da biste došli do prijevoja, vrha itd. Nedostatak : Mora se kalibrirati

2. Kompas. Kompas (jednostavan kompas s magnetiziranom iglom) označava Zemljin magnetski sjever i uglavnom se koristi za usmjeravanje karte u pravom smjeru. Imajte na umu da označava magnetski sjever, dok su karte orijentirane prema pravom sjeveru. Iako je razlika minimalna u Francuskoj, u nekim dijelovima svijeta magnetska deklinacija (kut formiran razlikom između njih) je značajna i važno je to uzeti u obzir. Za orijentaciju je preporuka češće koristiti pločasti kompas koji se sastoji od gradiranog mobilnog brojčanika, tableta s ravnalom, markera i okna za uočavanje ... Svi ovi instrumenti mogu se koristiti za preciznu orijentaciju na karti, za praćenje azimuta (smjera), za ciljanje na udaljenu točku, za razmatranje magnetske deklinacije ... Naravno, orijentacija kompasa zahtijeva određenu količinu znanja, što je važno naučiti prije nego što krenete na neoznačene planinarske rute. Prednosti: Pouzdan, lagan i ekonomičan, s visokom preciznošću. Nedostaci: Korištenje plošnog kompasa može biti komplicirano za neke ljude.

3. GPS. Globalni sustav pozicioniranja (GPS) široko je korišten instrument. Ovaj instrument omogućuje vam sljedeće::

- odmah sagledati situaciju i prosljeđiti kontaktne podatke svim hitnim službama;
- preuzeti kartu ili željeni dio karte ;
- slijedite pripremljeni plan putovanja bez obzira na vremenske uvjete, posebno kada je maglovito, i uvijek



Stefano Pasquini-Imaginarium



Stefano Pasquini-Imaginarium



pregledavajte svoj položaj na zaslonu u odnosu na snimljenu stazu;

- zabilježite njegov trag tijekom kretanja i zapamtite niz izvanrednih točaka.

Bilo na stazi ili izvan nje, kontrolirana upotreba ovog uređaja štedi vrijeme i povećava učinkovitost. Najbolji način korištenja GPS-a je slijediti rutu koja je već mapirana ili uvezena u računalo. Ova se ruta priprema odlaskom na mjesto praćenja rute na karti kao što je <http://www.visugpx.com> ili, još bolje, softverom kao što su GARMIN-ov bazni kamp ili TWO-NAV's Land. Softver generira GPX datoteku koja se prenosi na GPS. Praćenje omogućuje procjenu rute jer pruža profil na zahtjev i pod određenim uvjetima (u slučaju litica, gudura itd.). Na GPS zaslonu, sa ili bez pozadine karte, možete vidjeti rutu kojom ste krenuli i orijentir predstavljen strelicom koja pokazuje gdje se nalazite. Dakle, sve što trebate učiniti je slijediti trag na terenu. Strelica pokazuje smjer kretanja. Kada miruje, zauzima položaj okomit na stazu. Voditelji planinarenja možda znaju koristiti GPS i GPX staze, ali to često nije slučaj kod povremenih planinara, kojima je to vrsta igračke koja bi trebala pružiti svaku moguću uslugu, ali je mnogo složenija za korištenje nego što se čini (vidi Altituderando Documents). Postoje i aplikacije kao što je Iphigénie. Pruža izvrsne usluge široj javnosti, po nižoj cijeni. Međutim, važno je provjeriti ispravnost sklopnih komponenti kako bi se izbjegla neugodna iznenađenja.

4. Galileo navigator, u svakom pametnom telefonu. Posljednjih godina nastao je sustav Galileo, alternativa koju Europska unija nastoji zadovoljiti potrebom za strateškom autonomijom. Danas mnogi pametni telefoni podržavaju ovu aplikaciju. Tehnologija se također može naći u automobilima i mnogim drugim satelitski povezanim sustavima. Europska sve-



Stefano Pasquini-Imaginaris

mirska agencija objašnjava izbor imena [2008]: Galileo je "dobio ime po poznatom talijanskom znanstveniku Galileu Galileiju, u počast njegovim postignućima ne samo u astronomiji, već i u navigaciji". Ukratko, "metoda određivanja zemljopisne dužine [...] najavio je revoluciju u navigaciji, geodeziji i kartografiji u 17.

5. Karta. Čitanje karte je poput zamišljanja lica i karaktera regije. To je poziv na pu-





tovanje za najsvjetlije i bitne vodiče za najpragmatičnije, koji trebaju pronaći svoje smjerove, procijeniti udaljenost između dvije točke ili razumjeti razliku u nadmorskoj visini ili prirodi terena, što bi moglo biti opasno. Topografska karta je smanjeni prikaz zemljopisnog područja koje se vidi iz zraka. Kartografija koristi osnovna pravila i putokaze koje je važno znati prije početka pješaćenja, bez obzira na točnost ili razmjer. Izdavači topografskih karata uključuju: IGN, Rando Éditions, Tabacco, National Geographic, Terra Quest, Anavasi, Cartographie du terrain, Alpina itd. Zgodno je pronaći i istaknuti nekoliko specijaliziranih trgovina kartama, koje obično mogu brzo naručiti ono što vam treba:

- [La Compagnie des cartes in Paris](#)
- [The globetrotter Turin](#)

Prilikom pripreme rute važno je osigurati da karta (ili karte) pokrivaju cijelo područje odabrano za šetnju. Da biste to

provjerili, jednostavno rasklopite kartu i slijedite rutu od početka do kraja. U Francuskoj su najčešće korištene planinarske karte IGN TOP25s, dostupne u mjerilu od 1:25,000 na konvencionalnim ili otpornim medijima. U drugim zemljama mogu imati različite ljestvice: 1:30,000, 1:50,000. Bez obzira jeste li izdavač ili korisnik, važno je obratiti pozornost: udaljenosti se mogu znatno promijeniti! Slično tome, razmak između konturnih linija, ovisno o reljefu i prije svega onome što predstavlja: 5 m, 10 m ili više, može zavarati. Također biste trebali biti svjesni postojanja komplementarnih karata, koje se ne spominju nužno u topografskim vodičima. Ostaje pitanje kako naučiti povremene planinare kako čitati i koristiti kartu. Zapamtite da karta ostaje temeljni alat za pripremu, omogućujući vam da se pronadete, krenete na svoj put i orijentirate se. Karta pruža veliku količinu informacija pomoću glavnih akronima u legendi (kazalu pojmovima): ceste - staze - dalekovodi - rijeke;





Stefano Pasquini-Imaginarius

selo - crkva - bunari za zalijevanje; vegetacija - šuma i podsjetnik na udaljenost između 2 konturne linije i smjer pisanja za uzlazno i silazno; na kraju, za pružanje GPS orijentira. Međutim, početnicima nije uvijek lako zamisliti teren oko sebe čitajući kartu. Ako je opis rute nedvosmislen u objašnjavanju kako koristiti kartu, korisniku je u korist učiti o kartografiji, čak i samo nakratko, te steći autonomiju, koja je sinonim za zadovoljstvo i sigurnost.

Procjena težine putovanja

“Planinarenje ima prednost što je posebno pristupačan sport. Postoje rute za početnike i iskusne planinare svih kategorija. Međutim, nije uvijek jasno smatra li se određena ruta lakom ili teškom. Ipak, bitno je znati možete li ju sigurno dovršiti, procijeniti koliko će vam trebati da ju dovršite, znati hoće li to biti prohodna šetnja ili ćete završiti na koljenima i tako dalje. Usput, što je teško pješaćenje? Koji se kriteriji koriste za određivanje razine složenosti rute? To ćemo sagledati u ovom članku. Slijedi kratak pregled planinarskih sustava ocjenjivanja. Bilo da se radi o usklađenoj metodi ocjenjivanja FF Randonnée, “domaćim” sustavima određenih vodiča ili citatima koji se koriste u drugim zemljama, pogledajmo različite načine procjene povećanja težina. Dok čekamo koordinaciju metoda ocjenjivanja u različitim zemljama, koristit ćemo onu Fédération française de Randonnée, koja je vjerojatno malo složena, ali koja je pokušala uzeti u obzir što više parametara. Ponudit ćemo i nekoliko drugih metoda, uključujući švicarsku, i razmotrit ćemo kako je prevesti tako da bude dostupna korisnicima”. (Sustav ocjenjivanja Francuske planinarske federacije: metoda ocjenjivanja koja se temelji na trudu, tehnici i riziku - Izvor FF Randonnée).

Kako bi spriječili planinare da krenu stazama koje su preteške za njihovu razinu, Francuski planinarski savez i Ministarstvo



Eleonora Cesaretti

sporta radili su na uvođenju usklađenog sustava ocjenjivanja pješaćenja i GR staza. Namjera je biti precizna i lako razumljiva. Temelji se na tri kriterija: stupnju napora, tehničkoj prirodi pješaćenja i riziku od pada. Svaki kriterij podijeljen je u 5 razina, od najlakših do najtežih.

Teoretski, za svako pješaćenje, ovi navodi mogu se naći u obliku malih piktograma u vodičima koje je objavio Fédération française de Randonnée.

1. Napor. Prvi kriterij koji se uzima u obzir je napor, odnosno fizička težina pješaćenja. Kako bi se saznao indeks napora, IBPindex je u partnerstvu s Francuskim planinarskim savezom stvorio alat koji ga izračunava pomoću GPS markera. Da biste mu pristupili, jednostavno idite na stranicu za analizu indeksa <https://www.ibpindex.com/ibpindex/analyser.php?effort> i učitajte zapis u dotično polje. Većina formata je prihvaćena (PLT. TRK... GPX. TCX. CRS. FAIT... KML. KMZ). Alat analizira datoteku i automatski izračunava stupanj fizičke težine rute na temelju nje-



zine duljine i nadmorske visine. Ishod je rezultat koji označava potrebnu razinu truda:

- 0 do 25: razina 1 (jednostavno). Šetnja ne uključuje fizičke poteškoće.
- 25 do 50: razina 2 (prilično jednostavno). Fizičke poteškoće su prisutne, ali vrlo ograničene.
- 50 do 75: razina 3 (nije jako teško). Potreban fizički napor razuman je i umjeren.
- 75 do 100: razina 4 (prilično teška). Potreban napor je zadržan i fizička poteškoća je znatna.
- 100 i više: razina 5 (teško). Potreban napor je znatan. Ove šetnje zahtijevaju pravu fizičku pripremu.

Kako bi se olakšalo čitanje razina, sustav bodovanja također se temelji na kodu boja sličnom onom koji se koristi na skijaškim stazama.

2. Tehnički. Tehnička poteškoća procjenjuje se u odnosu na teren i prepreke koje on predstavlja. Ovdje ne postoji internetski alat za procjenu ovog kriterija. Procjenjuje se izravno na tlu prema poteškoćama prisutnim na stazi. Evo tehničkih razina koje koristi Francuska planinarska federacija:

- Razina 1: ruta nema prepreka, teren je ravan i staza je jednostavna.
- Razina 2: staza ili jedan od dijelova ima niske prepreke (manje od 10 cm) i prilično je lako dobiti svoje uporište na udobnim površinama.
- Razina 3: Na stazi mogu postojati prepreke ne veće od visine koljena, a stopalo se može postaviti na neravne površine, ali postoje područja s dobrim prianjanjem.
- Razina 4: Prisutna je jedna ili više prepreka u visini kukova; teren je neravnomjieran i preporučuje se uporaba trekking štapova.
- Razina 5: ruta ima relativno visoke i teške prepreke, potrebno je korištenje ruku, teren je vrlo neravnomjieran i štapovi mogu postati prepreka pješaćenju

To je najviša razina tehničkih poteškoća s

kojima se susreće, a ne prosjek. Potrebna je samo jedna tehnički teška prepreka da razina bude visoka.

3. Rizik. Konačno, rizik koji se uzima u obzir u ovom sustavu ocjenjivanja planinarenja: opasnost od pada. Ovdje se analizira topografija terena. Pad na šumski put ili niz liticu nema iste posljedice. Ovdje opet postoji 5 kategorija, od najmanje rizičnih do najopasnijih:

- Razina 1: rizik od ozljeda u slučaju pada ili odrona je vrlo nizak ili ne postoji (to se odnosi na dodatni rizik povezan s konfiguracijom terena).
- Razina 2: "Manje" ozljede poput uganuća moguće su u slučaju pada.
- Razina 3: Određeni dijelovi nose dokazani rizik od ozbiljnih ozljeda (kao što su prijelomi).
- Razina 4: ruta uključuje jednu ili više dionica s opasnim prolazima. Postoji stvarni rizik od ozbiljnih ozljeda ili smrti.
- Razina 5: Itinerer se smatra vrlo opasnim. Pad može rezultirati smrtnim ozljedama.

Nažalost, ne postoji internetski alat za analizu ovog kriterija težine. Dakle, ako vodič ne spominje koliko je opasno pješaćenje, morat ćete ga procijeniti na temelju svojih opažanja.

Granice sustava ocjenjivanja Fédération française de Randonnée

ako je ovaj sustav ocjenjivanja relativno potpun, nije nepogrešiv. Činjenica da se stupanj tehničke ispravnosti i rizika procjenjuje uglavnom na temelju opažanja na terenu već je ograničenje (a što je s rutama koje još nisu procijenjene?). Stoga je ključno pažljivo pripremiti i pregledati predložene itinerere, prikupljajući što više informacija o preusmjerenim rutama. Dobro je otkriti «alternativne rute» ili diverzije u slučaju da se određeni dijelovi pokažu previše tehničkim ili opasnim. Štoviše, razina tehničke težine uzima u obzir samo razinu tehnički najtežeg dijela. Postoji





Eleonora Cesaretti



Eleonora Cesaretti

velika razlika - i fizička i mentalna - između:

- tehničko prolaženje razine 5 s dijelovima uglavnom na razinama 1 i 2 i jednim dijelom na razini 5 i;
- Ruta tehničke razine 5 s mnoštvom prijelaza razine 5 mjestimice s nešto lakšim dionicama.

Također treba imati na umu da su ove razine težine određene za povoljne vremenske uvjete. U slučaju kiše, snijega, magle ili jakih vjetrova, put koji se smatra lakim može brzo postati mnogo teži ili opasniji. Konačno, ove planinarske ocjene ne uzimaju u obzir druge varijable kao što su razina pripreme, oprema, težina ruksaka itd. Mogu biti dostupni itinerari za osobe sa senzornim, mentalnim ili fizičkim poteškoćama. Međutim, propisi, koji su često vrlo strogi, uvelike se razlikuju od zemlje do zemlje i praktički je nemoguće sastaviti iscrpan popis. Iako nikoga ne treba odvrćati, također je nepoželjno stavljati planinare u poteškoće. To znači da je ključno provesti izviđanje u različito vrijeme kako bi se utvrdile sve moguće prepreke dobrom napretku.

Slično tome, treba paziti na "obiteljske" ture, jer djeca možda neće moći prevladati prepreke zbog svoje veličine. Također je potrebno navesti posebne opasnosti, kao što su stijene, sklizak teren i rizik od vrtoglavice, kao i svi čimbenici koji mogu spriječiti nesmetan napredak.

Primjeri inozemnih rejting sustava

Evo kratkog pregleda razina težine povećanja u Švicarskoj, Italiji i drugim zemljama.

1. Švicarska. Jedan od najčešćih sustava ocjenjivanja je onaj Švicarskog alpskog kluba (SAC). Pješачke staze podijeljene su u 6 kategorija, od jednostavnih do teških alpskih šetnji. Tamo gdje su staze obilježene FSTP-om (Fédération suisse du tourisme de randonnée), možete dobiti predodžbu o težini pješaćenja iz boje oznaka. Evo različitih razina težine i povezanih oznaka:

- T1 - Pješaćenje: žute oznake.
- T2 - Planinsko hodaње: bijelo-crveno-bijele oznake.
- T3 - Zahtjevne planinarenje: bijelo-crveno-bijele oznake.
- T4 - Alpski izlet: bijelo-plavo-bijele oznake.
- T5 - Zahtjevne alpske šetnje: bijelo-plavo-bijele



Eleonora Cesaretti



Stefano Pasquini-Imaginaris

oznake.

- T6 – Otežana alpska pješaćenja: nema posebnih oznaka.

Više detalja o švicarskim obilježavanjima dostupno je na CAS web stranici

2. Italija. S druge strane Alpa, ljestvica težine za šetnje ima 3 +1 razine. Ovdje su informacije dostupne na web stranici Kluba Alpino Italiano::

- T (turistički): turistički itinerar bez posebnih poteškoća koje se mogu završiti bez opreme.
- E (planinarenje): Prilično jednostavna planinarska staza. Staze su vidljive i označene, a može doći do porasta nadmorske visine. Pješaćenje zahtijeva prikladnu obuču i malo pripreme.

- EE (za iskusne planinare): Teška staza. Ruta ima nekoliko prepreka i zahtijeva određeno iskustvo hodanja u alpskom okruženju.
- EGP (kvalificirani i opremljeni planinari): kako je gore opisano, ali u slučaju pada potrebna je posebna oprema (via ferrata, itd.).

3. U drugim zemljama. Druge zemlje koriste opće indikacije koje su više planinsko orijentirane. To se odnosi na planinarenje, kao i na planinarenje i penjanje. To se posebno odnosi na decimalni sustav Yosemite, koji se ponekad nalazi u Sjevernoj Americi (SAD i Kanada). Također treba napomenuti da mnoge zemlje jednostavno nemaju usklađenu metodu ocjenjivanja i da svaka regija, park priro-





Stefano Pasquini-Imaginaris

de ili lokalitet koristi vlastiti sustav.

Primjeri neusklađenih sustava obilaska

Naposljedku, postoje i mnogi drugi neusklađeni sustavi ocjenjivanja pješčačenja. Unatoč njihovim razlikama, oni općenito rade na isti način, uz nekoliko iznimaka. Uglavnom se temelje na udaljenosti, vremenu hodanja i povećanju nadmorske visine. Ove "domaće" razine težine koriste:

- Touroperator
- aplikacije za planinarenje,
- vodiče koje nije objavio Francuski planinarski savez (poput onih dostupnih u turističkim uredima, na primjer),
- I tako dalje.

Razine težine mogu se naznačiti u cijelosti (lako, srednje, teško itd.), ili u obliku brojeva ili simbola, kao što su cipele, male planine itd. Sve ovisi o tome koliko su autori kreativni.

Ako su navodi dani kao simboli, legenda označava njihovu korespondenciju. Pješčačenje s oznakom "3/5" ili "4 cipele" ne znači puno bez odgovarajućeg objašnjenja.

Markacijske oznake

Tumačenje sustava označavanja ostaje ključno pri pripremi izleta u prirodnom okruženju. Planinarske markacijske oznake najbolji su način da pronađete svoj put i dovršite plan putovanja bez da se izgubite, u mnogim zemljama širom svijeta, jer ukazuju na točan smjer koji treba slijediti. Važno je zapamtiti da mnoge staze nisu označene i da ne biste trebali brkati pješčačku stazu s lovačkom stazom, pa čak ni stazom divlje svinje ili divokoze! Izbori timova vodiča, njihovih saveza i zemalja koje posjećuju mogu se uvelike razlikovati ovisno o lokalnim praksama. Zaštićena područja ili čak područja u kojima ljudska bića nisu dopu-



štena. Iako se može činiti jednostavnim slijediti označeni trag, lako se izgubiti ako ne možete pročitati znakove. GR, PR, pogrešan smjer, boje, brdski bicikl ili konjičke oznake itd.

U nekoliko zemalja mogu se vidjeti različite obojene oznake, bilo zbog povijesti planinskog lanca, bilo zbog blizine ili razine težine pješaćenja.

Cilj planinarskih oznaka je pružiti korisnicima siguran pristup različitim stazama i jasno ih voditi od početka do kraja rute kako bi se osjećali sigurno. U okviru krugova predloženih u ovom priručniku, možemo preporučiti korištenje ovih označenih staza za povremene šetače, u potrazi za iskustvom, kao i baštinom ili gastronomskim otkrićem.

Koje su različite vrste markacijskih oznaka? Kako bi se prilagodili različitim terenima, a da pritom ostanu što vidljiviji, planinarske oznake poprimaju mnoge oblike: boja, naljepnice, plakete, planinarske znakove, usmjerene stupove itd. Međutim, važno je zapamtiti da oznake ne postoje uvijek, da se mogu ukloniti i da je odobren prolaz svakoga tko hoda po zemlji vlasnika, bilo javnog ili privatnog. Dakle, brzi podsjetnik prilikom dokumentiranja pješaćenja: ne ostavljajte nikakav trag svog prolaza.

Markacijski znakovi su orijentacijska pomagala koja se mogu vidjeti iz daljine. Smješteni na startu i na sredini rute, djeluju kao markeri i šaptači, ukazujući ne samo na moguće smjerove, već i dajući određenu količinu informacija o ruti koja se prati i okolnim cestama.

1. Stupovi se široko koriste kao markeri na pješaćkim stazama s malo ili nimalo oznaka, gdje nema drveća, poput ruba polja ili u planinama za staze prekrivene snijegom. Smjer je često ugraviran na stupovima, obojen ili označen plaketom

ili naljepnicom. Vrlo vidljivi, posebno su korisni na cestama u lošim vremenskim uvjetima koji otežavaju vidljivost, poput jake kiše ili snijega. Oni nadopunjuju oznake na cesti, koje mogu biti stare.

2. Gromile su hrpe kamenja, često povijesne, koje su podigli drugi šetači na rubu staze. Kao i drugi oblici označavanja, gromile se koriste za pokazivanje puta, ali također mogu ukazivati na vrh vrha ili prisutnost špilje. Neslužbene znamenitosti, također se često koriste u nedostatku označene staze, osobito na stjenovitom tlu ili glečeru

3. Europske staze. Posebni putokazi rezervirani su za europske staze koje često slijede nacionalne staze. Trenutno ih je 12, koje lokalno stanovništvo održava i označava; prelaze Europu od jednog do drugog kraja i, s pravom, ponos su Europske federacije lualica (FERP). Osim toga, sve je veći broj tematskih znakova, oznaka hodočasničkih ruta i povijesnih oznaka staza. Evo nekoliko primjera: Europa je ispresijecana velikim brojem ruta, od kojih su neke imenovane, druge numerirane. Talijanske rute često imaju imena, ali ih numerira i Talijanski alpski klub (CAI), dok se na francuske vežu brojevi.

4. Netipičniji oblici planinarskih putokaza. Sim glavni oblika i markera, postoje i drugi neobičniji planinarski simboli. Na primjer, vrpce ili transparenti vise s drveća, svjetla ili ugraviranih strelica. Oznake se mogu naći čak i na semaforima, rasvjetnim stupovima ili uličnom namještaju u gradovima i malim selima.

Uvjerenje

Na mnogim itinererima, hodočašću ili na neki drugi način može se izdati uvjerenje, odnosno knjižica koja se ovjerava u svakoj fazi.





Eleonora Cesaretti



Eleonora Cesaretti



Smještaj

Kada ste na putu, dobro je sve planirati logistički, posebno smještaj, usluge (pošta, telefon, praonica rublja), trgovine i medicinske usluge (lijekarna i liječnik).

Kada je riječ o obrocima na kraju dana, oprez je pravilo kada su u pitanju rezervacije. Sve je teže putovati sam ili u grupi bez rezervacije.

Vrsta smještaja koji odaberete za svaku fazu naravno ovisi o težini i duljini putovanja koje pokrivete, kao i mogućnosti polupansiona (što znači da morate znati pripremiti planinarske obroke!) i mogućnosti jutarnjeg zalogaja i obroka za pauzu za ručak. Planinarenje je najbolje obaviti nakon dobrog sna i tuširanja, čak i u osnovnoj udobnosti!

Bitno je dostaviti popise smještaja kako bi korisnici, bilo da hodaju nekoliko dana ili se izgube, mogu ponovno krenuti nakon što su se ugrijali, nešto pojeli i dovoljno odmorili. U nekim slučajevima točka okrijepe možda nije daleko od rute, pa je važno to zabilježiti.

Glavne moguće indicije

- Stopover gite - hotel - noćenje s doručkom - kamp
- Osvježenje - restoran - kafić - trgovina - pješački bazar
- Turistički ured - Ured vodiča
- Autobus - vlak - bankomat

Udaljenost, nadmorska visina i prosječno vrijeme

1. Miljarina. Ovo je bitan podatak koji bi se trebao dati planinaru, koji je općenito svjestan svojih mogućnosti. Sasvim je moguće dati neke naznake pauza: svaki sat, s laganim dodatkom ugljikohidrata. Kilometraža je često naznačena na znakovima i općenito je vrlo pouzdana.



2. Razlika u nadmorskoj visini. Kumulativna nadmorska visina i dalje je važna, ali i profil rute, čak i pojednostavljeno: nije isto popeti se 800 m u jednom usponu ili 3 uzastopna uspona. Štoviše, ako je staza strma, bit će kraća, ali možda i puno napornija po dolasku. Međutim, postoje neke dobre indikacije:

- Kilometar napora: na svakih 300 m pozitivnog uspona dodaje se 1 km.
- - 300 m (nadmorska visina) razlika u nadmorskoj visini za 15 minuta
- - Računajte na povećanu brzinu od 1/3 spuštanja, bez trčanja.

3. Prosječno vrijeme. Koliko brzo možemo hodati? Zajedničko hodanje i prevladavanje prepreka ne pretpostavlja određivanje prosječnog vremena. Vjerojatno je korisnije naznačiti prosjek po satu od 3,5 do 4 km / h. Na vama je da napravite vlastite izračune, inače su prosječna vremena često prebrzi.

Kontrolni popis za planinare

Sada kada su svi alati prikazani sudioniku, vrijeme je popis prilagoditi sudioniku:

1. Oprema.

- Na potrebnoj opremi (sigurnost). Što će vam trebati: troslojna odjeća, zaštita od sunca, zaštita od hladnoće - zaštita od kiše - karta i kompas - telefon, odgovarajuća obuća, voda - hrana, prva pomoć, pokrivač za preživljavanje, solarna ili konvencionalna baterija.
- UNa korisnoj opremi (udobnost). Korisno: štapovi, upaljač, nož, toaletne potrepštine, filter za vodu, glavno svjetlo, GPS, visinomjer, dalekozor itd

Dodajte šator, madrac, vreću za spavanje i opremu za kuhanje ako putujete bivakom.

2. Planiranje projekta. Definirajte mjesto, trajanje, razdoblje i potrebnu težinu (izazov, kultura, promjena krajolika itd.).



Stefano Pasquini-Imaginarius

3. Hardver. Ostalo je na planinaru: znatiželja, web stranica, usmena predaja, turistički uredi, planinarski odbori itd.

4. Kreiraj rutu. Procijenite teren (udaljenost, nadmorska visina, trajanje, smještaj, što vidjeti itd.) kako biste stvorili prilagodene faze.

5. Oprema: IGN karta, topoguide®. Planirajte evakuaciju u slučaju ozbiljnih proble-



ma (bolest, vrijeme).

6. Zaštita od nepredviđenih situacija. Ako idete na solo putovanje, dajte svojim prijateljima i obitelji cijeli program (dani, faze, plan putovanja).

7. Planiranje digitalnih ruta.

- Kreirajte itierer digitalno pomoću gpx-a i umetnite ga u odgovarajući uređaj;
- Softver za kreiranje itinerera: visugpx, visorando, geoportail, komoot (prilagodljiv samo na komootu), itd. ;
- Umetnite ga u GPS ili telefon putem: Ma Rando, Igpviewer itd.; u telefonu kao posljednje sredstvo (podaci nisu pouzdani, mreža nije dobra, baterije su slabe).
- Slijedite plan puta dan po dan.

8. Karta, kompas, dalekozor, vodič, GPS, znakovi, informativne ploče. Telefon u slučaju ozbiljnih poteškoća

9. Vrijeme. Kako možete planinariti ako ne znate osnove o vremenu? Stoga je važno da promotor bude upoznat s uvjetima i klimatskim varijacijama mjesta na koja želi odvesti planinare te da ukaže na važnost vremena za dobro pješaćenje: izbjegavajte pljuskove, oluje, putovanja obalama potoka ili rijeke koja se prelijeva ili naprotiv, u blizini suhih izvora i fontana. Iako je savjetovanje s vremenskim izvješćima neophodno, vrijeme možete pratiti i promatranjem neba i korištenjem visinomjera. Bez igranja meteorologa možemo protumačiti i najmanje atmosferske znakova. Kada je vrijeme očito u redu, određeni znakovi ukazuju na to da se pogoršava. Postoji mnogo vodiča i knjiga na ovu temu..

10. Praćenje barometra ili visinomjera. Barometar mjeri atmosferski tlak, izražen u hektopaskalima (hPa). 1013 hPa je prosječna vrijednost na razini mora. Vrijednost ispod 1013 hPa ukazuje na depresiju. Vrijednost iznad 1013 hPa označava sustav visokog tlaka. U planinama se vi-

sinomjer može koristiti kao barometar. Ako ostanete na istoj stvarnoj nadmorskoj visini i visinomjer "raste" (obično ukazuje na veću nadmorsku visinu), to znači pad tlaka, a time i sklonost lošem vremenu. S druge strane, visinomjer koji ima tendenciju 'potonuća' (obično ukazuje na nižu nadmorsku visinu) odražavat će povećanje atmosferskog tlaka i stoga je znak lijepog vremena.





Stefano Pasquini-Imaginarium

Priznanja

Vodič TASTE proizvod je izradio:

- **Kristian Batelić**, Istarska sportska akademija
- **Claudio Bizzarri**, Parco Archeologico Ambientale dell'Orvietano
- **Erika Bizzarri**, Parco Archeologico Ambientale dell'Orvietano
- **Laurent Bonzi**, Fédération Française de la Randonnée Bouches-du-Rhône
- **Eleonora Cesaretti**, Associazione Trekkify
- **Nadine Carceles Frstemjak**, Fédération Française de la Randonnée Bouches-du-Rhône
- **Armelle Domenach**, Edition Scribe
- **Dario Jagić**, Istarska sportska akademija
- **Predrag Marinkovich**, Istarska Sportska Akademija
- **Irene Morici**, Associazione Trekkify
- **Marianne Moukamel Clarté**, Fédération Française de la Randonnée Bouches-du-Rhône
- **Stefano Paggetti**, Associazione F.I.E Comitato Regionale Umbria
- **Luca Pagliaricci**, Associazione Trekkify
- **Stefano Pasquini**, Associazione Trekking Nocera Umbra APS
- **Claudia Parroccini**, Associazione Bagnara APS
- **Salvatore Spiga**, ASDS Majorana Trekking APS
- **Aurélia Vey**, Fédération Française de la Randonnée Bouches-du-Rhône

Slike ljubaznošću **Stefana Pasquini-Imaginarium** i **Eleonora Cesaretti** pod licencom CC BY-NC-ND.

