



Witam wszystkich w dniu dzisiejszym bardzo chcę z Wami porozmawiać o polskich górach.

A skoro tego nie mogę uczynić, poniżej przesyłam nieco informacji.

Z pewnością wielu z Was było już na wycieczkach w górach, dla wszystkich zainteresowanych trochę informacji:

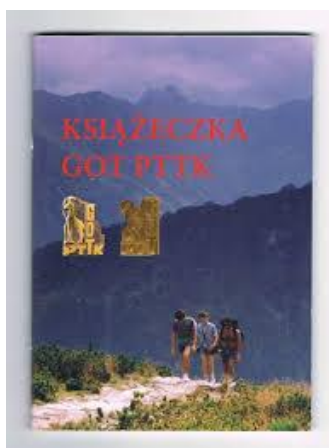
Dzisiaj dowiemy się:

- jak dobrze się przygotować do górskiej wyprawy i co ze sobą zabrać.
- jakie niebezpieczeństwa możemy napotkać w górach i jak się w takiej sytuacji zachować.
- jak planować wycieczkę by było bezpiecznie.
- dowiemy się czym się zajmuje PTTK.

Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze -

rozwija i upowszechnia krajoznawstwo i turystykę kwalifikowaną we wszystkich jej formach, od turystyki pieszej górskiej i nizinnej począwszy, po przez kolarską, kajakową, żeglarską, konną i narciarską, aż po motorową. PTTK prowadzi również schroniska górskie w których każdy zmęczony turysta może odpocząć .

Każdy z Was w specjalnej książeczce może zbierać...



za przejście wybranych przez siebie tras turystycznych punkty, jak będziesz miał ich wystarczająco dużo możesz otrzymać z PTTK specjalne odznaki.



GOT popularna



GOT mała brązowa



GOT mała srebrna



GOT mała złota



GOT duża brązowa



GOT duża srebrna



GOT duża złota



GOT za wytrwałość

1) Góry dla początkujących

- Zadbaj o swoją kondycję ...
- Dokładnie zaplanuj trasę ...
- Sprawdź aktualną prognozę pogody. ...
- Miej ze sobą naładowany telefon a w nim zainstalowaną aplikację „ratunek”
- Zapisz numery telefonu ratunkowego do [GOPR/TOPR 601 100 300](tel:601100300)
- Poinformuj kogoś bliskiego się dokąd idziesz i kiedy planujesz powrót. ...
- Zaopatrz się w odpowiednie buty i skarpetki. ...
- Ubierz się na cebulkę ...
- Skompletuj swój ekwipunek, apteczka, czapka lub chustka na głowę, okulary przeciwsłoneczne, zapasowe skarpetki, w zimie rękawiczki, mapa, przewodnik turystyczny, kijki trekkingowe, termos z ciepłą herbatą, niegazowane napoje, coś do jedzenia.



Zerknijcie na ten filmy

<https://youtu.be/wS4SRvkvLio>

Zapraszam do obejrzenia krótkich filmików przygotowanych przez Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze (PTTK) - bardzo pomocne w przygotowaniu górskiej wyprawy

Górska wędrówka z Zosią i Kubą:

<https://youtu.be/AWw44eNr7vc>

jak się ubrać w góry?

<https://youtu.be/A7G3ETe1-eY>

co zabrać do plecaka?

<https://youtu.be/G33gIXWLK1Y?t=39>

planowanie wycieczki / trasy

<https://youtu.be/IliYFZOhrRw>

co zrobić żeby się nie zgubić?

<https://youtu.be/rtFQteLV3sI>

przewidywanie pogody - pogoda nie wybiera.

<https://youtu.be/4US-Bw7vrko>

co zrobić by było bezpiecznie, miło i przyjemnie.

<https://youtu.be/Ib1ek522FUw>

panoramy polskich gór

<https://youtu.be/ZLROB6O6cmc>

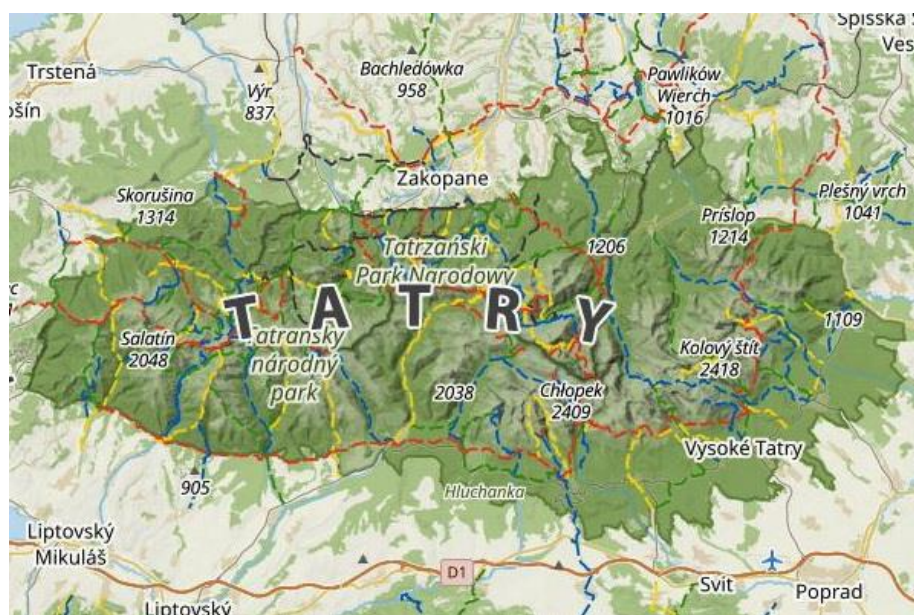
Tatry/ Karkonosze

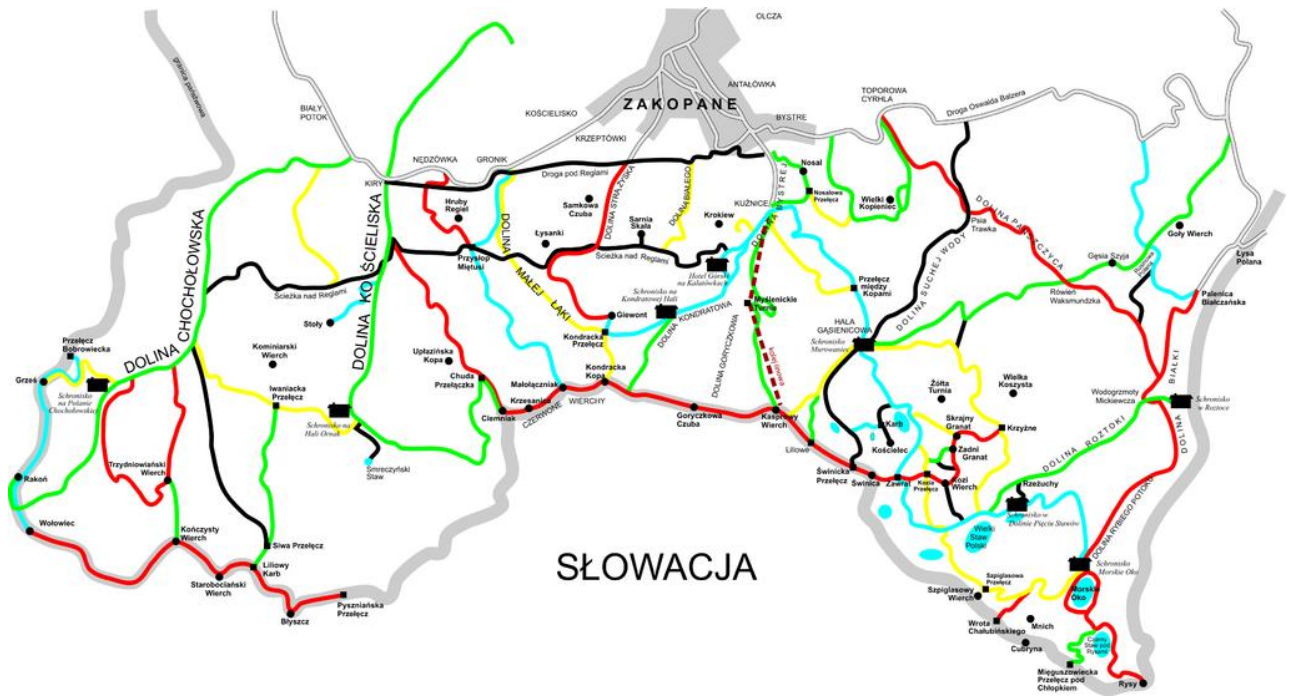
<https://youtu.be/efoTrPLbgqU>



tak wyglądają

turystyczne mapy górskie.





By Kapitel - Praca własna, CC BY-SA 4.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=53101066>



Fot. Morskie Oko



Na zakończenie mam prośbę niech każdy z Was przygotuje wymyśloną mapę turystyczną jeśli macie „prawdziwą” mapę w domu możecie coś z niej zaczerpnąć, podglądnać i umieścić w swojej.



Fot. Panorama Beskidów źródło Pixabay



fot. węzeł szlaków (źródło wikipedia)



fot. Znakowanie szlaków na drzewie (źródło wikipedia)