

GORSKO KOLESARJENJE PO KRPAHOVI POTI
»ZANIMIV ŠPORTNI DAN«

Priporo ljivo za vse s presežkom energije in ekipnim duhom ter za vse, ki želijo preživeti lep športni dan.

Strokovni delavci so vključeni v izvedbo.

Za udeležence je predvidena gorsko kolesarjenje v bližini male Krpanove poti (3 ure - 22 km). Na poti pa se ustavimo ob t.i. »Fajglovi domačiji«, ki predstavlja rojstno hišo Martina Krpana, udeleženci bodo spoznali posebnosti visokoraslega močvirja z neokrnjeno naravo in razlago zgodovine Blok - zibelke slovenskega smučanja, posebnosti iz življenja medveda ter kulturne posebnosti.

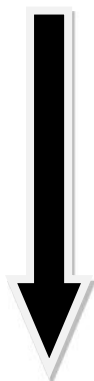
Cena je neprofitna in pokrije prevoz vodnika iz Ljubljane do zbirnega mesta, manjši pregled in servis opreme po potrebi, vodenje v vsakem vremenu, skupinsko evalvacijo, pisno poročilo, objavo na spletni strani.

Naši vodniki vozijo na in, da se spoštuje pravila o varstvu narave in se ravna po načelih sodobnega gorskega kolesarstva. V začetku je za vse vedno prikaz treh osnovnih vaj za varno vožnjo v gorskem kolesarstvu in razdelitev skupine z vlogami: »scout, tracker, digger, picker, help in master mechanic« ter razlago kodeksa obnašanja v skupinski vožnji v naravi.

Vse kar potrebujete je torej organiziran prevoz iz vašega kraja, gorska kolesa, nekaj vode za vsakega udeleženca, vsaj enega predstavnika strokovne službe - ostalo pa v grafi ni prilogi.

Štart možen ob 10 ali ob 14 uri.

Grafi na priloga z vsemi podatki:





slika iz www

Kolesarska pot, je mišljena za kolesarje, ki si želijo dobro izkušnjo. Potrebno pa je sodelovanje v celi ekipi, kar prinaša novo dinamiko z razdelitvijo vlog in odgovornosti.

Vabljeni športni delavci, starši in otroci iz višjih razredov.

Možne so različne smeri:
Predvidena t.i. mala **Krpanova pot 22 km**, prilagojena za kolo.



Start
Vol je jezero na Blokah:
- zbor 9.30
Priprava in pregled koles.

Osnovne tri vaje iz gorskega kolesarstva – praktičen preizkus
Start ob **10 uri**



Dostop po avtocesti:
PREVOZ ORGANIZIRATE SAMI

Ljubljana - izvoz Unec – smer Cerknica - smer Nova vas - **smer Vol je jezero (1 ura, cca 75 km).**

Pogoj za start	Pregled opreme ob 9.45 in tri osnovne vaje za gorsko kolesarstvo s praktičnim preizkusom treh osnovnih vaj in razpored v organizirano formacijo – kolono kolesarjev
Dejanski start	10.⁰⁰ ali ob 14.⁰⁰

Dolžina	mala pot = 22 km (3 ure za običajno kolesarjenje) – poteka v bližini Krpanove poti
Zahtevnost/Kondicija	- vsaj dobro
Spretnostna vožnja	- srednje zahtevno
Minimalni pogoj	- gorsko kolo z gumami za brezpotje, vsaj sprednje vzmetenje, delujoče zavore
Pijača - VODA	obvezna, vsaj 0,7 litra

Vzponi in spusti, makadam, ovire, del gozdne poti, močvirje, potok, asfalt.

Ovire na poti



Kaj je na poti:

- ogled prave »Krpanove domačije«, zgodovina Blok, opis zanimivega barja, neokrnjena narava, 16 sakralnih objektov z manjšim opisom zgodovine, zgodovina smučanja, življenje medveda, pravila kolesarjenja.
- Je pot prepovedana in poteka po zasebnem zemljišču? **Ne, pot je skladna z zakoni.**

Možne težave na poti:

- nošnja kolesa 2 x 10 m.

Resen vzpon:

- da, porivanje kolesa 3 x 50 m.

Resen spust z masivnim zaviranjem v blato, veje in kamenje:

- da 10x.

Totalno blato:

- Da (blato na dveh mestih 2 x 10 m - obvoza ni).

Ovire na poti:

- Da. Blato, drevje, potok, močvirje.

Potok na poti.



Vožnja preko potoka v srednje dobrih razmerah: **Da**. Višina vode do 20 cm.

- **Prinesite športne kamere ali zaščitene mobitele.**

Je pa zraven manjši leseni most, tako da brez skrbi!

Ali bo kdo zajel vodo ali padel v vodo, e ne bo upošteval pravil: **Da**.

Leseni most čez potok.



Možnost padca: **Da**.

- Prva pomoč na licu mesta: **Da**.
- Možnost za okvaro kolesa: **Da**.
- Bo kolo zelo umazano: **Da**.
- Bo trenirka umazana: **Da**.
- Zadovoljstvo na koncu: **Da**.

Varno pot se zagotovi s skupinskim delom, vzpostavljanjem vlog med vsemi udeleženci. Vloge so:

1. Scout
2. Tracker
3. Diger
4. Picker
5. Help
6. Master mechanic

Slika:

Sled zadnje leve šape medveda ob nogi vodnika, oktober 2015



Bomo videli medveda?

Možnost je zaradi skupinske vožnje in hrupa ni na. So pa ob asno vidne sledi medveda in druge manjše živali.

Razložene bodo posebnosti iz življenja medveda.

Prijave: funtoorun@gmail.com
info@socialne-vede.si