



**Koło Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego przy Regionalnym Centrum Informatyki Kraków zaprasza na wycieczkę
Tatry Zachodnie Słowackie – Baranec (2182 m. n.p.m.)
18 sierpień 2024r.**

Plan ramowy :

Przejsie piesze po trasie :

Ziarska Dolina Zastavka – Maly Holy Vrch (1683 m. n.p.m.) – Kecka – Baranec – Smrek (2074 m. n.p.m.) - Ziarska Dolina Zastavka.

Czas przejścia : ok. 8 godz. , dystans : ok. 16 km. , suma podejść / zejść: ok. 1680 m.

Przejazd po trasie :

Kraków – Myślenice – Chabówka – Jabłonka – Trstena – Zuberec – Ziar – Twardosin – Podwilk - Pcim - Kraków.

Uwagi organizacyjne : wyjazd w dniu **18.08.2024r.** (niedziela) -

- o godz. **05.30** z parkingu przy sklepie Decathlon (centrum handlowe ul. Zakopiańska – Kraków).

- przewidywany powrót do Krakowa w dniu **18.08.2024r.** ok. godz. **20.00.**
- **koszty : członkowie PTT : dorośli – 86 zł. , dzieci do lat 18 – 82 zł.**
pozostali : dorośli – 95 zł. , dzieci do lat 18 – 91 zł.

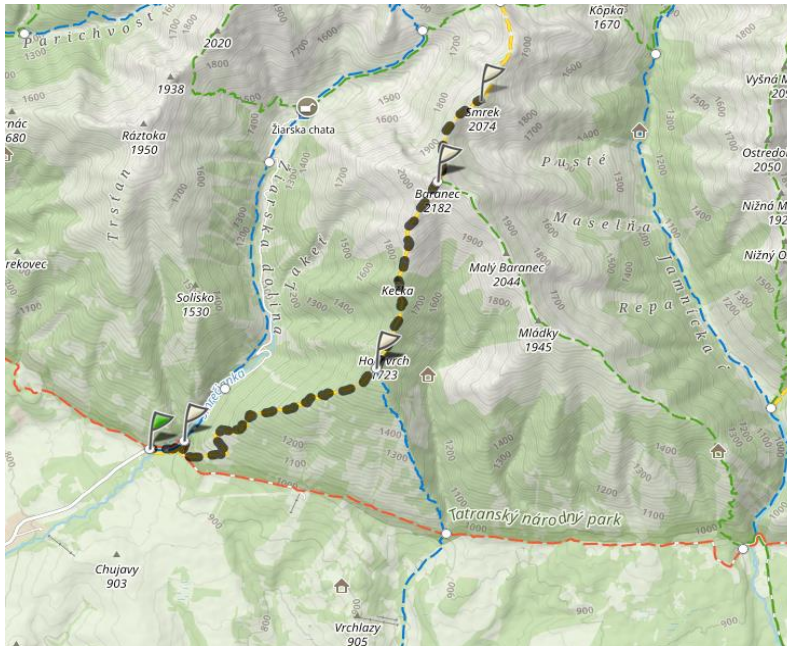
- jedzenie : we własnym zakresie.

Porady dodatkowe :

- ubiór : należy zaopatrzyć się w ciepłe rzeczy (ciepły sweter , polar) , ubiór przeciwdeszczowy . Na nogi wkładamy turystyczne buty , sprawdzone i wcześniej zaimpregnowane. Jeżeli macie ochraniacze na spodnie to je weźcie – mogą być użyteczne zwłaszcza przy błocie. Mogą przydać się kijki , zwykłe narciarskie lub teleskopowe. Dobrze jest mieć też rzeczy na przebranie po całym dniu wędrówki. Zapasowe suche skarpetki są przyjemną odmianą po ich całodziennych , nieraz już przemoczonych poprzedniczkach.
- jedzenie : przygotujcie sobie kanapki na cały dzień , każdy według potrzeb (w górach chce się jeść). Pamiętajcie o piciu – minimum półtora litra wody mineralnej na osobę. Na drogę nieodzowne są słodczyce typu czekolada , cukierki – dodatkowy zastrzyk energii zawsze może się przydać. Nie zapomnijcie wziąć ze sobą herbaty lub/i kawy w termosie. Dobrze mieć swój kubek.
- nawet najwygodniejsze buty potrafią zdradliwie obetrzeć w najmniej oczekiwanym momencie – dlatego zapakujcie kilka plastrów z opatrunkiem oraz bandaż elastyczny.

- na koniec uwaga czysto techniczna – choć często pakujemy się w ostatniej chwili i w pośpiechu to dobrze jest spakować sobie wszystko do reklamówek. Nie ma gorszej rzeczy niż przemoczone wszystkie rzeczy w plecaku.

MAPA TRASY :



Zapisy do dnia **07.08.2024r.** przyjmuje oraz szczegółowych informacji udziela Bartłomiej Bałaban **Tel. 692 – 999 - 792** mail : balaban.bartlomiej@gmail.com
Wpłatę należy dokonać do dnia **07.08.2024r.** na konto bankowe Koła PTT przy RCI Kraków **BOŚ Bank 34 1540 1115 2111 2797 5378 0001** z dopiskiem w tytule przelewu :
„ Baranec ” – imię i nazwisko wszystkich osób na które dokonana jest wpłata.

www.rci-krakow.ptt.org.pl