



**Oddział Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego Kraków  
zaprasza na wycieczkę  
w Beskid Żywiecki – Babia Góra ( 1724 m. npm. )  
19 styczeń 2025r.**

**Plan ramowy :**

**Przejście piesze po trasie :**

Przełęcz Lipnicka ( Krowiarki ) 1012m.npm. – Sokolica – Mały Garb Wyżni 1676 m. npm. – Babia Góra – Gówniak – Kępa – Przełęcz Lipnicka.

**Czas przejścia : ok. 7 godzin , dystans : ok. 10 km. , suma podejść : ok. 724 m.**

**Przejazd po trasie :**

Kraków – Głogoczów – Zembrzyce – Zawoja – Sucha Beskidzka – Sułkowice – Kraków.

**Uwagi organizacyjne :** wyjazd w dniu **19.01.2025r.** ( niedziela )-

- o godz. **06.30** z parkingu przy sklepie Decathlon ( centrum handlowe ul. Zakopiańska – Kraków ).

- przewidywany powrót do Krakowa w dniu **19.01.2025r.** ok. godz. **19.00.**
- **koszty : członkowie PTT : dorośli – 75 zł. , dzieci do lat 18 – 72 zł.**  
**pozostali : dorośli – 82 zł. , dzieci do lat 18 – 78 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 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 bandaże elastyczny ( apteczka ).
- 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.
- dodatkowo : latarka czołowa , powerbank , raki , krem przeciwśoneczny , gogle narciarskie lub okulary przeciwśoneczne.

**Bilety wstępu do Babiogórskiego Parku Narodowego : normalny 8 PLN , ulgowy 4 PLN.**

Zapisy do dnia **14.01.2025r.** przyjmuje oraz szczegółowych informacji udziela **Bartłomiej**

**Bałaban tel. 692 – 999 - 792** mail : [balaban.bartlomiej@gmail.com](mailto:balaban.bartlomiej@gmail.com)

Wpłatę należy dokonać do dnia **14.01.2025r.** na konto bankowe PTT

**BOŚ Bank 34 1540 1115 2111 2797 5378 0001** z dopiskiem w tytule przelewu :

„ **Babia Góra** ” – imię i nazwisko wszystkich osób na które dokonana jest wpłata.

[www.krakow.ptt.org.pl](http://www.krakow.ptt.org.pl)