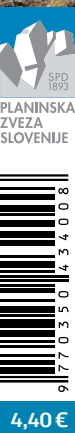


NAJSTAREJŠA SLOVENSKA REVIJA, KI ŠE IZHAJA

PLANINSKI

U E S T N I K

4
2024



GORSKI VELIKANI

Starejši planinci in gore

Z NAMI NA POT

V soseščini Storžiča

4,40 €

IZ PLANINSKE ZALOŽBE - IZDELEK MESECA MAJA

SMEH Z GORA, Dušan Škodič

Dušan Škodič, pisec zabavnih planinskih prigod *Smeh z gora*, bralce spomni na čas avtobusnih voženj do izhodišč, srečanj z obmejnimi graničarji ali iskanja družic na planinskih portalih. Dobršen del zbirke pa vseeno obravnava klasične planinske prigode in nezgode v planinskih kočah, ob nežnih srečanjih in prigodah z gorniškimi »poznavalci«. Zgodbe dopolnjujejo odlične ilustracije Milana Plužareva.

Format: 165 x 240 mm, 152 strani, integralna šivana vezava

CENA: V času od 1. 5. 2024 do 31. 5. 2024 lahko knjigo kupite po akcijski ceni s 40-odstotnim popustom: 11,94 €* (redna cena: 19,90 €*).

*DDV je obračunan v ceni. Stroške poštnine plača naročnik.



OSNOVE PLANINSTVA, Jože Drab

Za varnejše obiskovanje gora vam PZS priporoča priročnik *Osnove planinstva*. Sestavljajo ga teme, ki jih mora poznati vsak obiskovalec gora.

- Priporočila za varnejše obiskovanje gora (pravilna izbira in uporaba opreme, priprava na turo, poznavanje nevarnosti, vreme, prva pomoč, orientacija, tehnike gibanja).
- Predstavitev domačih in tujih gorstev ter njihov nastanek in zgradba, rastlinstvo, živalstvo in zgodovina gorništva.
- Predstavitev organiziranega planinstva pri nas ter pomen družabnosti.

VABLJENI K NAKUPU!

<http://trgovina.pzs.si>



I N F O R M A C I J E · N A K U P · N A R O Č I L A

PLANINSKA ZVEZA SLOVENIJE, PLANINSKA TRGOVINA PZS

NA SEDEŽU Ob železnici 30a, Ljubljana, v času uradnih ur
(v ponedeljek in četrtek od 9. do 15. ure, sredo od 9. do 17. ure, petek od 9. do 13. ure; odmor za malico 10.30–11.00).

PO POŠTI p. p. 214, SI-1001 Ljubljana

PO TELEFONU 01 43 45 684 v času uradnih ur brezplačna telefonska številka 080 1893 (24 ur na dan, vse dni v letu)

PO FAKSU 01 43 45 691

E-NAROČILA trgovina@pzs.si ali spletna trgovina PZS: <http://trgovina.pzs.si>.

SLOVENSKI PLANINSKI MUZEJ

Triglavska cesta 49, 4281 Mojstrana • telefon: 08 380 67 30 • faks: 04 589 10 35 • e-naročila: info@planinskimuzej.si

IZDAJATELJI IN ZALOŽNIK

Planinska zveza Slovenije

ISSN 0350-4344

Izhaja osemnajstega v mesecu.

Planinski vestnik objavlja izvirne prispevke, ki še niso bili objavljeni nikjer drugje.
124. letnik



NASLOV UREDNIŠTVA

Planinska zveza Slovenije

Uredništvo Planinskega vestnika

Ob železnici 30a, p. p. 214

SI-1001 Ljubljana

T: 01 434 56 90, F: 01 434 56 91

E: pv@pzs.si

www.planinskivestnik.com

www.pvkazalo.si

www.facebook.com/planinskivestnik

ODGOVORNI UREDNIK

Vladimir Habjan

UREDNIŠKI ODBOR

Emil Pevec (tehnični urednik), Marta Krejan Čokl, Zdenka Mihelič, Irena Mušič Habjan, Mateja Pate, Dušan Škodič, Tina Leskošek, Mire Šteinbuch

ZUNANJI SODELAVCI

Peter Šilak, Miha Pavšek, Andrej Trošt

LEKTORIRANJE

Marta Krejan Čokl, Mira Hladnik, Vera Šeško, Sonja Čokl, Darja Horvatič (korektorica)

OBLIKOVANJE

Mojca Dariš

GRAFIČNA PRIPRAVA IN TISK

Schwarz print, d. o. o.

Tiskano na NEO MATT papirju, Triglav papir

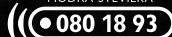
NAKLADA: 4200 izvodov

Prispevke, napisane z računalnikom, pošiljajte po elektronskem mediju na naslov uredništva ali na elektronski naslov. Poslanih prispevkov ne vračamo. Uredništvo si pridržuje pravico do objave ali neobjave, krajšanja, povzemanja ali delnega objavljanja nenaročenih prispevkov v skladu s svojo uredniško politiko in prostorskimi možnostmi. Mnenje avtorjev ni nujno tudi mnenje uredništva in PZS. Kopiranje revije ali posameznih delov brez privolitve izdajatelja ni dovoljeno.

Naročanje

Po pošti na naslov: Planinska zveza Slovenije, Ob železnici 30a, p. p. 214, SI-1001 Ljubljana, po elektronski pošti na naslov: pv@pzs.si ali po telefonu 080 1893 (24 ur na dan) in na naslovu: <https://clanarina.pzs.si/vestnik.php>.

MODRA ŠTEVILKA



Transakcijski račun PZS

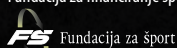
IBAN: SI56 6100 0001 6522 551

SWIFT: HDLSI22

DELAVSKA HRANILNICA D.D. LJUBLJANA

Naročnina 44 EUR, 68 EUR za tujino, posamezna številka 4,40 EUR, poletna številka 5,50 EUR. Člani PZS so upravičeni do 25 % popusta na letno naročnino Planinskega vestnika (33,00 EUR). Reklamacije upoštevamo dva meseca po izidu številke. Ob spremembi naslova navedite tudi stari naslov. Upoštevamo samo pisne odgovore do 1. decembra za prihodnje leto.

Program informiranja o planinski dejavnosti sofinancirata Ministrstvo za šolstvo in šport RS in Fundacija za financiranje športnih organizacij v RS.



FOTOGRAFIJA NA NASLOVNICI

Zapuščanje doma pod Zavižanom v jasnem jutru

Foto Teja Štefančič

Uredništvo Planinskega vestnika skrbno preverja vse članke in točnost v reviji objavljenih opisov poti, ki praviloma vključujejo opozorila na nevarnosti in možne pasti obiskovanja gora. Žal pa je vsak opis vedno subjektiven, poleg tega se objektivne težave na terenu lahko spreminjajo iz dneva v dan, celo iz ure v uro. Zato uredništvo revije in Planinska zveza Slovenije ne moreta prevzeti nobene odgovornosti za morebitne poškodbe ali materialno škodo, ki bi jih utrpel kdorkoli zaradi hoje in plezanja po gorah po navodilih iz te revije.



Ni prostora za starce

Od svoje rane mladosti se spominjam, da sem se gibal v gorah. V mlajših letih bolj po kucjih v okolici Ljubljane, po Šišenskem hribu in Rožniku, po Polhograjskih ter v Škofjeloškem in Cerkljanskem pogorju, pozneje tudi v visokogorju. Gibanje v naravi in gorah je bilo moji družini nekaj samoumevnega. Vse to je posledica očetove usmerjenosti v gore, ki je za seboj potegnila celotno družino. Z devetimi leti sem obredel Kamniško-Savinjske prvake, z desetimi sem stal na Triglavu. Saj ni bilo vedno lahko, včasih je šlo tudi na silo. Spomnim se, ko smo se v neki hladni zimi, kakršne danes v sredogorju komaj še poznamo, v debeli snežni odeji izgubljali nekeje v Polhograjskih, oče pa me je ves čas opozarjal, naj vendar dam roke iz žepov, kamor sem jih tlačil, ker me je tako zeblo. Danes vem, zakaj mi je to govoril, takrat pa mi ni bilo najbolj jasno. Da ne govorim o tem, s kakšnimi čevlji sem takrat hodil, ker pri hiši ni bilo veliko denarja za te reči. Pa smo vseeno preživeli, in ne le to – na to obdobje imam prelepe spomine. Obiskovanje gora sem potem nadaljeval in stopnjeval aktivnosti vse do tujih gora in premagovanja sten, pač v domeni svojih sposobnosti.

Ampak leta tečejo in ne prizanašajo nikomur. Če sem včasih letal po hribih kot norec, poln energije, je te z leti žal vse manj. Hribi so postali visoki, stene vse bolj pokončne. (Zanimiva misel pri tem je, da si v mladosti pogumen in pripravljen veliko več tvegati kot v starosti, ko postaneš ves boječ ...) Čeprav si včasih nočeš priznati, je pač dejstvo, da z leti za nek vzpon potrebuješ več časa, bolj se utrušiš, skratka manj si sposoben. Pred nekaj leti sva bila s sinom Mihom na Široki peči, od bivaka Za Akom do vrha in nazaj do doline v enem dnevu, in spomnim se, kaj sem si takrat rekel: ta gora me skoraj gotovo ne bo več videla, preveč je bilo naporno, preveč za en dan. Ko pa sem bil mlad, sem se na primer vzpel na vse tri Rokave v enem dnevu!

Če si torej priznaš in spoznaš, da ne gre več tako kot nekoč, si že na dobri poti, da si postavljaš cilje, ki si jih pač sposoben doseči, a pri njih še vedno uživaš, če si vse življenje hodil po gorah. Težava je večja, če tega nisi počel in si se začel s hribolazenjem ukvarjati v zrelejših letih. Kajti če vse življenje hodiš po gorah, boš le zmanjšal tempo in zahtevnost, pri čemer ti vseživljenjsko gibanje še kako pomaga pri motoriki in sposobnosti gibanja. Če se naučiš pravilne tehnike plezanja v mladosti, tega ne boš nikoli pozabil, le nekaj časa boš potreboval, da se spet *uplezaš*, če si si privoščil premor. Če si svoje čase prelezel večino slovenskih dvatisočakov, potem jih boš nekaj sposoben tudi na stara leta. O tem pišemo v temi meseca, kako lahko v zrelih letih še kaj postorimo v hribih, na kucjih ali pa tudi v visokogorju. Tema, ki jo je sprovcirala urednica Mateja, je uredništvo dobobra nasmejala, samo če se spomnim imen, s katerimi sem jo v zapisniku zavedel: seniorji v gorah, starci v gorah, starostniki in gore ... Mislim, da je tema primerna in bo mnogim prišla prav, saj je naših bralcev med zrelo in starejšo populacijo največ.

Nisem nikakršen strokovnjak, se mi pa zdi, da se še kako pozna, če hribolazenje neguješ vse življenje. Miha mi je povedal, da je na spoznavni turi za alpinistično šolo opazil, da nekateri tečajniki niti hoditi ne znajo najbolje. Tudi hoje se moramo naučiti! V gorah je pa to zaradi varnosti še kako potrebno. Že v mladih letih sem zašel v brezpotje, torej v svet, kjer ni uhojenih poti, kjer moraš paziti na vsak korak, v strmih travah, med razbitimi balvani, v drobnem šodru, na drsečih ploščah ... Vse to te utrdi pri zanesljivosti hoje. Prepričan sem, da si s tem bolj varen tudi v primerih poledice v dolini. Če si torej v dilemi, kdaj bi se lotil hribov, če si jih želiš, se jih loti takoj – kolikor ti pač čas dopušča. Če razmišljaš takole: zdaj študiram, nimam časa, v službi je na vrsti kariera, ko dobiš družino, skrbiš za otroke in ostarele starše ... in pač ne gre, ker ni časa. Ko pa imaš končno čas, je najboljša doba za hribe že mimo! Tudi v časih, ko nisi več mlad, je možno obiskovati gore. V kolikšni meri, bo odvisno od tega, koliko si sposoben, pa tudi od tega, koliko si se gibal vse življenje. Rado Kočevar, o katerem smo pisali v prejšnji številki, je kolesaril še po devetdesetem letu. Kako to? Ja, svoje čase je bil *živa mišica* ...

Vladimir Habjan

Opomba: *Ni prostora za starce* (angleško *No Country for Old Men*) je ameriški triler (2007), ki temelji na romanu *Ni dežela za starce* Cormaca McCarthya (2005).



1 Ni prostora za starce

Vladimir Habjan

4 STAREJŠI PLANINCI IN GORE Usak dan je darilo

Mateja Pate

10 STAREJŠI PLANINCI IN GORE U gore tudi v jeseni življenja

Petra Zupet

14 STAREJŠI PLANINCI IN GORE Kaj je pomembnejše starejšim, kaj mlajšim

Zdenka Mihelič

17 SPOMINI NA STARE ČASE Žigi v planinskih kočah

Franc Temelj

18 INTERUJU Pogovor s Krzysztofom Wielickim in Leszkom Chichyjem

Mire Steinbuch

24 VEZNE POTI Aprilsko doživetje na Ulebitu

Teja Štefančič

32 INTERUJU Pogovor z Dušico Kunaver

Vladimir Habjan

37 Z NAMI NA POT U soseščini Storžiča

Irena Mušič Habjan

41 KOLESARSKI DOLOMITI U čarobnem objemu dolomitskih vršacev

Mitja Peternel



37

41

45

48

50

54

10

14

18

24

32

ALPINIZEM

45 Kirgiški Yosemite

Urša Kešar

POSEGI V NARAVO

48 Drevesna zgodba

Mojca Volkar Trobevšek

INTERJUJ

50 Andrej Jež

Marta Krejan Čokl

ZGODOVINA

54 Novi znak ZGUS z letnico 1877

Dušan Polajnar

ZGODOVINA PLANINSTVA

57 Tudi o koči na Polhograjski Grmadi

Dušan Škodič

VARNOST V GORAH

60 Kako do varnejše hoje v gorah

Mire Steinbuch

STRIP

65 Ilegalni planinski klub Krpelj

Ažbe Polšak



ZGODBE IZPOD HIMALAJE

66 Skrivnostna pokrajina

Matjaž Čuk

DOŽIVETJE

70 Lepota, ki ji je kos le malokaj

Vid Legradič

ZDRAUJE

72 Bolezen s številnimi obrazi

Petra Zupet

74 PISMA

74 PLANINSKA ORGANIZACIJA

76 U SPOMIN

**USEBINE USEH
PLANINSKIH VESTNIKOV
OD LETA 1895 DALJE NA
WWW.PUKAZALO.SI**

Naročilo na Planinski vestnik



Brezplačna številka
24/7: 080 18 93
01 43 45 684
trgovina@pzs.si
Ljubljana, Ob
železnici 30a

Mateja Pate

Usak dan je darilo

Paberki o doživljanju gora v jeseni življenja

Še danes se živo spominjam iskric v njegovih sinjemodrih očeh. Kako so zažarele, ko je, napravljen v že na oko neudoben enodelni plezalni pas, obul plezalnike gležnjarje, se počasi navezal na vrh in zaplezal po umetnih oprimkih proti previsu nekje na sredini stene. Običajno ga je odneslo s stene že pod previsom, a na tla se je vedno vrnil sijočih oči in prešernega nasmeha.

Če me spomin ne vara, mu je bilo ime Dušan. Imel je okoli petinsedemdeset let.

Ne vem, kako so na njegovo druženje z nami, družino alpinističnih *gušterjev* in frajerjev, ki smo v začetku devetdesetih let prejšnjega stoletja napenjali mišice na eni redkih umetnih plezalnih sten v Ljubljani, gledali drugi, ampak meni je bil izjemno simpatičen. Občudovala sem ga, da je v jeseni svojega življenja uresničil svojo dolgoletno željo. Plezanja se je namreč lotil po ženini smrti; menda se je preveč bala zanj in ji ni hotel povzročati sivih las. Tako se je plezalcem pridružil, ko je ostal sam. Včasih je bil z nami tudi na Turncu pod Šmarno goro, vedno nekje ob robu, s tiho, skromno prezenco, a vedno z otipljivim veseljem, da je v naši družbi.

Dušana in svojo staro mamo, ki je še v pozni starosti vsako nedeljo izkoristila za izlet na kakšno vzpetino, pa še koga, ki se v letih, ko bi mu po nekih stereotipnih prepričanjih pripadalo le še varovanje vnukov iz gugalnega stola ob topli peči, vztrajno klati po stenah in gorah, sem imela v mislih, ko sem natuhtala, da bi

temo meseca posvetili tistim, ki v gore še vedno zahajajo tudi, ko začnejo pešati moči, ko korak postane težji, počasnejši in okornejši, oko manj bistro, zrak redkejši in gore višje. Delovni naslov teme meseca – starostniki v gorah – je izzval živahno debato na sestanku uredniškega odbora. V Slovenskem medicinskem slovarju z izrazom starostniki označujejo osebe, starejše od 65 let. V našem uredništvu se je več kot polovica članov v bližnji ali daljni preteklosti že rokovala z abrahamom ter so bolj ali manj blizu temu, da uradno postanejo nosilci naziva starostnik, v srcu pa se še vedno počutijo zelo mladostno, zato so – razumljivo – nekateri vihali nosove nad delovnim naslovom teme. Priznam, da tudi mene nekoliko stisne pri srcu, ko pomislim, da od te starostne kategorije nisem več tako zelo varno oddaljena kot nekoč. Še malo, pa se bom po andragoški starostni klasifikaciji uvrstila v skupino "starejši odrasli". Starostne meje za uvrstitev v to kategorijo vam pa ne izdam ...

Oča, mamca,
a bo šlo?!

Risba Lorella Fermo





Kako torej politično korektno poimenovati planince nad 65 let? Stari/ostareli/izkušeni planinci, planinci seniorji/staroste/starčki, planinci z mlado dušo, planinci v tretjem planinskem obdobju ...? Po prebiranju različnih mnenj sem se odločila za izraz starejši planinci, saj je pridevnik starejši manj nedoločen in bolj relativen kot pridevnik star – vedno obstajajo ljudje, ki so starejši in mlajši od nas. Zelo posrečeno se mi sicer zdi razmišljanje ene od naših tokratnih sogovornic, Lidije Honzak, ki je na vprašanje, kaj vas pri teh letih še žene v steno, v zanjo značilnem humornem slogu odgovorila takole: "Pri tem vprašanju se bom malo pritožila. Če slišim ljudi, ki uporabljajo izraz "pri teh letih" ali pa "za svoja leta" in podobno, dobim ošpice. Jaz namreč let nimam oziroma jih imam samo takrat, ko dobim popust pri kakšni vstopnici." Bi se kar strinjala, da so leta nepotrebna navlaka in da šteje mladost duše; toda material, iz katerega smo nareje-

ni, zob časa vendarle neusmiljeno načenja in hočeš nočeš vpliva na naše gorniške podvige. Zanimalo me je torej, kako je s tem v tretjem življenjskem obdobju in nekaj navdušenih gornic in gornikov je prijazno odgovorilo na moja vprašanja. Nekateri med njimi svoja doživetja z gora redno opisujejo na družbenih omrežjih in tako razbijajo tudi stereotip o tem, da starejša generacija ni večča uporabe modernih tehnologij.

Nada Blažič (letnik 1958) naravo obožuje od malega, v hribe pa je šla prvič s svojimi sodelavci – in to kar na Triglav. V gore je resneje začela hoditi s svojim možem, s katerim sta ljubezen do gora prenesla na njune otroke, zdaj pa še na vnuke, ki jima že delajo družbo na manj zahtevnih pohodih.

Lidija Honzak (letnik 1956), inženirka kemije in doktorica medicinskih znanosti, je konec sedemdesetih in v začetku osemdesetih let prejšnjega stoletja

Nekateri starejši planinci mlajše presenetijo z vitalnostjo in poskočnostjo, zagnanostjo in odlično kondicijo.

Foto Franci Horvat

Nada Blažič Foto Darko Blažič



Lidija Honzak po spustu s Spielmanna Foto Damjan Slabe





Stane Klemenc Foto Arhiv Staneta Klemenca



Miša Mrak na Polhograjski grmadi Foto Arhiv Miše Mrak

sodila med najvidnejše slovenske alpinistke. Opravila je veliko prvih ženskih ponovitev smeri, zlasti v navezi z Vlasto Kunaver. Leta 1982 je kot članica prve jugoslovanske ženske alpinistične odprave stala na vrhu Pika Komunizma, 7495 m. Po obdobju alpinističnega zatišja, ko se je posvečala svojim trem otrokom in karieri, se je udeležila smučarskih odprav na Elbrus, 5462 m, Pik Lenina, 7134 m, in Muztagh Ata, 7546 m. Zadnja leta so njeni cilji malo nižji, a nič manj zahtevni. V družbi prijateljev najraje opravlja smučarsko-alpinistična in turnosmučarska prečenja evropskih gorstev. **Stane Klemenc** (letnik 1950), alpinist, nekdanji načelnik alpinističnih odsekov Kamnik in Domžale, gorski reševalec, gorski vodnik, trener kajaka na mirnih vodah in od nedavna tudi jadralni padalec se je udeležil sedemindvajsetih odprav v različna tuja gorstva (Himalaja, Patagonija, Antarktika, Sibirija ...), kjer je opravil vrsto prvenstvenih vzponov in pristo-

Proti vrhu
Grossglocknerja
Foto Michel Vivaudou



pov. Povzpel se je na najvišje vrhove vseh celin, razen na Everest, kjer je zaradi omrzlin obrnil na višini 7700 m. Bil je prvi Slovenec na severnem tečaju, z Andrejem Podlipnikom sta opravila tudi prvo slovensko prečenje Grenlandije.

Miša Mrak (letnik 1950) je upokojena pravnica, ki sta jo na življenjski poti več desetletij spremljala dva hobija: jadrnanje in gorništvost. V "ta prave" hribe je začela hoditi z možem; z njim je preživela najtežje gorske preizkušnje in najdrznejše obdobje svojega hribo-lazenja. Po tem, ko je mož po večini prenehal hoditi v gore, je nadaljevala v družbi prijateljic in v okviru planinskega društva. To zelo aktivno in plodno obdobje je delno prekinila moževa možganska kap, zaradi katere je postal nepokreten, toda z vztrajnostjo je dosegla, da se je mož dve leti po kapi povzpел na Vogel in odtlej sta spet hodila skupaj na lažje ture. En dan v tednu pa je v gore odšla sama, da si je napolnila baterije. Solo hribo-lazenje ji je še danes najbolj pri srcu. Na vrhu si čestita tako, da si z levico seže v desnico in si reče, da še ni za v staro šaro, ter si objubi, da bo še šla.

Anton Sazonov - Tonač (letnik 1937) je alpinist, turni smučar, gorski reševalec inštruktor, gorski vodnik in že več kot šest desetletij zvezda stalnica slovenskega alpinizma, za kar je prejel priznanje PZS za življenjsko delo v alpinizmu. Kot orodni strugar in rezkalec je bil vso delovno dobo zaposlen v tovarni pisalnih strojev. Zaslužen je za razvoj alpinizma na idrijskem in vipavskem, saj je kot mentor v začetku sedemdesetih let prejšnjega stoletja pomagal vzpostaviti alpinistična odseka Idrija in Vipava. Z Otmarjem Črnilogarjem, podraškimi župnikom, sta trasirala danes zelo obiskano Furlanovo pot v Gradiški turi, kjer se je tudi podpisal pod prve plezalne smeri, na podlagi katerih je pozneje zrastle plezališče Vipava. V intervjuju za *Delo* je kot svoje glavne alpinistične postaje izpostavil odprave na Kangbačen (leta 1965), v Hindukuš (1968) in na Anapurno 2 (1969), vodenje odprave na arktično otočje Svalbard leta 1964 in na



Anton Sazonov - Tonač Foto Ajda Sazonov

Trisul (1976) ter znameniti zimski Čopov steber leta 1968. V zadnjem času kot član Društva GRS Ljubljana na pohodih spremlja in varuje osebe po možganski kapi – tako jim s kolegi reševalci omogoči, da lahko obiščejo kraje, kamor sami ne morejo iti.

Kaj vam pomenijo gore in aktivnosti, povezane z njimi? Se je njihovo dožemanje z leti spremenilo?

Honzak: Ko zagledam hribe, mi srce vedno zaigra, še posebno, če so zasneženi in je v soncu lepo viden relief z razom in steno. Pomislim, kako lepo bi bilo po steni priplezati na vrh. Potem se spomnim na mraz, na slabo varovanje, plezanje na špičkah derez, na škrtanje kovine ob skalo in me hitro mine. Pravzaprav sem neskončno vesela, da nisem kje v visoki, zasneženi steni. To obdobje je mimo. Zdaj imam rada smučarsko-alpinistična večdnevna prečenja Alp in drugih visokih hribov, kjer lahko uporabim svoje znanje in izkušnje. Na primer, da se s smučmi na ramah povzpenem po strmem ozebniku ali splezam po skalnem razu, da me ni strah odsmučati kakšen strmejši detajl, da se ne razjokam, če je mrzlo, megleno in vetrovno, da zaupam sebi in lahko pomagam drugim.

Mrak: Hribolazenje mi je postalo način življenja. Gore sem vzljubila in ta ljubezen z leti, ko ni več moči, ni minila, očitno bo tako do konca mojih dni. Težko je sprejeti, da se nekaterih ciljev ne da več doseči, da je za vsak vzpon potrebno veliko več časa. V zanosu in želji me še potegne proti višini 2000 metrov nad morjem, a mi strmine hitro dopovedo, da ne gre več.

Klemenc: Desetletja so mi gore pomenile največ, to je bil moj način življenja. Imel sem veliko motivacijo, vedno so bili na vrsti novi cilji, nova območja sveta – brezmejna radovednost mi ni dala miru. Bilo je vredno, spomini na prehojeno pot so številni, lepi, grenki, žalostni, malo mešani ... Zadnje desetletje so moji cilji usmerjeni v aktivnosti, ki mi pomagajo ohraniti zdravje, gibljivost in mobilnost. Skratka – trudim se živeti zdravo. Že dolgo mi je jasno, da je celemu svetu popolnoma vseeno, ali zlezem še na kakšen

hrib ali ne. Vsak dan skušam izkoristiti za kakršno koli gibanje v naravi, tudi delo na vrtu me zadovolji in prijetno utruji.

Blažič: Gore so nama z možem način življenja. V njih se skriva toliko lepot, da se počutiva kot prerोजना. Z leti se to dožemanje še bolj občuti, kajti zavedava se, da je hoja v hribe dobra za najino zdravje in dobro počutje. Tudi naravo občutiva drugače kot v mladih letih, saj se najin korak večkrat ustavi ob gorskih cveticah, ki jih rada poslikava, in prelepah razgledih.

Sazonov: V 60. letih prejšnjega stoletja je bila edina želja plezarija in hribi. V tistih letih sem opravil s kolegi nekaj lepih, težkih vzponov. Že takrat sem sodeloval tudi v plezalnih šolah različnih alpinističnih odsekov. Pozneje, v 70. in 80. letih, ekstremnih vzponov ni bilo več, posvetil pa sem se poučevanju in vzgoji mladih alpinistov, tudi vodenju ljudi na zahtevnejše vrhove doma in v tujini. Dejaven pa sem bil tudi v GRS. Zdaj samo ohranjam zdravje, gibljivost telesa s sprehodi v naravo in vzponi na manjše vrhove, ki včasih sploh niso bili zanimivi. Pri teh letih, pravijo, je vsak dan darilo.

Kako ste doživljali prehod iz gorniško aktivnejšega v manj aktivno obdobje? Kako ste prilagodili svoje aktivnosti?

Honzak: Pravzaprav sploh ne razmišljam na tak način. Mislim, da aktivnosti ne diktirajo leta, pač pa volja. V vseh obdobjih sem bila gorniško aktivna, še najmanj v letih z majhnimi otroki. Vse življenje pač ne počneš istih stvari in iste stvari te tudi ne veselijo ves čas. Gre za nekakšno evolucijo. Nekoč mi je nekdo rekel, da me že od daleč spozna po hoji, da hodim tako, kot bi prišla iz Jurassic parka. Res sem se pri hoji pozibavala levo in desno kot kakšen okoren dinosaver. Izboljšala sem način hoje in postala hitrejša, kot sem bila v svojih mladih letih. No ja, še vedno me veliko hribolazcev prehiti. Razen tam, kjer je treba

*Oko in telo sta navajena skalovja, duša si želi doživetja v naravi, v gorah ...
Foto Franci Horvat*





V spremstvu GRS na kraje, kamor bi invalidi sami težko prišli. Tonač je na sredini slike.
Foto Igor Gerl

pokazati tehnično in plezalsko znanje. Tam se razživim in sem spredaj.

Mrak: V umiritev strasti in hrepenenj so me prisilile zdravstvene težave. Prepričana sem, da leta niti ne vplivajo toliko na zmožnost hribolazenja, če le redno hodimo in vzdržujemo formo, razen, da postajamo z leti počasnejši. Mene je zaustavila bolezen (rak), ki res izsesa vso moč in energijo, a tudi po ozdravitvi še pohajam, seveda s skrbnim izborom ciljev. Iz visokogorja sem prešla na sredogorje, iz kamnitega v svet pod gozdno mejo in tako potešim "hribovsko lakoto". Ni enako, ker me v visokogorje še hudo mika, a treba je biti prizemljen.

Klemenc: To se je dogajalo spontano, s tem nisem imel problemov. Vedno si najdem nove aktivnosti, ki me zadovoljijo in izpolnijo. Že skoraj dvajset let se veliko ukvarjam s kajakaštvom. Tudi gora nisem zanemaril, samo cilji so drugačni. Predlani sem vnuka prvič peljal na Triglav, to je bil tisto leto najpomembnejši projekt. Zdaj gore zelo pogosto opazujem iz zraka, začel sem leteti z jadrlnim padalom. Hoja je pri tem neizogibna, uživam v obojem.

Blažič: Leta izkušenj so prinesla, da noge že same ocenijo, če zmorejo, pa tudi glava samodejno vklaplja razum. Včasih zaideva tudi tja, kamor morda glede na leta in zmožnosti ne bi šla več, pa vendar naju nosi tisti zanos, da še vedno zmoreva, saj se tudi počasi daleč pride.



Leta pridejo prav samo takrat, ko je treba dobiti popust pri kakšni vstopnici.
Karikatura Lidija Honzak

S kakšnimi omejitvami se srečujete pri obiskovanju gora?

Honzak: Imam srečo, da se z leti oprema izboljšuje. Naravnost navdušena sem nad tehnološkimi inovacijami in novimi lahki materiali. Moj nahrbtnik je, ko ga spakiram za večdnevno zimsko turo skupaj s plezalno opremo, tako lahek, da se mi kar smeje. Malo sem tudi sama fanatična. Še ročaj od zobne ščetke prepolovim in zobne nitke vzamem s seboj samo košček. Torej, šibkejše kot so mišice, manjša je teža opreme, ki jo nosim. To za zdaj deluje.

Mrak: Kakšnih posebnih omejitev ne zaznam, le moči ni več takšne, kot je bila še pred par leti, pred boleznijo. Vsak vzpon me fizično izčrpa, potrebujem več kratkih počitkov. Ostalo (ravnotežje, občutek za korak, oprijem, vid ...) pa dobro funkcioniira.

Klemenc: Slabjenje srčne mišice poskrbi za omejitve, hitrost in dolžina vzpona sta zmanjšana. A sem še vedno zadovoljen z zmogljivostjo, kolena so zdrava, hodim brez bolečin, še mi je v veselje.

Blažič: Zdaj hodim počasneje, hitreje sem ob energiji in notranjo moč. Gibljivosti in kondicije imam dovolj, vendar se leta le poznajo, pa tudi hribi so postali z leti višji.

Sazonov: Število let, EMŠO, gibljivost. Ne vem, kaj je s hribi, kar nekam višji so. Grem na Šmarno goro, na Krim, za seboj zaslišim vesel klepet, prehitita me mladenič in mladenka, prijazno pozdravita in že ju ni več. Jaz pa s pravim planinskim, preudarnim korakom počasi naprej. Pa tudi tako veselo se ne bi mogel pogovarjati, bi mi sape zmanjkalo.

Katero od svojih gornjskih želja bi še želeli uresničiti?

Honzak: Nimam kakšnih posebnih ciljev. Zadovaljna sem s tem, kar sem doživela in še doživljam v gorah. Za ture se, podobno kot tudi že prej, odločam sproti. Odvisno je tudi od tega, s kom se podam v novo avanturo. Vzpone v hribih rada delim s prijatelji. Ciljev sicer nimam, imam pa vizijo. Želim smučati do stotega leta. V družini smo navajeni bolj dolgo živeti, jaz pa bi to nadgradila še s tem, da bom *fit*. Pri tem imam tudi rezervni načrt. Če me bodo bolela kolena ali pa ne bo več snega, kar je še bolj verjetno, bom veslala, če ne bom mogla veslati, se bom potapljala, če pa tudi to ne bo šlo, bom pa *outdoor* filme gledala.

Mrak: Želela bi še enkrat stopiti na Prisank, prečiti Mojstrovke, pa Kočna mi ne da miru ... A to je glede na prej opisano za zdaj nedosegljivo. Uresničljivo pa je prečenje grebena od Debele peči do Mrežc, grebena Tičaric in Zelnaric, obisk Lanževice, grebena od Vogla čez Šijo do Rodice, vrhov nad Soriško planino in ture podobne zahtevnosti z upoštevanjem daljšega časa za vzpon. S prilagojeno časovnico torej.

Klemenc: Mogoče ob 50. obletnici vzpona na Makalu obiskati dolino Aruna in bazo. Če bo vse po sreči.

Blažič: Še marsikaj si želim uresničiti, volje in idej je dovolj. Moja dolgoletna želja pa je tudi trekning v tujini, mogoče se mi kdaj uresniči.



Sazonov: Hja, Triglav, a pri tej gneči, masovnosti in rezervaciji za spanje v kočah, ne vem ... Pa še kakšen dvatisočak. Oko in telo sta navajena skalovja, duša si želi doživetja v naravi, v gorah. Človek ne more iz svoje kože.

Kot ljubiteljci vertikale mi seveda ni dalo miru, da sogovornikov alpinistov in sogovornice alpinistke ne bi povprašala o tem, ali se z leti sla po plezanju zmanjša. Takole so odgovorili na vprašanje, ali še plezajo.

Honzak: Ja, rada grem tudi kakšno bolj "udobno" skalno smer splezat. Takšno, v kateri sem sproščena in lahko uživam v pestri konfiguraciji skale in v gibih, ki mi jih omogoča. Tega včasih nisem tako doživljala, ker so bile skoraj vse smeri težke.

Klemenc: Ne, ne plezam več. Če nisi stalno pri stvari, postane preveč zapleteno ... Od soplezalca do muzejske opreme. Občasno se mi še porajajo želje, da bi kaj splezal, pa me tudi minejo. Vsako leto grem na kakšen dopust, kjer se malo napenjam v kakšnem plezališču. Še vedno mi je v zadovoljstvo.

Sazonov: Pred tremi leti sem se spravil v Slovensko smer v Triglavu, z menoj sta šli žena in hči. Malo nad Belimi platami, v varianti levo od Bučarjevega kamina, sem rutinirano prijel oprimek, nisem ga preizkusil, odlomil se je, padel sem nekaj metrov, hči me je zadržala. Poškodoval sem si gleženj. To je bil drugi padec v mojem življenju; prvega sem doživel v Švici, ko se je precej velika skala naveličala položaja v steni in je raje zgrmela v dolino, jaz pa nekaj metrov z njo, a prijatelj Klavdij me je zadržal in sva nadaljevala turo. Zadnje čase me zamika le kakšna skala, balvan v naravi. Oko rutinsko išče oprimke in možnost vzpona, telo poizkuša, a ne vedno uspešno. In pa ferate, posebno tista v Gradiški turi, Furlanova. Plezalni centri pa rastejo kot gobe po dežju. A mladina je drugačna kot tista pred desetletji v gorah. Človeku

Nam zaupate vaš življenjski moto?

Blažič: Živeti za danes in hoditi v hribe, dokler lahko, pa čeprav včasih težko.

Mrak: Gibanje, gibanje in še enkrat gibanje! Seveda prvenstveno hoja zaradi vzdrževanja mobilnosti do konca.

Klemenc: Ne zapravi dneva brez aktivnosti, ki te bo zadovoljila in pripomogla k zdravemu načinu življenja.

Sazonov: V bistvu ga nimam. Pogosto pa pri raznih dogodkih, majhnih in velikih, odmevnih, pomislim: "Ne stori drugim tega, kar ne želiš, da kdo stori tebi." A to so bolj razmišljanja.

Telesna aktivnost kot pomemben del življenjskega sloga predstavlja učinkovit način ohranjanja visoke stopnje aktivnosti in neodvisnosti pri starejših osebah.

Foto Franci Horvat

je kar malce nerodno, ko gleda neverjetno gibanje mladeničev in mladenk pri plezanju sedmic in osmic. Parkrat sem poizkusil, s kotičkom očesa pa sem ujel z rahlim nasmeškom začuden pogled.

Na koncu jezika sem imela še klišejsko vprašanje o receptu za vitalno dolgoživost, ki si jo nemara želimo vsi po vrsti. Le kdo ne bi hotel čim dlje uživati v opoju gora? Pa se mi je zazdelo preveč obrabljeno. Če so nam bogovi naklonjeni in nam podarijo dovolj trpežen material, da zdrži dolga leta vzponov in spustov brez hujše obrabe, je že ena milost. Če nas poleg tega obdarijo tudi s preudarnostjo in previdnostjo, še toliko bolje. Precej ostalega, kar služi ohranjanju čvrstega zdravja, pa je v naših rokah. In v naših glavah. Naj še enkrat citiram Lidijo Honzak, ki je takole opredelila svoj življenjski moto: "Leta niso pomembna, zato se ne pusti ukalupiti. Vse, kar te osrečuje, je prav, če hkrati osrečuje še koga drugega, pa toliko bolje." Ditto. ○

V gore tudi v jeseni življenja

Priporočila za telesno aktivnost starejših



*V gorah se skriva
toliko lepot, da
zahajanje nanje
marsikomu postane
način življenja pozno v
starost.*

Foto Franci Horvat

Čeprav dejavniki, kot sta dednost in bolezen, vplivajo na to, kako se staramo, je popolnoma jasno, da redna telesna vadba lahko prepreči in zmanjša različne telesne in duševne spremembe, povezane s starostjo. Starejši moški in ženske lahko izboljšajo svoje sposobnosti, kot so aerobna zmogljivost, vzdržljivost, ravnotežje, moč in prožnost do zelo visoke starosti.

Aerobna vadba lahko vpliva na dejavnike tveganja za bolezni srca in ožilja. Vadba za moč vodi do povečane mišične mase in mišične moči in izboljša funkcionalno zmogljivost. Telesna vadba vpliva tudi na kostno maso in ravnotežje, koordinacijo in fleksibilnost, kar posledično zmanjša tveganje za padce in zlome. Redna telesna vadba dokazano pozitivno vpliva tudi na različne psihološke dejavnike in kakovost življenja starejših. Podatki kažejo, da telesna vadba kot pomemben del življenjskega sloga predstavlja učinkovit način ohranjanja visoke stopnje aktivnosti in neodvisnosti pri starejših osebah. Vendar pa so starejši zelo heterogena skupina in zato imajo individualizirani vadbeni programi največkrat prednost pred splošnimi priporočili.

V zadnjih desetih letih se je naše znanje o učinkih telesne vadbe pri moških in ženskah nad 70 let in njen vpliv na staranje močno izboljšalo. Po vsem svetu starejši predstavljajo večji del prebivalstva, najhitreje pa narašča delež starejših od 85 let. Za mnoge telesna vadba predstavlja pomemben del preprečevanja bolezni in izboljšanja telesne in duševne zmogljivosti in s tem zmožnost ohranjanja visoke stopnje osebne neodvisnosti in večje kakovosti življenja. Zdravstvene koristi telesne vadbe so pri starejših večinoma enake kot pri drugih starostnih skupinah. Ljudje, ki

ostanejo aktivni, dočakajo več let brez invalidnosti. Obstaja tudi veliko dokazov, da so kronične bolezni v povezavi s staranjem vsaj deloma posledica telesne nedejavnosti in ne staranja samega.

Učinki staranja in telesne vadbe

Delovanje srca in vzdržljivostna vadba

Znano je, da se največja poraba kisika (VO_2 max), ki je eden od pomembnih kazalnikov aerobne zmogljivosti, zmanjša za pet do deset odstotkov na desetletje po 30. letu. To je posledica sprememb v delovanju srčne mišice in slabše zmožnosti privzema kisika v mišicah. Pri starejših se srčna mišica namreč drugače odzove na največji fizični napor kot pri mlajših, zmožnost krčenja srčne mišice je slabša. Nasprotno pa je pri nižjih (submaksimalnih) naporih odziv delovanja srca in ožilja pri starejših primerljiv odzivu pri mlajši populaciji.

Poleg tega so učinki vzdržljivostne vadbe na delovanje srca in ožilja pri zdravih starejših osebah podobni kot pri mlajših. Z redno vzdržljivostno vadbo, kot je na primer kolesarjenje, plavanje in tek, se maksimalna poraba kisika lahko izboljša za 10 do 30 odstotkov. To izboljšanje je posledica boljšega delovanja srca in mišic.

¹ Dr. Petra Zupet,
dr. med.,
prof. šp. vzg.

Poleg funkcionalnega izboljšanja delovanja srčno-žilnega sistema in mišic z vadbo pa se z redno vzdržljivostno vadbo znanstveno dokazano znižujejo tudi tveganja za nastanek srčno-žilnih bolezni pri starejših. Lahka do zmerna aerobna vadba pri starejših namreč privede do izboljšane presnove glukoze, večje tolerance za glukozo in boljše občutljivosti na inzulin, zniža krvni tlak in izboljšuje profil maščob in holesterola v krvi ter zmanjšuje odstotek telesne maščobe. Zelo pomembno je vedeti, da so ti učinki pri preprečevanju in zdravljenju bolezni popolnoma primerljivi z učinki farmacevtskega zdravljenja.

Delovanje mišic in trening moči

S starostjo se telesna mišična masa zmanjšuje, kar postopoma vodi v zmanjšanje mišične moči. Hkrati z zmanjšanjem mišične mase se poveča skladiščenje maščobe in vezivnega tkiva v mišicah. Posledično prihaja do sprememb v funkcionalnih zmogljivostih, kot je na primer hoja. Vzporedno z zmanjšano mišično maso pride ob telesni neaktivnosti tudi do zmanjšanja kostne mase, kar poveča tveganje za osteoporozo in zlome pri padcih.

Redna vadba za moč dokazano zagotavlja povečanje mišične moči pri starejših, tudi nad 90 let. Učinki vadbe so odvisni od njene intenzivnosti in so primerljivi z učinki pri mlajših. Poleg učinkov na mišično moč ima trening moči tudi pozitivne učinke na telesno sestavo, na presnovo beljakovin in kostno maso, kar je predvsem pomembno pri starejših ženskah.

Dodajanje različnih prehranskih dopolnil in hormonov pri vadbi moči ni smiselno, saj s tem ne bomo dosegli večjega učinka.

Ravnotežje, prožnost in sposobnost hoje

Starost vpliva tudi na ravnotežje, prožnost in sposobnost hoje. Ravnotežje je sestavljena funkcija in je odvisna od koordinacije informacij senzoričnih in

motoričnih sistemov v različnih delih perifernega in centralnega živčnega sistema (vključno z bazalnimi gangliji, malimi možgani, ravnotežnim aparatom, vidom, mišično in sklepno občutljivostjo ter taktilno občutljivostjo). Prožnost obsega sposobnost sklepov, da vzdržujejo obseg gibanja, kar ni odvisno samo od funkcije sklepa, ampak tudi od funkcije okoliških struktur (mišice, kite, vezi). Sposobnost hoje je odvisna od več dejavnikov, kot so ravnotežje, gibljivost sklepov, aerobna kondicija in mišična moč. Individualno prilagojene vaje za izboljšanje mišične moči in ravnotežja, gibljivost in koordinacijo v kombinaciji z eno od vzdržljivostnih vadb zmanjšajo nagnjenost k padcem med starostniki. Pomemben dejavnik, ki je deležen vse večje pozornosti, je zaupanje vase in v svoje sposobnosti. Tisti, ki imajo nizko zaupanje in strah pred telesno vadbo in se ji zato izogibajo, končajo v negativnem začaranem krogu postopnega zmanjševanja aktivnosti in funkcionalnih sposobnosti.

Psihološka funkcija in kakovost življenja

Znano je, da telesna vadba pomembno vpliva na različne psihične funkcije, kar je bilo opaženo tudi pri starejših. Veliko raziskav je pokazalo možne povezave med telesno vadbo in kognitivnimi funkcijami, kot so spomin, koncentracija, pozornost in reakcijski čas. Več raziskav je pokazalo tudi velike razlike v teh zmogljivostih pri aktivnih starejših osebah v primerjavi z neaktivnimi starejšimi osebami. Dokazano je tudi, da imajo fizično aktivne osebe manjše tveganje za razvoj starostne demence v primerjavi z osebami, ki so manj aktivne. Ena od zdravstvenih težav, ki se relativno pogosto pojavlja pri starejših, je depresija. Simptomi depresije se pojavljajo pri do 15 odstotkih starejše populacije. Telesna vadba je trenutno predpisana kot vrsta zdravljenja blage depresije in številne raziskave vse bolj in bolj podpirajo tudi povezavo med stopnjo telesne vadbe in stopnjo depresije.

Hojo v poznejših življenjskih obdobjih še posebej pozorno prilagajamo našim telesnim sposobnostim in zdravstvenemu stanju.

Foto Franci Horvat





Marsikakšen planinec v tretjem življenjskem obdobju ohranja zdravje in gibljivost telesa s sprehodi v naravo in vzponi na nižje vrhove, ki včasih niso bili zanimivi.
Foto Franci Horvat

Kaj torej priporočamo starejšim osebam?

Na splošno vsakega posameznika spodbujamo k iskanju tiste aktivnosti in vrste vadbe, pri kateri se počuti prijetno. S tem povečamo možnost, da bo z leti ostajal še naprej fizično aktiven. Pomembno je zgraditi življenjski slog, ki vključuje redno telesno aktivnost in gibanje ter da priporočene dejavnosti, v takšni ali drugačni obliki, že sestavljajo del življenja starostnika.

Uzdržljivostna vadba

Priporočamo predvsem vadbe, ki vključujejo večje mišične skupine, kot so kolesarjenje, plavanje, hoja, tek in smučanje. Intenzivnost in trajanje vadbe sta ključnega pomena za stopnjo spremembe funkcije srčno-žilnega sistema. Za vplivanje na dejavnike tveganja za srčno-žilne bolezni priporočamo predvsem aktivnost nizke do zmerne intenzivnosti, medtem ko za izboljšanje zmogljivosti delovanja srca in ožilja potrebujemo zmerno do visoko intenzivno vadbo. Glede morebitnih dejavnikov tveganja, zaradi katerih bi morali telesno dejavnost omejiti, se moramo posvetovati s svojim osebnim zdravnikom, zdravnikom športne medicine ali zdravnikom specialistom, ki nas zdravi.

Delovanje mišic in trening moči

Glede na njene pozitivne učinke pri starejših, naj bi vadba za moč predstavljala pomemben del redne telesne vadbe. Vadba za moč mora biti vedno individualizirana in progresivna, z drugimi besedami, obremenitev je treba postopoma prilagajati sorazmerno z naraščanjem moči. Vaje je treba izvajati 1- do 2-krat na teden in vključevati glavne mišične skupine telesa

tako v zgornjih kot spodnjih okončinah. Število ponovitev naj bo pri starejših 10–12, čeprav manj ponovitev (8–10) z večjo obremenitvijo zagotavlja večji učinek.

Ravnotežje, prožnost in sposobnost hoje

Trening ravnotežja, gibljivosti in sposobnosti hoje je najbolje narediti v sklopu vsestranske vadbe, posamično ali v skupini.

Psihološka funkcija in kakovost življenja

Podatki raziskav, ki jih imamo na voljo do danes, kažejo na pozitivno povezavo med aerobno zmogljivostjo in močjo ter psihološkimi funkcijami, vendar manjkajo jasne smernice glede intenzivnosti in trajanja različnih vrst vadbe. Posledično priporočamo različne vrste telesne vadbe, ki posamezniku ustrezajo in med katerimi se počuti prijetno. Tudi socialno okolje, se pravi kje in s kom posameznik dejavnost izvaja, je verjetno zelo pomemben dejavnik za pozitiven vpliv na kognitivne sposobnosti, razpoloženje in zdravje.

Starejši in gore

Kakor je potrebno, da smo za hojo v gore primerno fizično pripravljene, pa velja tudi, da hoja navkreber po neravnem terenu krepi več organskih sistemov in motoričnih sposobnosti našega telesa. Taka hoja krepi tako kognitivne sposobnosti. Zato jo seveda priporočamo kot obliko redne telesne vadbe, ki kombinirano pozitivno vpliva na naše zdravje in počutje ter ohranja našo samostojnost dolgo v poznejša življenjska obdobja. Paziti moramo le, da jo prilagajamo našim telesnim sposobnostim in zdravstvenemu stanju. Zato kakšen posvet z zdravnikom vsake toliko časa ne bo odveč. ●



PAJKICE, HLAČE ALI NEKAJ VMES?

Prave treking hlače naredijo razliko

Aktivnosti na prostem postavljajo visoke zahteve za vso opremo, še posebej za hlače. Zato ponujamo pester nabor hlač za najrazličnejše aktivnosti in osebne želje. Želite popolno svobodo gibanja, robustno tradicionalno funkcionalnost na prostem ali kombinirane hlače z raztegljivo in trpežno tkanino G-1000? Pobljže si oglejte Fjällräven hlače.

fjallraven.com



Zdenka Mihelič

Kaj je pomembnejše starejšim, kaj mlajšim

Uodenje starejših v gore

Kaj je značilno za mlajše planince in kaj za starejše, kaj si želijo eni, kaj drugi, kaj je pomembno prvim, kaj drugim, na kaj so bolj pozorni, kakšno vrednost vidijo v gorah in svojih vzponih, kako voditi ene in druge, kakšen pristop ubrati, in katere so vendarle skupne značilnosti. Ja, o tem sem veliko razmišljala, ko me je naša Mateja spodbudila, da bi na papir prečila nekaj svojih izkušenj z vodenja v hribe.

Kdo ve, kdaj bomo naslednjič takole skupaj v objemu gora. Zato so foto spomini toliko bolj dragoceni, saj jih bomo lahko gledali in uživali ob njih, tudi ko morda ne bomo več hodili na take pohode.
Foto Zdenka Mihelič

Na svojih vodniških ali zasebnih turah sem bila v družbi ljudi različnih starosti, veliko je bilo mladih in (naj)mlajših, še posebej v času dolgoletnega vodenja planinskega krožka na domači osnovni šoli, v zadnjih letih pa je čedalje več starejših planink in planincev, ki si želijo v hribe, pa sami ne vedo, kako do izhodišča, kje poteka pot itd., ali pa je tista generacija srednjih let, ko sem začela voditi, zdaj že nekoliko posivela. Pri mlajših se v zadnjih letih zelo pozna porast "internet/facebook" generacije, ki v veliki meri čuti, da zmore sama na vse poti, na vse vrhove po ogledu objave nekoga na družabnem omrežju v slogu: "Če zmore on, zmorem tudi jaz."

Ne gre posploševati

Čeprav kažejo osebne izkaznice datum rojstva in posledično število let posameznika, res ne gre vseh dajati v isti koš. Ob tokratnem razmišljanju sem se ozrla na dve vodeni turi v lanskem letu, ki sta bili med seboj zelo različni – tako glede let gostov, tempa hoje, doživetij, zanimanja ... Na eni sem vodila dva mlada nadobudna Avstralca, par, ki sta si za potovanje po Evropi vzela tri mesece. On samozaposlen, ona pa je zaradi potepanja in raziskovanja Evrope pustila službo in je po potovanju začela iskati novo. Oba zagnana, polna energije, ki je kar kipela v njima, sta se zgodaj zjutraj usedla v avto in smo se odpeljali proti



Pokljuki. Kljub zgodnji uri sta ves čas napeto poslušala in se pogovarjala, vse ju je zanimalo.

Na izhodišču sta se želela zagnati in sem ju komajda brzdala, da se ne bi takoj prekurila. Kot sem opazala, je bil mladima na turi pomembnejši športni dosežek, da sta stala na najvišjem vrhu obiskane države, in ne toliko doživetje narave. Saj sta naravo, razglede tudi nekoliko občudovala, a prevladali so hitrost hoje, čas, hitri vzpon in sestop ter zvečer že biti na pivu v prestolnici. Tako sem jima pri vodenju ob opozorilih glede varnosti, posebnosti, bolj kot o raznobarnih drobnih cvetkah v razpokah, skalnih zanimivostih in kaj vse se vidi, pripovedovala o naših športnikih, rekordih na Slovenski planinski poti in faktografske podatke, ki so ju zanimali. Ustavljali smo se za kratke prigrizke in pitje, za razgledne postanke jima ni bilo ravno mar. Prav tako sem začutila, da jima ni do zgodovine, zato sem ju seznanila le z nekaj osnovnimi mejniki iz planinske zgodovine. Bolj ju je navdušila smešna anekdota in celo kakšen dogodek iz mojega gornišтва.

Starejše planince zanima več

Starejši planinci so – po navadi –pozornejši, dojemljivejši za vse nasvete glede varnosti. Tempo hoje je počasnejši. Starejšim veliko pomeni, da jih večkrat opozorim na posebnosti tako pri hoji, ovirah na poti za varnejše napredovanje in pri uporabi opreme (kot je na primer dodatna zaščita za glavo, veter ...), kot tudi na razglede, lepote, gorsko cvetje in živali, skalne gmote in kamnine, naravne znamenitosti ...

Zanimivo je, kako starejša generacija, sploh tista, ki ima veliko preteklih izkušenj, vidi in primerja, kako je bilo nekdanj, s tem, kako je zdaj, kako se stvari spreminjajo. Spominjajo se, kakšne zanimive dogodivščine so doživeli, kako v kočah ni bilo take udobnosti, bilo je preprosto, jedi enostavne in le par njih. In zdi se, da bolj cenijo vsak trenutek, ki ga lahko preživijo v gorah in da še vedno zmorejo.

Starejši planinci, ki sem jih na primer vodila na Srednji vrh nad Završnico, so že na izhodišču polni želja pripravili fotoaparate ali mobije, s katerimi so potem lovili vedno nove lepote. In so bili hvaležni, da sem jim jih tudi pokazala. Bili so bolj tenkočutni, več so opazili, več stvari so si želeli videti, doživeti in željno so okušali planinske jedi. Zanimalo jih je vse in še več iz naše planinske zgodovine, pa razna pretekla doživetja, zgodbe; večkrat smo se ustavljali na točkah, od koder so se videli čudoviti razgledi in vrhovi, ki so se sproti odkrivali, veliko jim je pomenilo, da sem jim razložila, kaj vse se vidi.

Res je, hitrost hoje je bila veliko počasnejša kot pri mladima Avstralcema, a še vedno so bili presenečeni, da smo prišli na vrh v času, zapisanem v razpisu in na kažipotih. Ja, ne le pri starejših, tudi pri vseh drugih je tempo brez zaganjanja in hitenja, enakomeren tempo z ustavljanjem za drobne odmore na 45 minut do ure ter z večjo malico na približno tri ure, zmagovalna kombinacija.



Brez izjem ne gre

Ne gre torej predalčkati in posploševati. Tudi mnogi mlajši so navdušeni nad lepotami gorskega cvetja, razgledov in izjemnih trenutkov, ki jih želijo ohraniti vsaj na slikah. In so starejši, ki jih tudi še tako krasni prizori v gorah, napolnjeni s pisanimi cveticami in z razgledi do morja, niti najmanj ne ganejo. Niso vsi mlajši ali starejši planinci enaki in enako fizično pripravljene, četudi so mlajši. Tako sem prav tako lansko leto le nekaj dni za zgoraj opisanima nadobudnima Avstralcema vodila skupino mlajših in tri osebe med njimi, stare okoli 25 let, so bile brez kondicije; no, imele so tisto za vsakdanje življenje, za vzpon na Triglav pa še zdaleč ne. Le trmasta vztrajnost in mladost sta jih ob pomoči nas, vodnikov, privedli na vrh in nazaj. Že po pol ure vzpona so namreč dejali, da bodo šli čisto počasi, da ne gre. Kljub vsemu vedenju, z večmesečno predstavitvijo za pripravo pred vzponom in s sprotnim spodbujanjem za priprave, so zanemarili dejstvo, da se je treba fizično pripravljati, da je res dobro imeti kondicijo, še posebej za tako dolg in naporen vzpon, kot je bil pred nami, prav tako pa sestop.

Pogosto ljudje zanemarijo dejstvo, da smo na vrhu šele na polovici poti (včasih pa še to ne) in da je treba priti še v dolino in domov. Izčrpanost pogosto vodi v nepozornost pri koraku, od tod nato ni daleč do zdrsa in posledice so lahko z manjšimi ali težjimi poškodbami. Še dobro, da sem imela v tej skupini na voljo več vodnikov, da sem skupino lahko razdelila na tri podskupine s svojim vodnikom in tempom hoje glede na različno fizično pripravljenost gostov.

Prav tako pa te lahko starejši presenetijo z vitalnostjo in poskočnostjo, zagnanostjo in odlično kondicijo. Še zdaj mi je vzor skupina starejših, ki sem jih pred par leti vodila na večdnevni turah. Po razmišljanju, fizični pripravljenosti in trdoživosti zagotovo preka-

Zdi se, da starejši planinci bolj cenijo vsako doživetje, cvetlice in trenutek, ki ga lahko preživijo v gorah.

Foto Zdenka Mihelič



*Hitro na vrh
in hitro v dolino
Foto Zdenka Mihelič*

šajo marsikoga mlajšega. Prepričana sem, da so jih do tja pripeljali nepodcenjevanje tur in gora, dosledno pripravljanje na izziv, hribovske izkušnje tako glede hitrosti hoje, ustrezne opreme, hrane, ki podpre telo na turi in po njej, pa tudi medsebojno spoštovanje in hvaležnost možnosti biti v hribih, da jih lahko okušaš na tak način.

Podcenjevanje ture

Podcenjevanje ture je velik manko, ki si ga planinci, gostje žal pogosto privoščijo. "Ah, saj bo šlo." Ja, bo šlo – vendar za kakšno ceno? Človek, ki se ne pripravi za turo, bo morda zmogel, a pri tem zagotovo ne bo užival, vsak korak mu bo odveč, vabilo k razgledu in čudovito gorsko cvetje mu bo odveč, nejevolja bo rastla. Še posebej, če je tura na vroč poletni dan, ko bi sicer v načrtovanem zmernem tempu hoje lahko prišli na določeno višino s prijetnejšo temperaturo ali v zavetje koč, pa zaradi prepočasne hoje še zdaleč nismo tam. Tako se vse samo stopnjuje, lahko celo propade načrt priti do koč v predvidenem času in zato lahko trpi vsa skupina. Če je možno, seveda ob domnevi, da imamo dovolj usposobljenih vodnikov, skupino razdelimo na primerno manjše samostojne skupine, ki se gibljejo po svojih zmožnostih. Če pa je nemogoče s prepočasno skupinico priti do načrtovane končne točke tega dne (vrh, koč), pa se s to skupino vrnemo nazaj ali drugače ustrezno prilagodimo turo. To ni vedno mogoče, saj je npr. zaradi rezervacij prenočišča poiskati prenočišče v bližnji koči zaradi zasedenosti nemogoče.

Kaj je skupno pri vseh vodenjih

V lanskem letu sem prav o tem, katere so odlike odličnega vodnika, veliko razmišljala, povprašala pa sem tudi nekaj po mojem mnenju takih gorskih vo-

dnikov. Vodnik mora biti v prvi vrsti usposobljen in strokoven, tehnično podkovan za vodenje tur in tudi sam odlično psihofizično pripravljen. Varnost mu mora biti na prvem mestu. Vodnik mora biti samozavesten, prilagodljiv, iznajdljiv in tudi hladnokrvno odločen. Biti mora pozoren, iskren, pristen, pošten in odkrit, dobre volje, obziren, srčen, sočuten in nikoli obsojajoč, saj nikoli ne vemo, v kakšni situaciji je gost, s čim se morda spopada doma ali v sebi, kakšen dan ali obdobje je za njim. Zelo pomembna je empatija in odgovornost s čutom do narave in človeka ter tekoča komunikacija. Biti mora komunikativen, hkrati pa ne vsiljiv, skrbeti mora za dobro vzdušje v skupini in da naredi na videz še tako morda nezanimivo pot prijetno, sproščeno, a hkrati varno in nepozabno izkušnjo. Kot mi je eden izmed gorskih vodnikov napisal: "Zame je bistvo 'odličnega' vodništva predvsem v iskrenem odnosu. Vsakega lahko vodim do zelenega cilja, a šele, ko se najino dožemanje načina dosega cilja ujame."

Seveda so tudi gosti, ki jih lahko zanima bolj tehnični del (npr. t. i. zbiratelj žigov), in so taki, ki jim je pomembnejši osebni del in jim je več do doživetij, z njimi lahko z veseljem tudi obsediš na vrhovih, spregovoriš tudi o tem, kaj ti gore dajo, te spreminjajo ... Zato je dobro, da kot vodnik prepoznaš želje gostov, česa si ne želijo, kaj pa bi nadvse radi doživeli, si ogledali. Ko jih morda prav s tem dodatno presenetiš, je pravo zadovoljstvo, ko se jim zasvetijo očke in nariše nasmeh. Gosta je zato dobro "prebrati", pa čeprav ga od prej ne poznaš. Začetni skupni trenutki in sproščen pogovor ti lahko veliko razkrijejo. Kajti če veš, kaj si gost želi, kaj je zanj pomembno ter mu s tem prideš nasproti, kolikor se le da, bo zadovoljen in vesel odšel domov in bo pripovedoval najlepše ne samo o doživetju, ampak tudi o deželi in ljudeh. ●

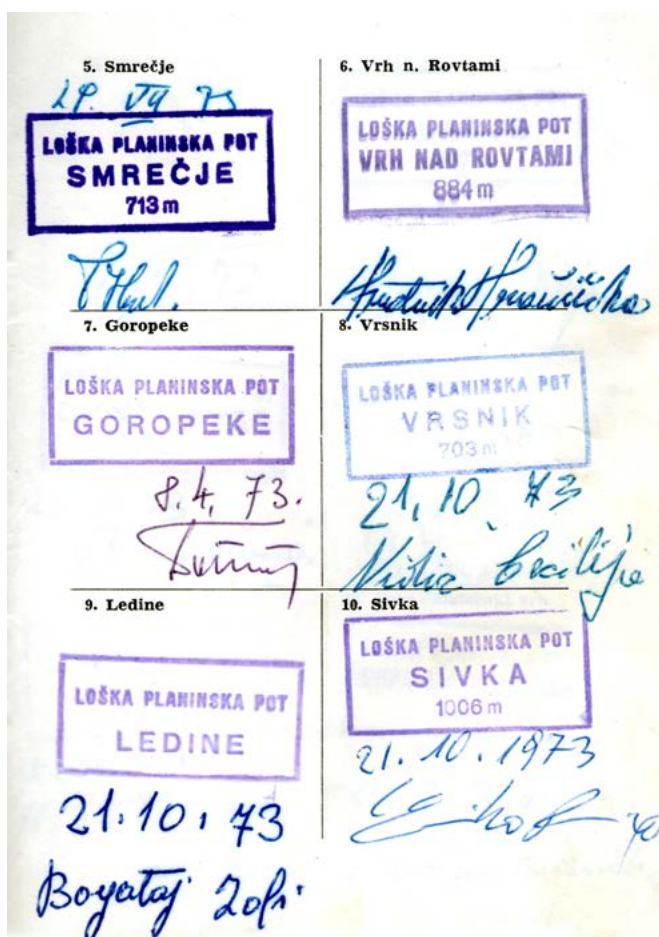
Žigi v planinskih kočah

V planinsko društvo sem se včlanil leta 1962, ko sem bil v četrtem razredu osnovne šole. Takrat so bile planinske izkaznice v obliki knjižice, ki je imela tudi nekaj praznih listov, namenjenih žigom prehojenih poti. Seveda takrat moji starši niso veliko hodili v hribe in tako je bil vsak žig, ki mi je bil dosegljiv, pravi zaklad.

V srednji šoli sem se lotil Slovenske planinske poti in ponovno je bilo treba na lov za žigi. Čeprav jih je bilo takrat treba zbrati le 72, so bili zame nekateri zaradi oddaljenosti od doma kar težko dosegljivi. Z vsake ture je bilo obvezno treba poslati tudi razglednico, ki ni veljala nič, če ni bila polna žigov, saj je bil tekst običajno skrčen zgolj na lep pozdrav. Tako sem nevede začel v hribih ceniti predvsem žige.

Z leti se vrednote spreminjajo in tako sem sčasoma začel iskati še vse kaj drugega kakor le žige. Nanje se sploh ne bi spomnil več, če ne bi letošnjo zimo začel urejati papirje, ki jih hranim. Tako so na vrsto prišle tudi razglednice, ob katerih sem obujal spomine na stare čase. Mojo pozornost so še posebej pritegnili žigi, na katerih so upodobljene kočice, saj so nekateri kvalitetna likovna dela, obenem pa dokument časa, ker je marsikatera kočica danes videti povsem drugače, kot je upodobljena na žigu.

Ob tem sem postal radoveden, kako je danes z žigi po kočah, zato sem v preteklem letu v vsaki koči, ki sem jo obiskal, vprašal tudi po žigih. Tako sem naključno obiskal 23 koč, v katerih so imeli skupno 79 žigov, kar



<p>Kočica pod Bogatinom</p>  <p>KOČICA POD BOGATINOM 1517 m</p>	<p>Cojzova kočica na Kokrškem sedlu</p>  <p>KOKRŠKO SEDLO COJZOVA KOČICA 1793 m</p>
<p>Planinski dom na Sviščakih</p>  <p>PLANINSKI DOM NA SVIŠČAKIH 1242 m PD ILIR. BISTRICA</p>	<p>Češka kočica na Spodnjih Ravneh</p>  <p>Češka kočica 1543 m</p>
<p>Tržaška kočica na Doliču</p>  <p>TRŽAŠKA KOČICA 1323 m</p>	<p>Dom na Lubniku</p>  <p>DOM NA LUBNIKU 1323 m</p>

zneso 3,4 žiga na kočico. V petih so imeli zgolj en žig, v dveh pa kar po devet v vsaki. V osmih so imeli tudi žig s podobo kočice. Ob tem se sprašujem, ali ne bi bilo dovolj, če bi bil v vsaki koči samo en žig, kar bi bilo tako v ekonomskem kot ekološkem smislu najbolj racionalno. Tudi mi ni jasno, zakaj mora vsaka obhodka imeti svoj žig, saj prisotnost potrjuje oskrbnikov podpis in ne žig. Ker se transverzalni žigi ločijo zgolj po imenih koč, dnevniki s teh poti niso prav nič zanimivi, kar je razvidno s slike, na kateri je stran iz dnevnika Loške planinske poti iz leta 1973, ko je bila pot odprta.

In tako se mi poraja vprašanje, kaj če bi imela vsaka kočica samo en žig s podobo kočice? Potem bi bili dnevniki z žigi prave male grafične mape, kar je razvidno z naslednje slike. Še posebno bi to prišlo do izraza, če bi predloge za žige izdelali priznani likovni umetniki. ●



Krzysztof Wielicki (levo) in Leszek Chichy predavata na 18. Festivalu gorniškega filma v Cankarjevem domu.
Foto Igor Kuster

Med naskokom na vrh izmenjala le pet stavkov

Pogovor s Krzysztofom Wielickim in Leszkom Chichyjem

Leszek Chichy (1951) in Krzysztof Wielicki (1950) sta se 17. februarja 1980 ob 14.25 vpisala v zgodovino himalajizma z besedami, ki jih je Leszek spregovoril med radijskem klicem v bazni tabor:

"Ali veste, kje sva?"

"Kje?"

"Na vrhu Everesta!"

Pri $-42\text{ }^{\circ}\text{C}$ in v viharnem vetru sta stala pri kitajski piramidi. Poskrbela sta tudi za dokaz. Na vrhu sta pustila rožni venec in odnesla sporočilo, ki ga je leto prej gor pustil Američan Ray Genet, a je zaradi izčrpanosti med sestopom umrl.

Chichy je bil geodet, raziskovalec na Tehnični univerzi v Varšavi in bančnik, trenutno pa je podjetnik. Med njegovimi ostalimi vzponi so pomembnejši prvi vzpon na *Šišpare*, 7611 m, na Jalung Kang po novi smeri, tretji vzpon na Gašerbrum II, kar je bil takratni poljski višinski rekord. Od 1995 do 1999 je bil predsednik Poljske planinske zveze. Udeležil se je štirih odprav na K2; najviše je prišel med drugo, ko je dosegel 8250 metrov. Leta 1999 je postal prvi Poljak, ki je zaključil turnejo po najvišjih vrhovih vseh sedmih kontinentov. Tega leta je prejel tudi priznanje Coloss za dosežke na področju alpinizma. Leta 2003 je bil s sklepom predsednika Poljske Aleksandra

Kwaśniewskega odlikovan z viteškim križcem reda polonia restituta. Je soavtor nekaj knjig in številnih člankov v planinskih publikacijah.

Krzysztof Wielicki je na univerzi v Wrocławu diplomiral iz elektronike. Je peti človek, ki je priplezal na vseh štirinajst osemtisočakov. Poleg Everesta se je kot prvi človek pozimi povzpел še na Kangčendzengo, Manaslu in Lotse, na slednjega zaradi poškodbe še v ortopedskem stezniku. Opravil je solo vzpone na Broad Peak (v 22 urah gor in dol), Daulagiri po novi smeri, Šišapangmo po novi smeri, Gašerbrum II in Nanga Parbat. Vzpon na slednjega lahko potrdijo le pakistanski pastirji, ki se bili edine priče. Oktobra 2018 je skupaj z Reinholdom Messnerjem prejel prestižno priznanje na področju športa – nagrado princeze Asturije, popularno imenovano španski plemič. Leta 2019 je za gorniške dosežke prejel zlati cepin za življenjsko delo v alpinizmu in medaljo mesta Grenoble. Tudi njega je predsednik Kwaśniewski leta 2003 odlikoval z viteškim križcem reda polonia restituta. Je član več kot sto let starega Kluba raziskovalcev (The Explorers Club), ki mu je leta 2001 podelil prestižno nagrado Lowell Thomas za dosežke v alpinizmu. Še vedno organizira odprave in si postavlja nove cilje. Sledi poljski ideji o zimskem raziskovanju Himalaje. Je avtor in soavtor več knjig.

Oba tokratna sogovornika pripadata poljski zlati generaciji himalajcev 80. in 90. let, ki se je specializirala za plezanje v koledarski zimski sezoni. Revija *National Geographic* jih je poimenovala ledeni bojovníki. Intervju je nastal med njunim obiskom v Ljubljani, ko sta z uvodnim predavanjem v Cankarjevem domu odprla 18. Festival gorniškega filma.

Leto 1980 je bilo za Poljsko zelo pomembno zaradi treh dogodkov. V Gdanskju je bil ustanovljen sindikat Solidarnost, poljski pisatelj Czesław Miłosz je prejel Nobelovo nagrado za literaturo, vidva pa sta s prvim zimskim vzponom na najvišjo točko sveta prispevala k enemu od teh dogodkov. Kako ponosna sta na to?

Wielicki: Ponosna sva na vse tri dogodke. V tem letu so bile zimske olimpijske igre. Poljski športniki na njih niso dosegli niti enega uspeha. Edini športni uspeh je bil najin Everest. Športna zveza se je osredotočila na našo odpravo, ne na olimpijske igre. Sodeloval sem pri organiziranju Solidarnosti v naši tovarni. Skoraj vsi alpinisti so bili proti komunizmu.

Lahko, prosim, razložita bralcem Planinskega vestnika, kako je biti nad 8000 metri, v peklenskem mrazu -42°C in v viharnem vetru, za povrh pa še v očalih za varjenje? Kako človek funkcionira v takih razmerah?

Wielicki: Nisva vedela, da se bova spopadala s takšnimi razmerami. Ob takem vetru in mrazu više gori nisva nič vedela.

Chichy: To je bila najina prva odprava na tako visoko goro.

Wielicki: Šele učila sva se. Pozneje je bilo že lažje, ker sva nabrala nekaj izkušenj, prvič pa sva se sproti učila, tako kot najini telesi. Takega vetra res nisva pričakovala. Vedela sva, da obstajajo zračni tokovi, *jet stream*, vendar je bila sezona presenetljivo suha, vlažnost zraka je bila 15-odstotna. Kar naprej sva pokašljevala.

Chichy: Zelo mrzlo in zelo suho ozračje, tokovi se z enajstih kilometrov spustijo na osem do sedem tisoč metrov. Vedeti morate, da takrat še ni bilo namenskih oblčil, nič polarja niti goreteksa.

Wielicki: Oprema je bila zelo slaba, najslabše pa je bilo, da smo bili brez vremenske napovedi. Nikoli nisi vedel, kaj bo jutri ali dan zatem.

Chichy: Menim, da je to največja razlika med takratno in zdajšnjimi odpravami. Zdaj ima lahko vsak satelitski telefon in izve, kdaj naj čaka v bazi in kdaj bo primerno vremensko okno.

Wielicki: Tako lahko prihraniš moči. V tedanji odpravi je bilo štirinajst plezalcev, ne dva ali štirje. Takrat nisi vedel, katera naveza bo zaradi vremena imela priložnost za napredovanje.

Chichy: V drugem delu naše odprave vreme ni bilo ravno lepo, kljub temu sva krenila proti taboru 2, kjer sva čakala, kajti od tam bi lahko v dveh dneh dosegla vrh Everesta.

Gospod Wielicki, po uspešnem prvem zimskem vzponu na Everest ste dejali, da je bil vzpon 17. februarja 1980 prava revolucija tako za svetovni alpinizem kot za zgodovino poljskega plezanja.

Wielicki: No, morda ne ravno revolucija, vsekakor pa je bil zelo pomemben. Lahko se vprašamo, kaj bi

*Na poti pod K2,
zima 1987*

*Arhiv Krzysztofa
Wielickega*





Chichy: Spomnimo se, da je Hillary ob neki priložnosti izjavil, da v Himalaji nad sedem tisoč metrov ni življenja.

Vaš komentar, gospod Chichy, pa se je glasil: "Če ne bi šlo za Everest, bi ostala v šotoru." Rekli ste tudi: "V nekaj dneh naskoka na vrh sva s Krzysztofom morda izmenjala pet stavek." Sta dihala in čutila kot eden?

Chichy: Everest je bil za naju magična točka. Če bi šlo npr. za Makalu ali kak drug vrh, za vzpon ne bi imela dovolj moči niti motiva. Toda Everest je bil magnet. Do konca odprave je bilo le še nekaj dni, vedela sva, če ne bova midva, bo drugim zmanjkalo časa za nov poskus.

Wielicki: Bila sva pod velikim pritiskom iz baznega tabora. Bilo je preprosto – morala sva navzgor in sva šla.

Če bi se eden obrnil, ali bi drugi nadaljeval vzpon?

Wielicki: Sam? Ne.

Chichy: Oba ali nič.

Kako sta se počutila, ko Messner ni hotel sprejeti, da je vajin dosežek prvi pravi zimski vzpon na Everest, vendar je po dveh letih spremenil svoje mnenje?

Wielicki: Ja, spremenil je svoje mnenje, ker je vedel, da smo imeli dovoljenje do 15. februarja. Zato je rekel, če sta *splezala* po 15., to ne bi bilo skladno s pravilom. Vendar ni vedel, da nam je ministrstvo za turizem uradno podaljšalo odpravo za dva dni, do 17. Izdali so nam tudi uradno potrdilo. Zato se je Reinhold premislil.

Chichy: Ta dokument je zelo zanimiv. Je obrazec, prečrtali so pomlad in jesen ter ročno dopisali zima.

Gospod Wielicki, vi ste rekli tudi: "Bil je zgodovinski paradoks, smo bili v ravno v tistih težkih časih za politiko in družbo sposobni doseči največje rezultate in neverjetne trenutke uspehov ..."

Wielicki: Bilo je nenavadno, v težkih časih za poljsko ljudstvo je prišel največji uspeh. Običajno so bogate države tiste, ki so zelo uspešne v športu. Sicer ne vedno, a na splošno je tako. V tem je paradoks. Morda zato, ker smo tako želeli spisati zgodbo, bili smo lačni zgodbe o plezanju.

Našel sem dva komentarja, ki se zdita "ključna" odgovora o tistem času. Po Reinholdu Messnerju so bili poljski plezalci – navajam iz *Iskalcev svobode* (Sidarta, 2015) pisateljice Bernadette McDonalds – "lačni in zelo zelo močni". Mehiški alpinist Carlos Carsolio, ki je plezal s Poljaki, pa je prepričan, da je bil njihov uspeh posledica težkega otroštva. Kaj pravite na ti dve mnenji?

(*Smeh.*) **Wielicki:** Morda je v tem kanček resnice.

Gospod Chichy, odlične poljske dosežke v gorah ste pripisali veliko banalnejšemu razlogu – številčnosti, dvema tisočema plezalcev.

Chichy: Veste, to je bil poseben čas. V sedemdesetih in še devetdesetih si v Himalaji srečal dve skupini

Krzysztof Wielicki in Jerzy Kukuczka (1948 - 1989) po prvem zimskem vzponu na Kangčendzengo 1. 11. 1986
Arhiv Krzysztofa Wielickega

se zgodilo, če ga ne bi preplezali pozimi. Verjetno tej zimski odpravi ne bi sledilo to, kar sicer sledi uspešnim odpravam.

Chichy: Morda bi bil naslednji poskus šele čez deset ali več let.

Wielicki: Mogoče bi ljudje mislili, da je pozimi nemogoče priplezati na osem tisoč metrov, in bi opustili poskuse. Ker sva *splezala*, sva bila dober primer, premagala sva oviro in dokazala, da se da. Zato so ljudje začeli z zimskimi vzponi.

Krzysztof Wielicki po solo vzponu na Nanga Parbat
Arhiv Krzysztofa Wielickega



naših alpinistov. Dve generaciji pred nami in našo, ki je bila najmlajša. V Himalaji so te tri generacije prišle skupaj. Prvi dve sta bili bolj izkušeni, mi pa močnejši. To je bilo dobro izhodišče. V naši odpravi so imeli najstarejši skoraj šestdeset let, jaz sem bil z devetindvajsetimi najmlajši član.

Wielicki: V alpinističnih klubih je bilo registriranih okoli pet tisoč plezalcev. Toda pravih visokogorskih alpinistov je bilo petdeset do šestdeset, mogoče največ osemdeset.

Andrzej Zawada, vodja zimske odprave Everest 1979/80, je bazni tabor pod Everestom oskrbel celo z aluminijasto kadjo, ki je bila vedno polna vroče vode. Vedel je, kako pomembno je za alpiniste sproščanje po mrzlem plezanju. Kako pomemben je bil Zawada za poljsko himalajsko odpravništvo?

Wielicki: Bil je karizmatičen vodja. Zelo pomemben. Osredotočil se je na reševanje problemov, uresničevanje njegovih osebnih alpinističnih sanj ni bilo v prvem planu, hotel je biti dober vodja, kot Aleš Kunaver.

Chichy: Zawada je leta 1974 na Lotseju dosegel 8250 metrov, kar je bil prvi zimski vzpon čez osem tisoč metrov v poljski himalajski zgodovini.

V slavnih dneh poljskega alpinizma so se nekateri plezalci ukvarjali z mednarodno trgovino, s kupovanjem in preprodajanjem raznih stvari, tudi s tihotapljenjem, s čimer so solidno zaslužili. Sta se tudi vidva ukvarjala s tem poslom?

Wielicki: Ne, ne. Mislim, da je o tem pisal Kurtyka. Težko je bilo zaslužiti denar s tihotapljenjem. Za odpravo rabiš veliko denarja. Pri tihotapljenju lahko zase obdržiš dvajset dolarjev. Nekateri zahodnjaki so mislili, da smo imeli veliko denarja za odpravo, ker smo tihotapili. Ni bilo tako. Denar za odprave, veliko zlotov, smo zaslužili z višinskimi deli. Tihotapljenje pa je bilo osebno. Ponesel si dve steklenici viskija, ju prodal in zaslužil okoli dvajset dolarjev. Obstajal je še en način. Za namene odprave smo na Poljskem nakupili veliko opreme, nekaj smo jo prodali v Katmanduju in dobili denar za nosače in dnevne stroške. Tudi nekatere stvari smo plačali z opremo, ki smo jo prinesli iz Poljske. Torej to o tihotapljenju drži le delno.

Chichy: Takrat je bilo nekoliko lažje s poljskimi zloti, toda težko je bilo priti do dolarjev.

Čeprav nista kralja, ima vsak od vaju krono ne-snovnega kraljestva, namreč krono Himalaje in krono Zemlje.

Wielicki: Nikoli nisem mislil, da bom delal krono Himalaje. Bil sem na več kot štiridesetih odpravah. Plezanje nas je zanimalo kot šport, hoteli smo narediti nekaj novega, pozimi, solo, prečenje, alpski slog, to je bilo pomembno za nas. Ampak če si vsako leto na eni ali dveh odpravah, naposled, pri dvanajstih osemstisočakah, pomisliš, da bi morda lahko opravil z vsemi. To ni bil prvotni cilj, do tega je prišlo spontano. Nekateri pa zbirajo vrhove, imajo program.



Chichy: Enako je bilo pri meni. Bil sem na Everestu, Mont Blancu, Elbrusu, Aconcagui itn. Toda Mt. Vinson na Antarktiki – ta je zelo drag. Nobene možnosti nisem videl, da bi prišel tja, moral bi imeti 25.000 dolarjev. Moja plača univerzitetnega profesorja na Politehnični fakulteti v Varšavi je bila 20 dolarjev. Toda gospodarstvo na Poljskem se je spreminjalo, zamenjal sem službo, šel sem v banko. Moj šef mi je rekel: "V redu, damo ti 30.000 dolarjev, pojdi in končaj s temi sedmimi vrhovi." Takrat sta mi manjkala le še Mt. Vinson in Piramida Carstenz (Puncak Jaya).

Kaj lahko povesta o Jerzyju Kukuczki in Wojciechu Kurtyki z današnjega vidika?

Wielicki: Dva zelo dobra plezalca, toda različna.

Različna značaja?

Wielicki: Da, različni filozofiji. Kako naj rečem ... težko je povedati ... tu je nekaj polemike. Seveda, Kurtyka je bil in je še vedno dober plezalec, a Kukuczka je bil močnejši. Kurtyka ni priplezal na K2, Makalu, Lotse. Do osem tisoč da, više se ni dobro počutil. Kljub temu je dober plezalec, toda kot človek je nekoliko sporen. Kukuczka je bil bolj preprost, toda neposreden, ni se oziral nazaj. Če bi bila skupaj dva Kukuczka, bi že prej umrla. Če bi bila skupaj dva Kurtyka, ne bi nikoli prišla na vrh. Kot posameznika pa sta skupaj dobro delovala. Wojciech je bil zelo jezen name. *(Smeh.)*

Cichy: Zanj je bilo prečenje treh vrhov Broad Peaka v navezi s Kukuczko pomembnejše od K2.

Wielicki: In prav tako prvenstvena smer v Svetleči steni Gašerbruma IV z Robertom Schauerjem.

Je res, da vam je Kurtyka predlagal vzpon in sestop na Broad Peak v enem dnevu?

Wielicki: Je, ker bi bil njemu in Kukuczki pri prečenju vseh treh vrhov odveč. Trojna naveza se ne bi dobro obnesla. To je bila njegova ideja.

Krzysztof Wielicki in Leszek Cichy s torto proslavljata prvi zimski vzpon na Everest v zgodovini himalajizma. Arhiv Krzysztofa Wielickiega

Chichy: Morda je Krzysztof vedel, da sem bil leto pred tem na Aconcagui in sem iz baznega tabora na vrh in nazaj do baze rabil 17 ur.

In kaj menita o Wandu Rutkiewicz (1943 - 1992) in njeni Karavani sanj?

Wielicki: Tako prikupno dekle. (Smeh.) Lepa. Moja prva inštruktorica, bila sva v istem društvu.

Chichy: Zelo lepa zamisel, toda mislim, da je bila za Wando takrat nemogoča.

Wielicki: Zlasti ker pri plezanju ni želela nobene pomoči. Sama, brez šerp in dodatnega kisika. Stara je

bila 48 ali 49, bila je kar počasna, skupaj sva bila na zadnjih dveh odpravah. Svetovali smo ji, naj vzame šerpo, a ni hotela slišati. Bila je zelo ambiciozna, dobra plezalka. Ni bila sposobna ostati v zvezi z moškim. Blizu moraš imeti ljudi, ki ti lahko pomagajo, ti svetujejo, ona pa je bila sama.

Chichy: Na to gledam tako: Wanda ni hotela plezati novih smeri, Krzysztof in Kukuczka pa sta izbirala težke prvenstvene smeri in plezala hitro.

Če se ne motim, Kinga Baranowska ni zelo znana v splošni javnosti, čeprav je dosegla devet osemtisočakov brez dodatnega kisika ...

Wielicki: In je s tem zdaj zaključila.

Za vedno in je s tem zadovoljna?

Wielicki: Tega ne vem. Zelo je skrivnostna. Ne vemo, zakaj. Morda je spoznala, da ni več tako močna kot nekoč in da nima možnosti za vseh štirinajst osemtisočakov. Morda noče več tvegati samo zaradi himalajske krone.

Chichy: Toda zdaj imamo drugo posebno žensko, ki se je doslej v treh letih povzpela na dvanajst osemtisočakov, manjkajo ji samo še Gašerbrum I in II ter Šišapangma. Hkrati s krono Himalaje dela tudi Sedem vrhov, mislim, da ji manjka samo še Mt. Vinson. Kaže, da bo v roku enega leta osvojila dve kroni.

In kdo je ta gospa?

Chichy: Dorota Rasińska - Samočko.

Wielicki: Pleza v sodobnem slogu, s šerpami in kisikom.

Koliko let ima?

Chichy: Mislim, da 45. Zelo močna in hitra ženska. Nima sponzorjev, pleza zase.

Kako gledata na današnje komercialne odprave na osemtisočake, predvsem na Everest, in njihov vpliv na klasični alpinizem?

Wielicki: To je visokogorski turizem. Ne moreš jih ustaviti, če jim je to všeč. Mi jih ne posnemamo. Zame to ni zanimivo in pomembno.

Chichy: Plezajo na najlažji način, ves čas ob fiksnih vrhovih, od tabora II naprej s kisikom.

Lani so uradniki Guinnessove knjige rekordov oznanili, da Messner v resnici ni pravilno dosegel vseh 14 osemtisočakov, ker v nekaterih primerih ni zadel resničnega vrha. Podobno se je zgodilo še nekaterim drugim alpinistom. Kakšen je vajin odgovor na to razkritje? Kaj menita o vlogi Eberharda Jurgalskega v tej zgodbi?

Wielicki: Prva misel je bila – brez komentarja. Po Jurgalskem je prvi na seznamu Američan Ed Viesturs, ki je pravilno dosegel vseh štirinajst vrhov. Neki novinar ga je vprašal: "Ste prepričani, da ste prvi, ki jih je preplezal?" Ed je odgovoril: "Ne, prvi je bil Reinhold Messner."

Chichy: Seveda tega ne vemo zagotovo, toda v 40 ali 50 letih se je vršni del marsikje spremenil. Bili so potresi, morda je bilo pred 30 leti drugače kot zdaj.

Krzysztof Wielicki
med solo vzponom
na Nanga Parbat na
prvem bivaku Orlovo
gnezdo
Arhiv Krzysztofa
Wielickega



Krzysztof Wielicki med zimsko odpravo na K2 2002/2003
Arhiv Krzysztofa Wielickega



Kaj menita o trenutnih razmerah v poljskem in svetovnem alpinizmu na splošno, vključno s Himalajo?

Wielicki: Na splošno so cilji drugačni, sedanje alpiniste zanima plezanje v stenah, vrh ni pomemben. Važno je samo plezanje. Zanje niti ime gore ni pomembno, zgolj stena. Pet- in šesttisočaki, plezajo pet do deset dni, v steni bivajo v *portaledgeu* (viseča postelja, često v obliki šotora, op. M. S.). To je drugače, ne raziskujejo toliko, osredotočeni so na plezanje. Mladi generaciji je težje napisati zgodbo. Večino dela so že opravili Slovenci, Švicarji, Poljaki, Američani, Britanci, poiskati nove probleme v Himalaji je zelo tvegano. Mladi ne želijo toliko tvegati, kot smo mi.

Chichy: Skupine so zdaj manjše, samo nekaj ljudi. Po vzponu Nepalcev na K2 pozimi bo znano, kdo je bil prvi, nihče pa ne bo vedel, kdo je bil peti ali deseti za njimi. Če ne bodo vedeli, ne bo sponzorjev. In če nimaš sponzorjev, moraš imeti veliko denarja. To pomeni, da ne bo zimskih vzponov.

Wielicki: Plezanje postaja dejavnost za zabavo.

Chichy: Plezanje v Himalaji se je ujelo v krog, lovi lastni rep. Ne vedo, kaj narediti. Srečni smo, da smo bili v svojem času tam, v sedemdesetih, osemdesetih in devetdesetih.

Gospod Wielicki, Mednarodna astronomska zveza je asteroid št. 173094 vam v čast poimenovala Wielicki. Kako se počutite zaradi tega?

Wielicki: Lahko rečem samo – hvala vam. Živel bom večno. (*Smeh.*)

Gospod Chichy, kdaj in zakaj ste se odločili, da se boste povzpeli na vse najvišje vrhove vseh kontinentov, vendar ne po krajši varianti s sedmimi vrhovi, temveč po daljši z devetimi?

Chichy: Omenil sem že, da se je ekonomska situacija na Poljskem spremenila. Že za sedem vrhov sem potreboval denar, toda bolje je biti na devetih kot na sedmih. Tako je pač nanoslo, to ni bila moja zamisel od samega začetka. Anna Czerwińska je bila prva Poljakinja, ki ji je leta 2000 uspelo stati na vseh devetih vrhovih.

Sta avtorja oziroma soavtorja kar nekaj knjig. Je katera prevedena v angleščino?

Wielicki: V angleščino ne. Mene so prevedli v španščino, italijanščino in francoščino.

Zakaj ne?

Wielicki: Nikogar ne zanima.

Chichy: Morda bo moja knjiga *Gdyby to nie był Everest ...* (Če ne bi bilo Everesta ...) prevedena v kitajščino. Pred kakšnim mesecem je bil neki kitajski novinar na Poljskem. Z njim in s Krzysztofom smo se veliko pogovarjali. Dal sem mu enega izmed svojih zadnjih sedmih izvodov, naklada 30.000 je namreč razprodana. Gledal je fotografije in rekel:

"Zelo zanimivo. Prosim, dajte mi eno, mogoče jo bomo prevedli, a naklada bo bolj majhna."

"Koliko, deset tisoč?"

"Ne, ne, na Kitajskem je to en milion." (*Smeh.*)



Vau! Poljski rekord, čestitam.

Še vedno plezata?

Wielicki: Jaz še vedno, a ne več tako pogosto. Zanima me dolina Hunza v Pakistanu, tam je nekaj šesttisočakov, nekateri so še deviški. To je neke vrste raziskovanje na nižji ravni. Meni je tam všeč, ker v dosegu petdesetih kilometrov ni nikogar. Počutiš se kot pravi raziskovalec. Čisti užitek, brez medijev in brez pritiska.

Chichy: Lani sem velikokrat vodil na Kilimandžaro, moja priljubljena država pa je Islandija. Čez nekaj dni odpotujem v Oman. Lepa pokrajina, tam je globok kanjon z do sedemsto metrov visokimi stenami, kjer je prijetno plezati. Aprila odpotujem v Peru, mogoče spet v skupino Chachani. Tam je najlažji šesttisočak na svetu. Z vodnikom v enem dnevu prideš na vrh, naslednji dan sestopiš in v mestu spiješ kozarec vina. Oktobra pa spet na Kilimandžaro. Lani oktobra sem bil v Himalaji, v Mustangu. Vodil sem treking do baznega tabora pod Anapurno. Dosti sem v gorah, vendar ne več tako visoko. ○

Krzysztof Wielicki (levo) in Leszek Chichy predavata na 18. Festivalu gorniškega filma v Cankarjevem domu.

Foto Igor Kuster



Začetek Velebitske
planinske poti na
Zavižanu
Foto Andrej Pavlin

Aprilsko doživetje na Velebitu

Velebitska planinska pot v desetih dneh

Skupina petih, ki se ji je zadnje štiri dni pridružil še šesti, se nas je konec aprila 2023 odpravila po okoli 150 kilometrov dolgi Velebitski planinski poti, ki smo jo zaključili v Narodnem parku Paklenica, in praznična dneva do drugega maja preživeli v osrčju enega najbolj čudovitih naravnih območij na Hrvaškem. Vezno pot smo v skladu z načrtovanimi etapami opravili v desetih dneh, ni pa nam uspelo zbrati vseh žigov, saj dveh vrhov zaradi snega in dežja nismo obiskali, na nekaterih drugih točkah pa žigov nismo našli.

Pot nas je vodila vzdolž kvarnerskih otokov Rab, Pag in drugih ter pri tem nudila izjemne razglede, sanjske sončne zahode, dneve pa popestrila z različnimi vremenskimi razmerami in razgibano pokrajino. Tokratna odprava je bila zame najbolj avanturistična doslej, saj smo spali večinoma v neoskrbovanih bivakih, si kuhali na gorilnikih in s sabo nosili hrano za skoraj vse dni. Gotovo smo v marsikaterem pogledu prekosili sami sebe, s čimer nam ta odprava ostaja edinstvena in nepozabna izkušnja.

Ideja za odpravo v pomladnem času

Zgodbo o naši Velebitski planinski poti sem iz okvirnih zamisli začela podrobneje načrtovati dva meseca vnaprej. Želela sem najti pot, ki bi bila prijetna za hojo v času prvomajskih počitnic, ko imam na voljo več dni dopusta. Velebit je s svojo dovolj južno lego obetal pomladne razmere, seveda pa se pri naravi nikoli ne ve. Pogorje namreč leži na meji med celinskim in sredozemskim podnebjem, zato zna postreči z vremen-

sko precej pestrimi razmerami. Največja izmerjena hitrost vetra na Velebitu je po nekaterih podatkih tudi do 185 kilometrov na uro. V Severnem Velebitu je spomladi pogosto še sneg, medtem ko južno razmere postajajo milejše.

Na spletni strani Hrvaške planinske zveze sem dobila osnovne informacije o poti in preverila, ali je konec aprila organizacijsko sploh možno izpeljati zeleno pot. V stik sem stopila z nekaterimi oskrbniki koč in bivakov ter se pozanimala o prehodnosti poti, razpoložljivosti prenočišč ter dobila nekaj koristnih napotkov za odpravo iz prve roke. Večinoma je možno prenočevati v neoskrbovanih bivakih, ki so stalno odprti in zgolj zasilno vzdrževani. Prednost popotovanja v pomladnem času je zagotovljena preskrbljenost z vodo, ki v polnosti priteka iz vseh izvirov in potokov, ter omogoča pitje, kuhanje, pranje in umivanje. V bolj suhih mesecih, ko voda presahne, odprave praktično ni mogoče izpeljati v enem kosu, če nas s tekočino kdo ne oskrbuje sproti.

Oblikovanje skupine in skupni dogovori

Prijateljka sta mi že pred izbiro poti napovedala, da se naslednjič gotovo želita pridružiti moji odpravi. Poletje pred tem sem namreč v kosu opravila Slovensko planinsko pot, med božično-novoletnimi prazniki pa smo v skupini prehodili 150-kilometrski Camino Krk. Navdušena sta bila nad tokratno izbiro Velebitske planinske poti. Mene pa je zelo veselilo to, da sta se odpravi pridružila še dva udeleženca, ki sta me našla prek spletne strani sprehajalci.si. Tako je naša skupina z mano vred v začetku štela pet članov. Sestali smo se, si podelili izkušnje in predebatirali množico organizacijskih reči. Vsak izmed nas je med drugim potreboval kakovostno spalno vrečo za nizke temperature, spalno podlogo, pelerino in nepremočljivo prevleko za nahrbtnik. Trije od nas smo priskrbeli gorilnike, posodo in plinske jeklenke. Tovoriti je bilo treba hrano za osem skupnih popoldanskih obrokov, ki smo si jo porazdelili po nahrbtnikih, hrano za zajtrke in prigrizke pa si je vsak po svojih željah in potrebah priskrbel sam. Znajti smo se morali tudi glede oskrbe z elektriko, da smo lahko v času celotne odprave s fotografijami dokumentirali našo pot. Večina bivakov je opremljenih s sončnimi paneli, ki proizvajajo elektriko za polnjenje naprav, vendar je njihovo delovanje pred majem še izključeno. Tako so bile dobrodošel kos naše opreme tudi prenosne baterije – razen seveda za tiste, ki bi se na tej poti želeli popolnoma odklopiti, za kar se je ponujala enkratna priložnost.

Pred odhodom sem priskrbela dnevnik za 22 žigov Velebitske planinske poti in papirnate zemljevide, ki so zanesljivejši od sicer zelo praktičnih mobilnih aplikacij. Veselilo me je, da je omenjeno gradivo na voljo v trgovini Planinske zveze v Ljubljani in ga zato ni treba naročati iz Hrvaške. Prav tako je bila dobrodošla informacija, da imata slovenska in hrvaška planinska zveza sklenjen sporazum o vzajemnosti, zato imajo člani obeh organizacij enake ugodnosti (med drugim zavarovanja in popuste pri nočitvah v kočah).

Prvi dan: Iz Oltarov do doma Zavižan za ogrevanje

V jasnem sobotnem jutru smo ob 6. uri iz Ljubljane odrinili na pot. Vožnjo smo čez Senj nadaljevali južno do kraja Sveti Juraj, kjer smo zavili v hribovit svet. Do izhodišča v Oltarih, 950 m, smo prispeli v dobrih treh urah. Dva avtomobila smo parkirali pri planinski koči, o čemer sem se predhodno pozanimala po telefonu. Ko smo se pripravljali za odhod, nas je ogorvil lastnik sosednje počitniške hiše, povprašal nas je o načrtih, nam pokazal svojo nastanitev in ponudil domačo okrepitev za lažji korak.

Prvi dan se nam ni mudilo, saj smo imeli v načrtu le dostopno turo do doma Zavižan, od katerega poteka Velebitska planinska pot. Vzpon do doma naj bi nam vzel tri ure hoje, vendar je bilo treba upoštevati še težo nahrbtnikov, ki so nas pri hoji znatno upočasnjevali. Do doma Zavižan sicer vodi lepo urejena



cesta, vendar je bila v osojnih predelih še zasnežena in zato neprevozna. Zato smo se pripeljali le do nižjih Oltarov, kar pa se je odlično ujelo s tem, da nam zaradi časovno krajšega začetnega vzpona iz Slovenije ni bilo treba odriniti sredi noči, poleg tega smo se za pot lahko ogreli postopno. Namen prvega dne je bilo namreč med drugim privajanje na 20-kilogramsko dodatno obremenitev.

Po nekaj metrih hoje po cesti smo zavili na kolovoz in gozdne poti med vzpenjajočimi se bukovimi in smrekovimi gozdovi. Že nekoliko pred Babić Sičo, v hodom v narodni park Severni Velebit, smo dosegli zaplate snega, izpod katerih so ponekod kukali žafrani. Z informativnih tabel smo se poučili, da gre za najmlajšega od osmih narodnih parkov na Hrvaškem, ustanovljenega leta 1999. Odlikuje ga pestrost kraških oblik in mozaik habitatov, ki so dom številnim rastlinskim in živalskim vrstam.

Planinski dom Zavižan
Foto Teja Štefančič

O Velebitu

Gorski greben Velebit leži v jadranskem primorju na Hrvaškem in se v dolžini 145 kilometrov razprostira vzdolž jadranske obale. Z začetkom na prelazu Vratnik nad Senjem na severozahodu se nadaljuje do kanjona reke Zrmanje na jugovzhodu. Večinoma ga prekriva goli kras, deloma pa tudi gozdovi in pašniki. Območje severno od Velikega Alana predstavlja Severni Velebit, dele med Velikim Alanom in Baškimi Oštarijami Srednji Velebit, območja južneje od Baških Oštarij pa Južni Velebit. Na območju Velebita ležita dva izmed osmih hrvaških narodnih parkov, Severni Velebit in Paklenica. Višje nadmorske višine najdemo že v Severnem Velebitu, najvišji vrhovi Velebita pa se nahajajo v Južnem Velebitu nad Paklenico.



Delno zasnežena Premužičeva steza
Foto Teja Štefančič

Pod domom Zavižan, 1594 m, se je na naše veliko zadovoljstvo odprl krasen pogled proti morju in kvarnerskim otokom, med njimi na Krk, Prvič, Goli otok, Sv. Grgur, Rab in delno tudi Pag. Posedeli smo v prostranosti prizora, nato pa že hiteli pripravljat večerjo v kočo. Na voljo smo imeli kuhinjo s tekočo vodo, sestavine pa smo uporabili svoje. Miren večer smo preživeli pri opazovanju sončnega zahoda vijoličasto-rumenih barv s sosednjega vrha Balinovca, 1661 m.

Drugi dan (1. etapa): Po Premužičevi stezi do kočice Alan

Pol ure hoje od doma pod Zavižanom se začne Premužičeva steza, ki je ena lepših pohodniških poti na Hrvaškem. 57-kilometrski pot poteka na območju Severnega in Srednjega Velebita. Namen njene izgradnje leta 1933 je bil približati skrivnostne lepote Velebita širšemu krogu ljudi, zato je precej nezahtevna, brez večjih vzponov in spustov. Vendar so hojo v času naše odprave nekoliko oteževale zaplate snega, ki so na nekaterih mestih v osojnih legah presenetile s svojo globino.

Pot je dobila ime po Anteju Premužiču, ki je bil inženir gozdarstva, zagrižen planinec in veliki navdušenec nad Velebitom. Stezo je projektiral, nato pa organiziral

Deževna etapa od kočice Alan do bivaka Skorpovac
Foto Andrej Pavlin



in nadziral njeno gradnjo v izvedbi domačinov. Zanimivo je, da so jo ti gradili ročno, brez gradbene mehanizacije, ter jo dokončali v pičlih treh letih.

Napis na tabli nas je poučil o tem, da smo se sprehodili mimo območja Velebitskega botaničnega vrta, kjer bi čez kakšen mesec ali dva lahko opazovali na stotine rastlin, med njimi tudi nekatere velebitske endemite. Skozi gozdove smo prešli na skalnato območje Rožanskih kukov. Pot nas je vodila pod vrh Gromovače, 1676 m, na katero smo se skušali vzpeti, vendar se je izkazalo, da je sicer 20-minutni vzpon zaradi nerazvidnosti poti in vdiranja snega prenevaren. Gromovača je najvišji vrh Rožanskih kukov in bi gotovo ponudila krasen razgled na kamniti greben pod nami, na morje in na Zavižan.

V osrčju Rožanskih kukov smo dosegli bivak Rossijevo zavetišče, 1580 m, poimenovan po raziskovalcu velebitskega rastlinstva, kjer smo pomalicali v prijetnem vetriču. Naprej nas je Premužičeva steza vodila čez predele, ki so bili pred njeno izgradnjo najbolj neprehodni, do odcepa za vrh Crikvene, 1641 m. Za vzpon na vrh, kjer je bilo zaradi delno zasnežene poti treba sprva nekoliko poplezati, sva se opogumila s prijateljem, ostali pa so se medtem nekoliko spočili pod vnožjem. V nadaljevanju je pot prešla v gozd, nato pa nad kočico Alan izstopila na travnike. Ponovno se nam je odstrl izjemen razgled na kvarnerske otoke. Predhodno sem izvedela, da kočico Alan, 1305 m, odprejo ravno teden dni po našem prihodu, vedno pa je možno prenočevati v zimski sobi. To nam je zadoščalo, ogreli smo se s pečjo na drva in se razporedili na jogije. Večji izziv je bilo pridobiti vodo za kuhanje in pitje naslednji dan. Vendar je ravno to prispevalo k najbolj zabavnemu delu tega dne, kuhanju, za kar je bilo treba najprej na gorilniku staliti okoliški sneg. Vodo smo dobro prevreli in si v njej skuhalo večerni obrok. Teknil je odlično, saj smo bili seveda sestradani – pa še prebavne motnje so nas zaobšle!

Tretji dan (2. etapa): Pred neurjem v bivak Ogradenica, nato polni moči do Skorpovca

Druga etapa nudi spektakularne razglede, ki pa jim žal nismo bili priča. Obetal se je namreč meglen, pršeč dan z nekaj vetra. Pot smo prejšnji večer natančno proučili in sklenili, da se kljub neugodni vremenski napovedi odpravimo dalje, saj smo opremo za zmeren dež in veter imeli, nevarnosti pa nismo pričakovali.

Vremenska napoved se nam je odlično ujela z lokacijo bivaka Ogradenica, 1400 m, v katerega smo se zatekli ravno pred napovedanim večjim neurjem. Etapo nam je uspelo izpeljati izredno spretno, saj smo v bivaku dve uri porabili za pripravo obroka in krepični dremež – *power nap*, čemur bi v vsakem primeru namenili daljši postanek. Ob divjem zaganjanju vetra in šklepetu dežnih kapelj ob kovinsko konstrukcijo nas je vedoč, da je preprost bivak kljuboval že mnogim vedenjskim ujmam, premagal lahen spanec.

Šatorino, 1624 m, smo zaradi višje nadmorske višine in precejšnje odročnosti izpustili ter ujeli del dneva s stabilnejšo vremensko sliko za nadaljevanje naravnost proti našemu cilju, bivaku Skorpovac, 1958 m. Ta leži sredi zapuščene istoimenske gorske vasi, o čemer pričajo okoliške razvaline. Na naše začudenje sta nas v bivaku pričakala oskrbnik in zakurjena peč. Za večerjo nam je ponudil pravkar nabrani čemaž, iz katerega smo skuhal velik lonec juhe. Ni besed, ki bi opisale, kako dobro nam je dela in kako hvaležni smo bili oskrbniku, da je malce poskrbel za nas.

Četrti dan (3. in 4. etapa): Čez Budakovo Brdo in Bačić Kuk do Ravnega Dabarja in Baških Oštarij

Zaradi obvladljivih razdalj smo četrto etapo priključili tretji in v tem dnevu sklenili pot čez Srednji Velebit. Zjutraj se nam iz toplega in udobnega bivaka ni nikamor mudilo, nato pa nas je le zvalila prijetna jutranja jasnina, ki so jo proti popoldnevu začeli prekrivati temni oblaki. Kmalu smo s poti ponovno ugledali morje. Med prečanjem pobočja nas je trojico zamikalo obiskati razgledni vrh nad nami, Budakovo brdo, 1317 m, ki sicer ni del Velebitske planinske poti. Slikovit travnat vrh zaradi svoje lege in višine nudi razglede tako na celinske kot obalne dele. Pod seboj smo opazovali Pag, južno se je videlo vse do Zadra.

Ponovno se nas je združilo vseh pet članov odprave in nadaljevali smo proti Bačić kuku, 1304 m, kjer smo pridobili naslednji žig. Tik pod skalnatim vrhom nas je pričakal zahtevnejši vzpon po klinih in ob jeklenici. Vrh ni pretirano prostoren, je precej izpostavljen, razgled pa nekoliko vrtoglav. Bačić kuk je sicer najsevernejši in najbolj razgleden vrh med Dabarskimi kuki z obliko podolgovatega kamnitega grebena. Z njega lahko opazujemo preostale Dabarske kuke, ki se kot kamnita stena dvigajo iz gozdov in segajo vse do Baških Oštarij. Po poti navzdol nas je že ujela kakšna dežna kaplja, vendar je bila to še najmanjša skrb, ki nas je obhajala v tistem trenutku – prijatelju se je namreč odlepil podplat! Sušenje premočenih, nekoliko dotrajanih čevljev nad vročo pečjo prejšnji večer je botrovalo popuščanju lepila. Ustrašili smo se, da ga morebiti izgubimo za preostanek poti. Vendar ni sam niti za trenutek pomislil, da obstaja kaj drugega, kot da najde rešitev in v nekaj uricah uredi ta zaplet. Ob takšnih dogodkih na poti, ko smo prepuščeni naključjem in dobroti ljudi, se resnično naučimo zaupati v moč svoje namere. Imeli smo tudi veliko srečo, da se mu je to zgodilo ravno na delu poti, kjer smo se približevali edini cesti, ki preči Velebit in povezuje mesti Gospić v notranjosti ter Karlobag na obali. In res – s štopanjem mu je uspelo priti v mesto Gospić, kjer je kupil nove čevlje, in nato nazaj do našega današnjega cilja, Baških Oštarij.

Medtem je že precej deževalo, zato sta se dva člana skupine odločila odpraviti naravnost proti hostlu, preostala dva pa sva bila odločena pridobiti še žig pri domu Ravni Dabar, 723 m. Odeta v pelerini sva dosegla istoimensko kraško kotanjo z ravnim dnom (715 m),



ki jo obkrožajo skalnati vrhovi Butinovača, Visibaba in Čelinac. Od nekdanje vasi je ostalo le šolsko poslopje, ki je danes preurejeno v planinski dom.

Strmo navzgor sva skozi gozd nadaljevala do Dabarske kose, od koder vodi Premužičeva steza vse do Baških Oštarij. Baške Oštarije, 927 m, so gorsko, precej turistično naselje ob cesti Gospić–Karlobag, ki preči Velebit. Izraz Oštarije spominja na nekdanje gostilne (italijansko *osteria*). Kraj se nahaja na polovici Velebitske planinske poti, kar je poleg dobre prometne povezave razlog, da tukaj mnogo pohodnikov prekine ali začne svojo pot, če si jo želijo olajšati in jo razdeliti na dva dela. Vendar mi prekinitve nismo načrtovali – že naslednji dan smo odločno nadaljevali na območje Južnega Velebita.

Peti dan (5. etapa): Panoramska pot nad kvarnerskimi otoki do modernega bivaka Šugarška Duliba

V Baških Oštarijah smo prenočili v hostlu z odlično restavracijo, kjer smo si med drugim privoščili dolgo tuširanje, si oprali oblačila, napolnili prenosne baterije ter se naspali na pravih posteljah. V prihodnjih dneh nas je namreč čakalo prenočevanje v štirih neoskrbovanih bivakih zapored.

Na neprostorni skalni vrh Bačić kuka se povzpemo po klinih in ob jeklenici, kjer tudi sestopimo.

Foto Teja Štefančič

Pot proti planinskemu zavetišču Šugarška duliba

Foto Teja Štefančič





*Na Panosu stojijo
zapuščeni vojaški
objekti.
Foto Teja Štefančič*

Zjutraj smo se sprehodili do kočice Vila Velebita, 924 m, in si odtisnili tamkajšnji žig. Po cesti smo se vrnili do nekdanje šole v Oštarijah, kjer označena pot vstopi v gozd, se povzpne na kamnit greben Sladovaškega brda in se spusti na planino Sladovača. Narava je na tem območju počasi dobivala bolj pomladno podobo, še vedno pa smo občasno naleteli na zaplate snega. V gozdu nas je razveselil čemaž, ki smo si ga nabrali za dodatek k večerji. Tik pred našim ciljem se je ponovno odprl čudovit pogled na svetlikajoče se morje. Izstopajočih zanimivosti na tem delu poti morda ni bilo tako veliko, vendar je pretehtalo tako zeleno užitje gorskega miru in tišine, česar tukajšnji prostrani gozdovi nudijo na pretek.

Planinsko zavetišče Šugarska duliba, 1120 m, je nedavno prenovljen moderen bivač z dvema steklenima stenama in vodnjakom pitne vode v bližini. Leži v veliki kraški dolini, skriti za verigo vrhov, ki se dvigajo iznad obale. Na enega izmed njih smo se povzpeli opazovat sončni zahod. Saljev kuk, 1199 m, nam je postregel z res enkratnim in gotovo enim lepših prizorov na naši poti.

Šesti dan (6. etapa): Razgledni Panos, odročna Jelova Ruja in čudovito užitje pomladi na Stapu

Od vodnjaka, kjer smo si natočili vodo, smo nadaljevali naravnost skozi gozd. Vzpeli smo se na prostrane travnike s panoramskimi razgledi na Jadran. Ob proučitvi zemljevida nas je pritegnil vrh Panos, 1258 m, ki je zaradi svoje lege obetal še daljnosežnejše poglede. Čeprav ni del Velebitske planinske poti, smo se namenili nanj. Na vrhu, ki je imel svoj čas zaradi strateške lege izredno pomembno vlogo, stojijo zapuščeni vojaški objekti.

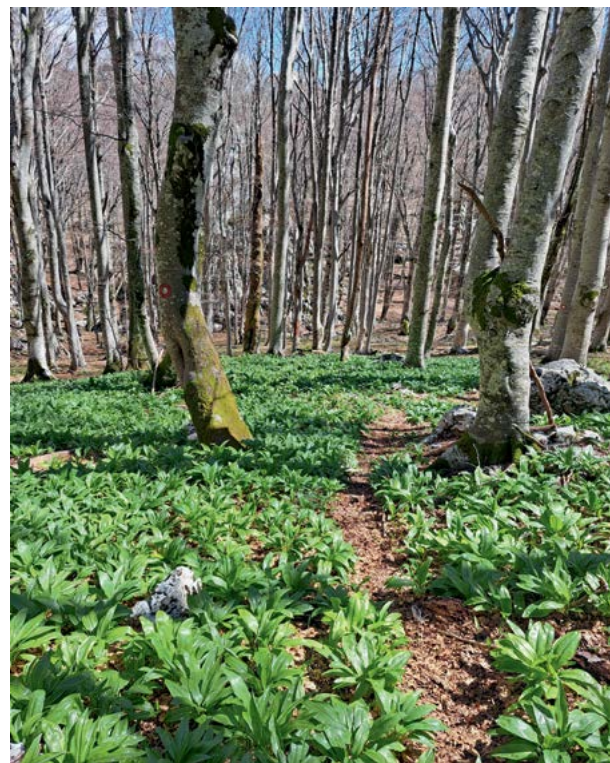
Skupina se je ponovno ločila: dva od nas je bolj vleklo po razgledni poti ob morju, trije pa smo se odločili slediti Velebitski planinski poti in si pridobiti žig v notranjost odmaknjeni Jelovi ruji, 950 m. Strelne luknje in table, ki opozarjajo na nevarnost min, so nas pri hoji po makadamski cesti prestavile v tubobno vzdušje vojnega časa. Spustili smo se do ostankov

gozdarske hiše v Jelovi ruji. Gre za dolgo prečno dolino, poraslo z gozdom, ki jo z vseh strani obdajajo stene visokih vrhov. Ni bilo treba spregovoriti, da smo vedeli, kako podobnih misli smo bili: pot ob morju bi bila zagotovo v večji užitek!

Sledili smo markacijam navzgor. Čez razgibano kraško pokrajino, čemaževa polja in med značilnimi "kuki" smo prispeli do idiličnega Stapa. Velika travnata dolina z ravnim dnom je obdana s slikovitimi apnenčastimi skalami in gozdovi. Na robu doline je prijeten bivač Tatekova koliba, 960 m, očkova kočica. Ime izhaja iz vzdevka Slavka Tomerlina, ki ga je zgradil in opremil.

V bližini bivaka je jezerce s tekočo vodo, ki se napaja iz bližnje ozke jame. Čistost vode in sončna toplota sta klicala k temu, da izkoristimo priložnost in dodobra

Na poti smo bili ravno v rastju čemaža, ki smo ga pridno nabirali. Foto Teja Štefančič





umijemo sebe, operemo oblačila in posodo. Kasneje smo poležavali v mehki travi, se prepuščali sončnim žarkom in si nabirali moči za nadaljnje dni. Dva manj utrujena prijatelja pa sta se pred mrakom povzpela še v bližino Debelega kuka, 1269 m, na preval, pod katerim leži dolina Stap, in uživala v enem lepših razgledov na dolino.

Sedmi dan (7. etapa): Čez spokojne ravnice do Velikega Rujna in vzpon do bivaka Struge

Spočiti smo stopili v nov sončen dan. Pot se je vila južno do planote Malo Rujno in v nadaljevanju na Veliko Rujno. Pot z Malega Rujna na Veliko razveseli z izredno odprto lego, ki jo na jasne dni blagodejno obsije sonce. V skupini se je med hojo čutilo, kako nas prevevajo občutki miline: poti so se zravnale, vreme nas je prijetno božalo, pogledi so nesli v prostranost. Sprehodili smo se mimo zapuščenih vasic, nabirali brinove jagode ter opazovali mogočne konje na paši. Za hip postati v teh neponovljivih trenutkih in jih užiti je bila nagrada za vse pretekle napore z razgibanih poti.

Veliko Rujno je velika travnata planota, sredi katere stoji kapelica Gospe od Rujna, 900 m. Dostop do tega prijetnega koščka narave je lepo urejen tudi iz Paklenice, zato je zanimiv tako za planince kot kolesarje. Tam smo pridobili žig in nekoliko posedeli, preden smo zagrizli v klanec proti našemu cilju.

Po vstopu v borov gozd smo se sprva vzpeli na preval Stražbenica ter nadaljevali po precej strmi poti do prelaza Buljma. Dosegli smo planoto Struge in v njenem osrednjem delu prišli do istoimenskega planinskega zavetišča, 1380 m. Preprost lesen bivak so za potrebe pohodnikov uredili člani planinskega društva. Pohodniki, ki so zapuščali Struge, so nas opozorili na zamašen dimnik v bivaku, zato si raje nismo zakurili. Vendar se je izkazalo, da smo v spalnih vrečah, primernih za zimske razmere, spali še bolje kot večino dni ob prevroči peči. Pozneje smo celo izvedeli, da naj bi bilo z dimnikom vse v redu – verjetno je naše predhodnike prestrašil dim, ki zajame bivak, preden dimnik potegne.

Osmi dan (8. etapa): Čez najvišje vrhove Velebita do natrpanega bivaka Ulaški grad

Iz skorajšnjega poletja smo ponovno prešli v zimske razmere. Pot nas je vodila mimo deset minut oddaljenega izvira Marasovac, ki z vodo oskrbuje obiskovalce bivaka Struge, in nato na najvišji velebitski vrh, Vaganski vrh, 1757 m.

Območje današnje etape je bilo v devetdesetih letih prejšnjega stoletja močno vojno oblegano, zato tukaj še danes obstaja večja nevarnost naleta na mino. Pohodništvo je dovoljeno izključno po označeni Velebitski planinski poti, ki velja za varno. Vendar nam je hojo po poti nekoliko oteževal sneg, zaradi katerega neuhojena pot ni bila povsod popolnoma razvidna. Težav z orientacijo sicer nismo imeli, gotovo pa nismo slehernega koraka naredili po poti – k sreči nam to ni odneslo dobre izkušnje.

Na Vaganski vrh smo prispeli v precejšnjem mrazu in vetru, zato se na njem nismo prav dolgo zadržali. Vsekakor pa smo bili presrečni, da so nam razmere sploh omogočile vzpon nanj. Vrh je širok položen greben, ki je v toplejših mesecih gosto poraščen s travo, zato ne daje vtisa najvišjega vrha. Razgled je večinoma usmerjen proti Liki.

Spustili smo se in čez nekaj časa prestopili na obalno stran, kjer smo ugledali kanjon Male Paklenice. Teren je postajal vse bolj kraški. Pri odcepu za Sveto brdo, 1751 m, smo se ločili, saj sta se dva člana skupine odločila počakati spodaj. Preostali trije smo tukaj pustili nahrbtnike in se čez travnike dvignili proti vrhu z velikim kovinskim križem. S Svetim brdom se zaključuje veriga visokih velebitskih vrhov, pogled z vrha pa zaobjame tako Liko kot primorsko stran.

S čevlji smo "prismučali" do prevala, od koder smo se ponovno združeni še nekoliko spustili do bivaka Ulaški grad. Pri tem se nam je odprl krasen pogled na istoimenski greben. Planinsko zavetišče Ulaški grad, 1280 m, je novejše, funkcionalno ter na pogled privlačno, kar seveda lahko prispeva k prijetnejši izkušnji bivanja – lahko pa je tudi minus, saj botruje toliko večji natrpanosti. Konec tedna in bližina priljubljene Paklenice sta število ljudi še pomnožila.

*Velika travnata planota Veliko Rujno
Foto Teja Štefančič*



Vaganski vrh
Foto Andrej Pavlin

Ta večer je naša skupina dobila še enega člana, ki se je pripeljal v Starigrad, in svojo pot začel pri vходу v narodni park Paklenica. Do bivaka Vlaški grad je prehodil kar zajetno razdaljo, ki je bila s težkim nahrbtnikom, polnim naročenih priboljškov iz trgovine, še toliko večji izziv. Z nami se je v naslednjih dneh spustil nazaj v dolino, zadnji dan pa prijazno pomagal pri prevozu nazaj na izhodišče.

Deveti dan (9. etapa): Spust mimo lvinih Uodic do praznično odetega doma v Paklenici

Skozi gozd smo se skoraj po plastnici napotili do bivaka Ivine vodice, 1250 m, pri čemer smo se le enkrat znatneje vzpeli in spustili. Ob preprostem bivaku se je na jasen nedeljski dan razprostiralo nekaj šotorov. Šotor je priporočljiv za odprave na to območje takrat, ko sem pride več ljudi, saj obstaja verjetnost, da v bivakih ne dobimo prostora. Naša skupina šotorov zaradi že tako težkih nahrbtnikov ni jemala s seboj in na srečo smo vedno dobili prostor v bivakih. Pri spuščanju v kanjon Velike Paklenice je narava ozelenela. Žuboreči potoki so pridali čaroben

Pogled na kanjon
Velike Paklenice od
bivaka Vlaški grad
Foto Teja Štefančič

zvok prebujajoče se narave. Po več dneh hoje po manj obljudenih poteh se je prijalo spustiti v živahnejše predele. Planinski dom Paklenica, 550 m, je ravno v času našega prihoda praznoval šestdeset let, zato smo bili tu priča veselemu dogajanju.

Popoldan smo preživeli v bližini doma, kjer smo čas izkoristili vsak po svoje. Dom leži v vznožju doline, kjer se zlivata potoka Paklenica in Brezimenjača, in gotovo se je bilo najbolj prijetno zadrževati v bližini vode. Na vsej naši poti se noben dan nismo zamudili, temveč etape opravili po danem načrtu, zato so bili naši zadnji dnevi (ki bi jih sicer lahko skrčili, če poti predhodno zaradi neugodnih razmer kakšen dan ne bi nadaljevali) nekoliko bolj sproščeni in namenjeni regeneraciji, druženju in refleksiji tega neverjetnega podviga.

Deseti dan: Ogled jame Manita Peć in opazovanje plezalcev v steni Anića Kuka na poti do morja

Pri domu se začne široka zgrajena pot, ki vodi proti Starigradu in obali. Po desetih minutah smo se sprehodili mimo gozdarske hiše, prečkali potok in se približali najbolj privlačnemu delu korit Velike Paklenice. Desno s poti smo se vijugasto vzpeli k jami Manita Peć. 40-minutni vzpon se je nekoliko vlekel, vendar je ogled najlepše jame na območju Paklenice in ene lepših na Hrvaškem odtehtal naš napor. 175 metrov dolga in 35 metrov globoka jama sestoji iz ene same velike dvorane, ki jo stalagmiti in stalaktiti delijo na tri manjše dele z izredno bogatim jamskim okrasjem. Voden ogled po urejenem delu jame je trajal pol ure. Po vrnitvi na glavno pot se nam je levo odprl pogled na impresivno severno steno Anića kuka. Največja skalna stena na Velebitu in najznamenitejša na Hrvaškem je visoka več kot tristo metrov ter še posebej priljubljena med plezalci. Previsni del štrli iz sredine pročelja, ob vznožju pa se razprostira travnik z izvirov vode. Korita so se nenadoma zožila v kanjon in kmalu smo na desni strani zagledali vhod v nekdanje tunnelske



vojaške bunkerje, ki jih nismo obiskali. Sistem predorov je v petdesetih letih prejšnjega stoletja v strogi tajnosti izkopala jugoslovanska vojska za namen jedrskega zaklonišča, vendar ga nikoli niso začeli uporabljati. Sistem predorov je danes preoblikovan in prenovljen ter nudi prostor za manjšo predavalnico, nekaj razstavnih točk, trgovino s spominki in skladišče za gorsko reševalno ekipo.

Pot med velikanskimi stenami se je v nadaljevanju spustila do parkirišča, kjer se začne asfaltna cesta. Približno dva kilometra naprej je vhod v narodni park, kjer smo navdušeno pridobili še zadnji žig. V bližnji restavraciji smo si privoščili pošteno kosilo, nato pa krenili proti morju. V tem času se je že nekoliko pooblačilo, vendar so fantje brez oklevanja proslavili za ključek poti s skokom v morje.

V poznem popoldnevu smo v mestecu Starigrad prispeli do apartmaja, kjer smo imeli rezervirano nočitev. Podružili smo se ob palačinkah in že zgodaj zavili v postelje. Naslednji dan nas je namreč čakala še daljša vožnja domov. Štirje od nas smo se do izhodišča v Oltarih peljali z avtom, s katerim je prispel pozneje pridružen član naše skupine, preostala dva pa sta ujela lokalni avtobus do Senja. Po dobrih dveh urah smo se dobili v Senju in se porazdelili po vseh treh avtomobilih. Poslovali smo se in nadaljevali vožnjo proti različnim koncem Slovenije.

Spoznanja s poti – kako premagovati večdnevne napore na poti in kako nam krepitev vztrajnosti lahko pomaga pri usakdanjih izzivih

Sprva je morda težko verjeti, da nas majhni, dnevni koraki vodijo k težko predstavljenemu, oddaljenemu cilju. Začetni naporji lahko zamajajo našo odločenost za vztrajanje na poti in morda je treba vložiti precej miselnega napora, da se prepričamo k nadaljevanju.

Naša družina pri jami Manita peč, vesela zaradi prehojene poti Foto Teja Štefančič



Ščasoma pridobimo pozitivne izkušnje glede svojega napredovanja, cilj pa postaja razvidno bliže, pri čemer se tudi v nas okrepi pozitivno pričakovanje, da nam ga resnično uspe doseči.

Okrepimo se tudi fizično. Na daljših odpravah lahko v neki meri sproti pridobimo telesno kondicijo. Prilagodimo se na novo, aktivnejšo dnevno rutino, navadimo se tudi na prenašanje težkega nahrbtnika. Ob tem naš korak postaja iz dneva v dan bolj suveren.

V zvezi s temi spoznanji pa lahko potegnemo tudi mnogo vzporednic z življenjem. Pri čemerkoli, česar se lotimo, čeprav je to nekoliko "nad nami", je pomembno, da se na začetku ne zaletimo pretirano k cilju in ne pretiravamo z obremenitvijo. Bistveno je znati preceniti, kje so naše resnične telesne meje. Poleg tega je koristno, da kdaj odmislimo končni cilj in se osredotočimo na manjše, dnevne, obvladljive cilje – hkrati pa verjamemo, da se s svojo dnevno aktivnostjo krepimo v večinah za doseganje velikega končnega cilja. S takšno naravnostjo bomo lahko uspešni pri doseganju ciljev na marsikaterem področju našega življenja. ○

Zadnji del naše odprave – sestop skozi zeleno Paklenico Foto Teja Štefančič



Informacije

Predvideni časi hoje po etapah (povzeto po www.hps.hr/info/vpp/):

1. Zavižan–Alan 6 h
2. Alan–Skorpovac 4 h
3. Skorpovac–Ravni dabar 6 h
4. Ravni dabar–Baške Oštarije 3 h
5. Baške Oštarije–Šugarska duliba 6–7 h
6. Šugarska duliba–Stap 5 h
7. Stap–Struge 7–8 h
8. Struge–Vaganski vrh–Sveto brdo–Ivine vodice 8 h
9. Ivine vodice–Velika Paklenica 6 h

Vodnika: Alan Čaplar: *Velebitski planinarski put*. Hrvatski planinarski savez, 2012.

Alan Čaplar: *Planinarski vodič po Hrvatskoj*. Meridijani in Hrvatski planinarski savez, 2021.

Zemljevidi: *Nacionalni park Sjeverni Velebit*, Smand 16a, 1: 25.000

Srednji Velebit, Smand 17, 1: 30.000

Južni Velebit, Smand 18, 1: 25.000

Nacionalni park Paklenica, Smand 19, 1: 25.000

Vladimir Habjan

Uredno se je boriti za to našo zemljo!

Pogovor z Dušico Kunaver

Zdi se mi, da knjig in razprav o preteklih vojnah na Slovenskem nikakor ni konca. O tem berem vsepovsod. Tudi v *Planinskem vestniku* pišemo o njih. Kot da bi se v časih, ko nam skoraj ničesar ne primanjkuje, spominjali let, ko ni bilo tako, prej nasprotno.

Leta 1981 je pri Mladinski knjigi izšla knjiga Andreja Zlobca *Za blagor očetnjave*. Zlobec je bil kot vojak in Maistrov borec udeleženec kar petih vojn. O vseh piše v tej knjigi. K izdaji je veliko pripomogla njegova hči Dušica Kunaver, ki ima zasluge tudi za naslednje štiri še obširnejše knjige – predstavili smo jih tudi v *Planinskem vestniku* (leta 2013, številka 6, stran 70). To so: *V bojih za severno mejo* (2009), *V viharju prve svetovne vojne* (2010), *Častnik kraljevine Jugoslavije* (2010) in *Vojni obveščevalec Osvobodilne fronte* (2010), vse v samozaložbi Dušice Kunaver. Branje teh knjig je za današnje čase skoraj nepredstavljivo, res presunljivo. Kdor to bere, kar težko verjame, kaj se je dogajalo in kaj vse so morali ljudje takrat pretrpeti. Da bi obudili nekaj spominov na tega močnega človeka,

Andreja Zlobca, ki je preživel pravo kalvarijo, smo pripravili pogovor z Dušico Kunaver. Po zgodbi njegovega življenja bi morali posneti film.

Leta 2021 je izšla še knjiga *Krasni Kras in moja vas Ponikve*, kjer je nekaj novih zapisov Andreja Zlobca, izdalo jih je Turistično in kulturno društvo Naše gore list.

Kdaj in kako si izvedela za očetove spomine?

Vedela sem že kot otrok, da je moj oče doživel veliko hudega, preden se je oženil z mojo mamo. Včasih je mama povedala kak drobec iz očetove zgodovine, oče pa nas otrok ni nikdar obremenjeval z vojnami. Tudi kadar smo se kot šolarji med kakim kosilom zapletali v pogovore o vojni, nas je pustil, da smo modrovali s svojim najstniškim, šolskim znanjem. Navadili smo se na njegov molk in nismo silili vanj, da bi nam kaj povedal. Da je doživel pet vojn, nisem vedela vse do takrat, ko mi je nekaj let pred smrtjo prinesel svoje rokopise. Koliko je pretrpel v drugi vojni, pa sem vedela le toliko, kolikor sem sama kot otrok doživljala njegove aretacije, taborišča in zapore. Ko se je vojna začela, sem bila stara štiri leta. V začetku vojne je bil moj oče komandant kasarne v Mostah v Ljubljani, kjer smo stanovali. V tej vojašnici sem preživela zares lepa leta svojega zgodnjega otroštva – kot mala princeska med tisoč vojaki. Nekega dne pa nenadoma ni bilo več prijaznih nasmeškov okoli mene. Z zaskrbljenimi obrazi so vojaki nakladali naše pohištvo na kamion. Nisem razumela, kaj se dogaja, a kaj je vojna, sem spoznala že nekaj dni pozneje, ko so italijanski vojaki prišli v naše novo stanovanje na Kersnikovi ulici in odpeljali mojega očeta. Bil je v nekaj italijanskih taboriščih, v enem od njih je začel pisati spomine. V taboriščni kuhinji mu je uspelo ukrasti nekaj papirja, ki so ga imeli kuharji, da so podkurili ogenj.

Ali si vedela, da je imel oče veselje do pisanja?

Ja, to sem dobro vedela. Vedela sem, da je po vojni pisal članke in jih poskušal objaviti pri različnih časopisih, vendar so imeli uredniki po vojni veliko izbiro vojnih spominov, ki so jih pisali partizani, taboriščniki



Andrej Zlobec
Arhiv Dušice
Kunaver

in mnogi, ki so želeli objavljati svoja vojna doživetja. Predvsem je po vojni izhajalo zelo malo časopisov. Tistih časov ni mogoče primerjati z današnjimi. Ni bilo papirja, ni bilo tiskarn, ni bilo denarja, ni bilo kruha. Kruh je bil na karte še nekaj let po koncu vojne.

Kaj te je pri branju najbolj navdušilo?

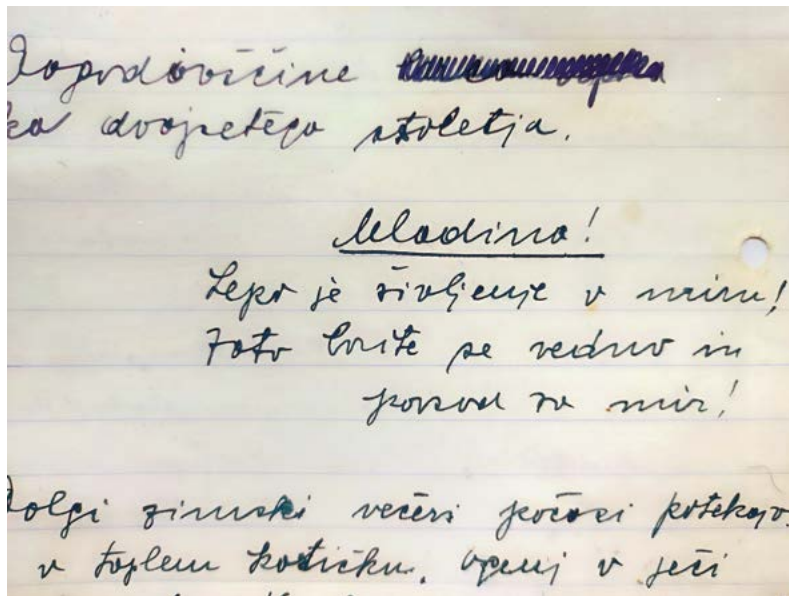
Predvsem to, da je po vsem, kar je doživel, moj oče ostal živ. Nekega dne mi je rekel: »Če nočeš umreti, ne umreš.« Te besede je tudi zapisal ob spominu na dneve, ko je umiral na mrzlih tleh temnice. Ne le vsebini, v očetovih zapisih sem se čudila tudi njegovemu preprostemu, vojaškemu izražanju in občudovala tudi njegovo slovenščino – ne glede na slovnične napake. Vse izobraževanje, ki ga je imel oče v slovenščini, je bila dvorazrednica v šoli v Avberju, v bližini njegove rojstne vasi Ponikve na Krasu. Moj oče je bil najstarejši od devetih otrok na revni Matjaževini. Po koncu vojne je moral zbežati od doma, ker je bil v skupini vaških fantov, ki so ob šoli v Avberju razvili jugoslovansko zastavo. Meja z Italijo je bila takrat pri Logatcu. Neki kmet iz Hotedršice ga je spravil čez mejo. V Ljubljani v kaosu zaradi razpada avstro-ogrske armade ni bilo možno preživeti, zato se je kot slepi potnik z vlakom odpeljal v Zagreb in se tam preživljal tako, da je na kolodvoru potnikom nosil kovčke z vlaka. Po čudnem naključju mu je uspelo priti v podoficirsko šolo, kjer se je šolal v hrvaščini. Po vrnitvi iz bojev v Albaniji in Grčiji mu je uspelo priti na vojaško akademijo v Beogradu, kjer se je moral zelo hitro naučiti srbsčine. Nekaj let po koncu šolanja je v cirilici napisal učbenik za intendantsko akademijo. V slovenščini ni imel skoraj nobene izobrazbe, a mu pri pisanju spominov beseda teče jasno in sproščeno.

V kakšnem stanju, na kakšnem papirju, v kakšnem gradivu so bili shranjeni ti spomini?

Ko se je oče po kapitulaciji Italije vrnil domov, je prinesel s seboj rokopise svojih spominov, ki jih je pisal v taborišču. Prepisoval in dopolnjeval jih je po koncu vojne, po vrnitvi iz ljubljanskih zaporov. Takrat je bil invalid in dobival je skromno invalidnino. Več kot eno leto za službo ni bil sposoben. V tem času je dopolnjeval svoje vojne spomine, a tudi po koncu vojne je imel težave, kako dobiti papir. Do strani sedemdeset je spomine pisal na papir, ki je bil na eni strani že popisane, srednji del rokopisa je bil na črtastem papirju, za zadnji del rokopisa pa je uporabil zadnjo stran nekih nemških formularjev.

Kdo je to gradivo pretipikal in spravil v možno izdajo?

Za to delo sem porabila kar nekaj let. Oče mi je prinesel mapo s svojim rokopisom okoli leta 1977. Morda je slutil, da nima več veliko časa pred seboj. Zelo si je želel, da bi videl knjigo svojih vojnih spominov. Ko sva z možem Alešem prebirala očetove orumenele, skoraj štirideset let stare liste, sva se odločila, da bova naredila vse, da bi to očetovo pisanje prišlo v tisk. Vedela sva, kako zelo si je tega želel.



Rokapis Andreja Zlobca Arhiv Dušice Kunaver



Kako je prišlo do izida knjige Za blagor očetnjave leta 1981. Kdo je bil pobudnik?

Aleš je v tistem času sodeloval z Mladinsko knjigo že pri dveh knjigah (*Na vrhovih sveta* in *Makalu*), zato so na uredništvu hitro sprejeli njegov predlog, da bi izdali knjigo mojega očeta. Dali pa so omejitve: največ tristo strani formata A5. Hitro sem se lotila pretipkavanja očetovega rokopisa, a le posameznih delov. Zelo težko mi je bilo izpuščati cela poglavja, ali pa jih krajšati ali celo delati povzetke. Poskušala sem s svojimi besedami pisati povezovalna besedila, a s tem sem marsikje preveč posegla v očetov jezik in način izražanja. Aleš je bil po dogovoru z založbo recenzent

Zapiski
Andreja Zlobca
Arhiv Dušice Kunaver



V viharju prve svetovne vojne

Poslovil sem se od rodne Matjaževine. Doma sem pustil mamo s sedmimi lačnimi in raztrganimi otroki. Ko sem korakal po poti iz vasi, sem se še dolgo oziral nazaj in gledal materino visoko kočeno postavo in drobne ročice bratcev in sestríc, ki so mi mahali v slovo. Bo tudi moja mama dobila bel telegram, kakršnega mi je v Štanjelu kazal objokani starec – Padel za domovino in presvetlega cesarja ... Čutil sem, da za vedno odhajam iz ljubljene domačega kraja. Od doma moram. Kam? Morda bom ujet? Morda ranjen? Morda bom padel? Ulegel sem se v travo in hlastno vsrkaval vonj sveže prsti.



Begunci
Arhiv Muzej novejšje in sodobne zgodovine Slovenije

te knjige. Ko je bral besedilo, je hitro uganil, kje sem preveč posegla v očetov rokopis, in mi je tiste dele črtal. Danes sem mu hvaležna, da je ravnal tako. Oče je hodil k meni brat svoj rokopis. Prebral je celotno besedilo, preden sem ga odnesla na založbo. Ko je bral moje tipkopise, mi je marsikaj še zraven povedal, vendar je bila takrat moja naloga krajsati, ne pa daljšati njegove zapise. Danes mi je zelo žal, da si njegovih dodatnih pripovedi nisem zapisovala, zelo zanimive stvari mi je pravil. Res pa je, da je bil to čas, ko sem bila zelo obremenjena – redna služba, gospodinjstvo, trije otroci, Aleševe odprave ..., pa še hišo sva z Alešem ves čas dograjevala. Vsega je bilo preveč.

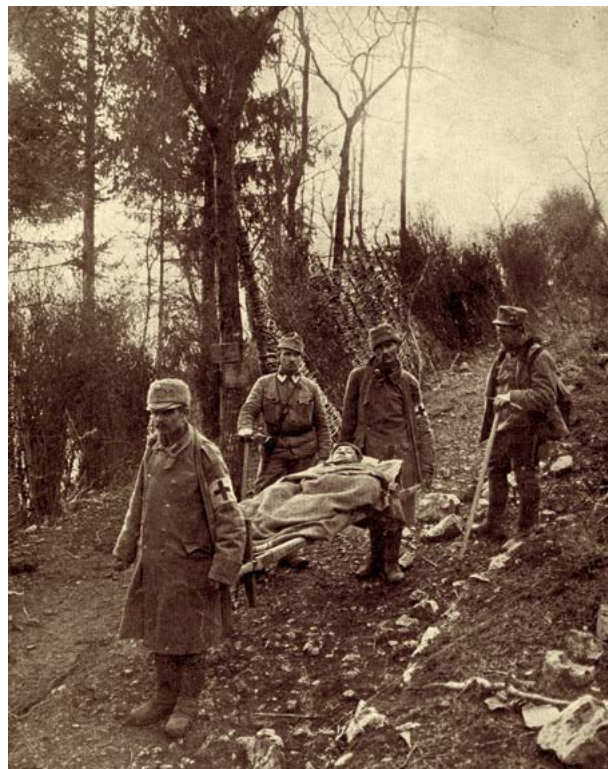
Izdaje oče ni doživel, čeprav se je zelo veselil.

Umrl je leta 1981, nekaj tednov pred izidom knjige. Ko sem mu nesla knjigo pokazat na grob, bi ga najraje zbudila ... Ko je bila knjiga v pripravi za tisk, je bil star osemdeset let. Nikdar v življenju ni za svoje boje za domovino in za trpljenje dobil nobenega priznanja, medalje, zahvale, a tega ni pričakoval, želel pa je videti svoje spomine v knjigi. Nobene knjige svojih spomi-



Častnik kraljevine Jugoslavije

Kopali smo strelske järke in kopali. Sanitejci so odnašali ranjence. Pozno ponoči smo se ulegli v izdelane brloge in utrujeni zaspali. Žilović je skrbel, da se je straža menjavala vsake pol ure. Ta človek ni poznal utrujenosti. Imeli smo ga za očeta, ki enako skrbi za vse svoje otroke. Naslednji dan smo občutili vso grozoto vojne. Vročina od eksplozij se je stopnjevala. V kavernah je postalo nevzdržno. Trepotali smo od strašnih potresov granat, ki so padale na vse strani. V pošastni svetlobi eksplozij sem zagledal blede obraz prijatelja. Moj edini rojak v tej tuji deželi, Drago Kukman. V suha usta sem mu vliel nekaj kapljic vode, ki sem jo še imel v čutari. V levi rami je imel veliko rano.



Prenašanje ranjencev po zamaskirani poti v zaledje
Arhiv Muzej novejšje in sodobne zgodovine Slovenije

nov ni dočakal, a v knjigah živi naprej, on in njegova globoka ljubezen do domače zemlje.

Oče se je izkazal z dobrim poznavanjem zgodovine svoje domovine. Ali veš, od kod mu to znanje?

Ne, ne vem. Tudi jaz sem se ob branju njegovih spominov to spraševala. Imel je zares zelo široko znanje in vsekakor je bil umsko zelo sposoben. To je dokazal že v podoficirski šoli v Zagrebu leta 1920. Ta šola je ob vpisu zahtevala srednješolsko izobrazbo, moj oče pa je imel takrat za seboj le avbersko dvorazrednico. Dali so mu eno leto časa, da v znanju dohiti sošolce. Tisto šolsko leto je končal z odliko. Zelo se je moral potruditi, a vedel je, da če ne bi ostal v podoficirski šoli, bi ga čakala cesta ali pa bi morda postal hlapec pri kaki kmetiji, drugih možnosti ni imel.

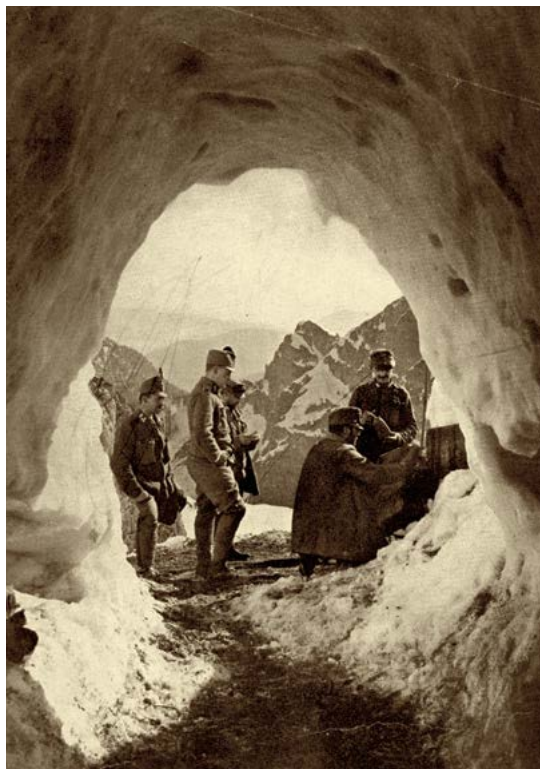
Pisanje je pogosto kritično in analitično. Je bil tak po naravi? Kako se ga spominjaš ti?

V svojih spominih resda pogosto kritično in analitično razmišlja, vendar takega poznam samo iz njegovih zapisov. V vsakdanjem življenju je bil preprost in vedno nasmejan. Tudi pet vojn ni bilo dovolj, da bi izbrisale nasmeh z njegovega obraza. Če sem kdaj imela težave, je bilo dovolj že, da sem videla njegov nasmejani obraz, in že sem bila zdrava. Pomislila sem samo, kaj vse je on doživel, a ni izgubil svetlega pogleda na življenje. Ob tej misli je moj problem postajal vse manjši, dokler ga ni bilo več. Nikdar nas otrok ni vzgajal z besedami. Ta del vzgoje je v naši hiši prevzela mama, tudi kakšno klofuto smo dobili od nje, če smo jo zaslužili. Nikdar pa ne bom pozabila stavka, ki sem ga večkrat slišala od očeta: »Vedno pomisli, kaj imaš, ne česa nimaš!« Ta očetova modrost mi je v življenju velikokrat koristila.



Straža

Arhiv Muzeja novejše in sodobne zgodovine Slovenije



Pogled iz zasneženega tunela

Arhiv Muzeja novejše in sodobne zgodovine Slovenije



Kako je prišlo do štirih knjig, ki so izšle leta 2009 in 2010?

Odkar mi je oče prinesel svoje rokopise in odkar sem jih prebrala, sem si srčno želela, da bi našla možnost in jih v celoti objavila. Knjiga *Za blagor očetnjave* prinaša zelo majhen del njegovega celotnega rokopisa. Ko sem se po upokojitvi leta 1987 začela ukvarjati s pisanjem in objavljanjem knjig, sem si za velik cilj zadala objavo celotnega očetovega rokopisa. Vesela sem bila, ko se je leta 2008 Fundacija Pot miru in Posočju zanimala za objavo prvega dela očetovih spominov in izdala knjigo *V viharju soške*. Ta knjiga je bogato slikovno opremljena z dokumentarnimi posnetki iz arhivov Fundacije ter kobarškega in goriškega muzeja. Objava celotnega očetovega rokopisa pa mi je uspela šele skoraj trideset let po njegovi smrti, leta 2010, v zbirki pod naslovom *V viharju petih vojn*. V tej zbirki sem objavila dobesedno prepisano očetovo besedilo – povsem nelektorirano. Bala sem se, da bi kakršnokoli lektoriranje poseglo v njegovo vojaško, direktno besedo.

Kako si prišla do fotografij? Ali je bilo težko dobiti slike iz muzejev?

Ne, sploh ni bilo težko. Vse, kar sem potrebovala – fotografije, strokovne nasvete, usmeritve ..., sem dobila v Muzeju novejše in sodobne zgodovine Slovenije. Na tem mestu bi se rada iskreno zahvalila kustosom in strokovnim sodelavcem tega muzeja: Mileni Osjak, Alešu Žgajnarju in predvsem dr. Marku Štepcu, ki je napisal uvod k vsem štirim knjigam zbirke. Zahvaljujem se mu tudi za strokovno oceno, da je moj oče edini Slovenec, ki je doživel in preživel pet vojn prejšnjega stoletja in zapisal spomine nanje.

V bojih za severno in južno mejo

V noči med 22. in 23. novembrom 1918 smo se postavili v zbor na dvorišču vojašnice. Ob 2. uri zjutraj nam je nadporočnik Gračner povedal, da se ob 4. uri izvršila razorožitev zelene garde – Schutzwehra. Kot sence smo se plazili po temnih ulicah spečega mesta. Prihuljeni k tlom smo se plazili čez dravski most. Po ozki ulici smo se priplazili do stolnice ... Razorožitev se je končala neverjetno točno po Maistrovem predvidenem načrtu ... Maribor je bil 23. novembra 1918 ob 5. uri zjutraj osvobojen.

Povzpел sem se vrh planine Deješ. Tam daleč sem zagledal morje. Tam daleč, na koncu tega morja je moja domovina, moj dom. Tja, le tja si želim ... Dva in dvajset let mi je. Kaj sem? Brezdomec? Vojak? Borec? Za kaj se borim? Za koga? Čigava je v resnici ta zemlja? V eni vasi nas prijazno sprejmejo in nam dajejo mleka, v drugi vasi nas streljajo. Je res puška tista, ki lahko prinese mir? Ne, ni.

V katerih petih vojnah je sodeloval oče?

S šestnajstimi leti je bil mobiliziran v avstro-ogrsko vojsko. Njegov oče je bil takrat na ruski fronti. Slovo od doma je bilo težko:

Poslovil sem se od rodne Matjaževine. Doma sem pustil mamo s sedmimi lačnimi in raztrganimi otroki. Ko sem korakal po poti iz vasi, sem se še dolgo oziral nazaj in gledal materino visoko postavo in drobne ročice bratcev in sestic, ki so mi mahali v slovo. Morda bom ujet? Morda ranjen? Morda bom padel? Uleegal sem se v travo in hlastno vsrkaval vonj sveže prsti.

V bojih v Dolomitih je bil ranjen in poslan v bolnico najprej v Meran, nato pa v Ljubljano. Od tu je dezertiral v zeleni kader – k vojnim ubežnikom, ki so se takrat zbirali v Trnovskem gozdu. Po koncu vojne se je pridružil Maistrovim borcem in se udeležil zgodno-



Avtor knjige mad borci za južno mejo (prvi z leve v prvi vrsti) Arhiv Muzej novejšje in sodobne zgodovine Slovenije

vinskega dogajanja v noči 23. novembra 1918, ko so Maistrovi borci v izjemno preudarno in inteligentno načrtovani akciji, brez ene smrtno žrtve, osvobodili Maribor še zadnjih ostankov nemštva. Tukaj je očetova beseda:

V noči med 22. in 23. novembrom 1918 smo se zbrali v zbor na dvorišču vojašnice [...]. Naloga naše skupine je bila, da na 3. odseku, vzhodno od Mlinske ulice, razorožimo okrog 190 schutzwehrovcev. Razburjeni smo čakali, da napoči čas akcije. Kot sence smo se plazili po temnih ulicah spečega mesta. Prihuljeni h tlom smo se plazili čez Dravski most [...]. Razorožitev se je izvršila neverjetno točno po Maistrovem načrtu in Maribor je bil 23. novembra 1918 ob 5. zjutraj osvobojen!

Očetov Kras je medtem postal del Italije in moj oče je postal brezdomec. Ko je v Zagrebu z odliko končal podoficirsko šolo, se je pridružil prostovoljcem v bojih za južno jugoslovansko-albansko mejo. Skoraj tri leta je okušal, kaj pomeni gverilska, partizanska vojna v albanskih gorah. Hrepenel je po domu. »Povzpel sem se prav na vrh planine Deješ. Tam daleč sem zagledal morje. Tam daleč, na koncu tega morja je moja domovina, moj dom. Tja, le tja si želim, a ne smem in ne morem domov.«

Ko je bila v letu 1923 začrtana jugoslovansko-albanska meja, je bil moj oče še vedno brezdomec. Po spletu



Vojni obveščevalec Osvobodilne fronte

Predlagal sem vodstvu OF, da bi bilo koristno onespособiti lokomotive v kurilnici na šišenskem kolodvoru. Sprejeli so predlog. Sporočili so mi točen čas napada, in sicer 9. 11. med 14. in 15. uro. Moral sem predvsem posvariti železničarje, da ob tem času ne bi bil kdo v bližini kurilnice. Da bi bolje opazoval napad, sem se prikradel na podstrešje hiše na vogalu med Malgajevo in Medvedovo ulico. Razmaknil sem strešnike. Bili so točni. Kot blisk je priletelo še tretje letalo in zadevalo natančno v cilj. Globoko v sebe sem skrtil zmago-slavje. Navadil sem se molčati. To odliko bom morda še krepko potreboval.

Februar 1945, po 36 dneh temnice. Zdaj je vse to za menoj. Tih sem, miren in spokojen. Če bom pa kakšnem čudežu ostal živ, bom napisal spomine.

dogodkov je padel še v grško-turško vojno. Po čudežu je preživel tudi te boje. Ko se je vrnil v svoj garnizon v Skopju, se mu je odprla pot na vojaško akademijo v Beogradu, na intendantski oddelek. Bil je izbran med številnimi kandidati. Takrat je bil star 25 let, a je imel za seboj že štiri vojne. Kot kadet odličnjak je nekega dne leta 1927 za nagrado dobil vabilo na dvorni ples:

»V vsem tem blesku dvornega plesa sem bil samo še bolj nesrečen, tako sam sem bil. Domov bi šel. Domov! Kako rad bi se znašel na kakem skednju v domači vasi, kjer bi vaški harmonikar raztegoval harmoniko. Domotožje je bila moja največja bolečina.

Po končani akademiji leta 1928 se je strmo vzpenjal v vojaški hierarhiji in ob začetku druge vojne je bil član generalštaba in intendantski načelnik Triglavske divizije. Drugo svetovno vojno je preživel po taboriščih in zaporih zaradi sodelovanja z Osvobodilno fronto. Domov se je vrnil kot invalid, vendar – živ.

Kaj po tvoje pomenijo te zgodbe v današnjih časih, ko ne poznamo takega pomanjkanja, kot ga je bil deležen tvoj oče? Vse to, kar je doživel, si danes zelo težko predstavljam.

Najbolje, da na to vprašanje odgovori moj oče sam: *"Tovarišija mlada, sedaj ne morete doumeti, kaj pomeni imeti v šoli materinščino za učni jezik. Svobodo imate!"*

Zgodovinarji bodo opisovali dvajseto stoletje kot dobo vojn, revolucij, propad starih monarhij [...], zabeležili bodo agrarne reforme [...], na polju tehnike bodo opisovali velikanski napredek [...]. Prav pa je, da opisi raznih dogajanj povedo poznejšim rodovom tudi, kako so ljudje preživljali te čase. Kakšno je bilo trpljenje, koliko je bilo gorja, žrtev [...]. Ta knjiga naj prikaže doživljanja ne samo moja, temveč milijonov mojih sodobnikov.

Blagor vam, mladina! Kako lepo vam je! Vse življenje je pred vami!

Vedite, kako smo mi preživljali težke čase. Kako smo se borili in priborili svobodo. Naj poznejši rodovi vedo, kako težko dobo je preživljala naša generacija, koliko je bilo treba žrtvovati za svobodo in za pravice, katere uživajo sedanji in bodo uživali bodoči rodovi.

Naj mladi vedo, da svobode nismo dobili zastonj!

Kako je prišlo do knjige Krasni Kras in moja vas Ponikve?

Moj brat Željko, sestra Benica in jaz smo vedeli, da si je naš oče zelo želel napisati knjigo o Krasu in o svoji rojstni vasi, po kateri je hrepenel vse življenje. Ob misli na to njegovo željo smo se lotili pisanja knjige. Sestro, ki je zelo bolna, je pri tem delu nadomestila njena hči, moja nečakinja Darinka Bogdanović. Zbrali smo nekaj očetovih še neobjavljenih rokopisov in jim iz zbirke *V viharju petih vojn* dodali vsebine, ki omenjajo njegove domače kraje. Četudi je knjiga *Krasni Kras in moja vas Ponikve* z očetovim avtorstvom izšla štirideset let po njegovi smrti, je vendar izpolnila njegovo življenjsko željo, da napiše knjigo o svojem Krasu. ●

Zaplata na Srednjem vrhu, 1328 m

Kamniško-
Savinjske Alpe



Sredi travnatega strmega južnega pobočja Zaplate se že od daleč dobro vidi Hudičev boršt, zdaj zavarovan štirioglati bukov gozd. Predvidevajo, da je bila Zaplata nekoč vsa poraščena z gozdom, ki pa so ga izkoriščali in košček gozda pustili za zavetje gozdnim delavcem, oglarjem in drvarjem. Na strmem izsekanem pobočju je dež izpiral prst, tako da se gozd ni mogel obnavljati. Travo so do pred nekaj desetletji še kosili senoseki (senožeti – pobočja, košnja – snarjenje), kar je še bolj preprečevalo zaraščanje. V spodnjem delu Bor-



Hudičev boršt Foto Franci Horvat

šta, na mestu lovske kočve veleposestnika Franca Dolenca, od leta 2014 stoji planinsko zavetišče. V bližini je tudi izviro, na robu gozda pod kočvo pa je priljubljeno vzletišče jadralnih padalcev.

Zahtevnost: Nezahtevna označena pot

Oprema: Običajna planinska oprema

Višinska razlika: 738 m

Izhodišče: Mače pri Preddvoru, parkirišče nad vasjo, 590 m. Do Preddvora pridemo po avtocestni povezavi Ljubljana–Jesenice, ki jo z juga zapustimo na izvozu Kranj vzhod in sledimo oznakam za Zgornje Jezersko (ali pa s severa na izvozu Kranj zahod in sledimo oznakam za Kokrico in Preddvor ali Zgornje Jezersko) skozi Britof. V Preddvoru zapeljemo z glavne ceste čez Kokro in navzgor v središče kraja ter nato desno po ozki asfaltirani cesti proti vasi Mače (Storžič). Skozi naselje po zelo ozki cesti pridemo na rob gozda in na večje parkirišče na desni. WGS84: N 46.313105°, E 14.418419°

Koča: Zavetišče v Hudičevem borštu, 1328 m, +386 (0)41 884 183

Časi: Izhodišče–Hudičev boršt 2 h

Sestop 1.30 h

Skupaj 3.30 h

Sezona: Kopna sezona

Vodniki: Dušica Kunaver, Irena Mušič Habjan: *Po poteh ljudskih pripovedi*. PZS, 2021; Tomaž Polajnar in Marjan Rztresen: *Preddvor*. PZS, 2010; Vladimir Habjan, Jože Drab, Andraž Poljanec, Andrej Stritar: *Kamniško-Savinjske Alpe*. PZS, 2004.

Zemljevidi: *Storžič in Košuta*, PZS, 1 : 25.000; *Kamniško-Savinjske Alpe*, Sidarta, 1 : 25.000; *Karavanke, osrednji del*, PZS, 1 : 50.000

Vzpon: Z izhodišča (oznaka za Hudičev boršt) po Mačevski (Mačenski) poti nadaljujemo severovzhodno po gozdni cesti, sprva precej položno, nato pa tudi bolj strmo. Po manj kot uri pridemo do večjega ovinka ceste (oznaka za Hudičev boršt), z nje po utrjenih stopnicah stopimo na ožjo gozdno pot in se po strmem pobočju Kozjeka dvigujemo v okljukih navzgor, pri tem nekajkrat prečkamo gozdno cesto. Višje se nato proti desni počasi

Srednji vrh, 1855 m

Kamniško-
Savinjske Alpe



Srednji vrh, najvišji v slemenu vzhodno od Storžiča, je "hvaležen" gorski cilj, saj so označene poti nanj nezahtevne, če pa si želimo hoje za ves dan, ga lahko povežemo s sosednjimi vršički, tako da v Storžičevi bližini naredimo lepo krožno pot. Na njegovem južnem pobočju pod pasom ruševja in redkega drevja leži idilična planina Dolga njiva. Severovzhodno pobočje pa je strmo, prepadno in čisto nasprotje poraščeni južni pobočju. Je hvaležen cilj tudi za malo manj sončne in tople

dneve ter dobro obiskan tudi v ugodnih snežnih razmerah.

Zahtevnost: Nezahtevna označena pot

Oprema: Običajna planinska oprema

Višinska razlika: 1265 m

Izhodišče: Mače pri Preddvoru, parkirišče nad vasjo, 590 m. Do Preddvora pridemo po avtocestni povezavi Ljubljana–Jesenice, ki jo z juga zapustimo na izvozu Kranj vzhod in sledimo oznakam za Zgornje Jezersko (ali pa

s severa na izvozu Kranj zahod in sledimo oznakam za Kokrico in Preddvor ali Zgornje Jezersko) skozi Britof. V Preddvoru zapeljemo z glavne ceste čez Kokro in navzgor v središče kraja ter nato desno po ozki asfaltirani cesti proti vasi Mače (Storžič). Skozi naselje po zelo ozki cesti pridemo na rob gozda in na večje parkirišče na desni. WGS84: N 46.313105°, E 14.418419°

Koča: Zavetišče v Hudičevem borštu, 1328 m, +386 (0)41 884 183

Časi: Izhodišče–Srednji vrh 2.30 h

Sestop 2.30 h

Skupaj 5 h

Sezona: Kopna sezona

Vodnik: Vladimir Habjan, Jože Drab, Andraž Poljanec, Andrej Stritar: *Kamniško-Savinjske Alpe*. PZS, 2004.

Zemljevidi: *Storžič in Košuta*, PZS, 1 : 25.000; *Kamniško-Savinjske Alpe*, Sidarta, 1 : 25.000; *Karavanke, osrednji del*, PZS, 1 : 50.000

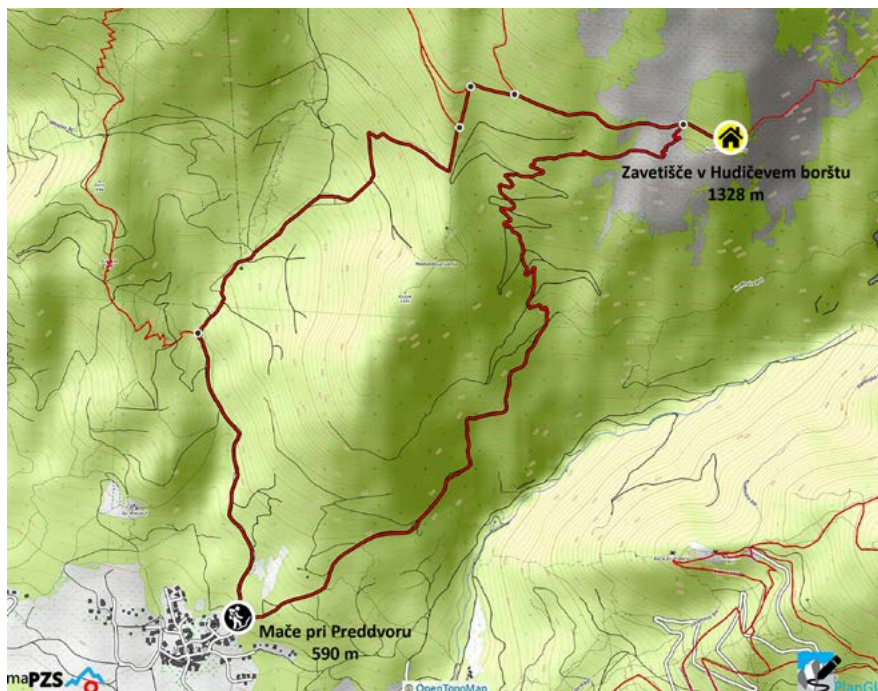
Vzpon: S parkirišča gremo po makadamski gozdni cesti, ki vodi severno zložno navzgor in dvakrat preči potok



Srednji vrh, Mali Grintovec in Storžič Foto Oton Naglost

Zaplata na Srednjem vrhu, 1328 m

Kamniško-
Savinjske Alpe



približujemo zahodnemu robu Zaplate, z redkejšim gozdom, dokler ne stopimo na golo travnato pobočje Zaplate. V okljukih nadaljujemo navzgor do prečne markirane poti in nato desno

po njej do razpotja – do ograjenega izvira v Hudičevem borštu in malo dalje do Zavetišča v Hudičevem borštu, 1328 m. Vzhodno pod njim je vzletišče za jadralne padalce, za obiskovalce pa

edina točka, kjer imamo nekaj razgleda na Bistriško dolino in poraščeni greben vzhodno nad njo (Javorov vrh, Potoška gora).

Sestop: Od Hudičevega boršta gremo dolgo prečno čez zahodni del travnate Zaplate, nato stopimo v gozd in mimo razpotja (desno Srednji vrh, Mali Grintovec). Nadaljujemo naprej navzdol čez manjšo grapo do naslednjega razpotja (desno Kališče, Storžič, levo Mače) ter kmalu nad grapo mimo podobnega razpotja. Stopimo na poraščen gozdnat hrbet in levo navzdol do oznake za Mače in Preddvor. Zavijemo ostro desno ter sprva prečno navzdol, nato pa v okljukih pridemo v plitvo poraščeno dolinico. Po njej nadaljujemo do kolovoza in desno ob njem do razpotja (levo Mače, Preddvor). Sledimo markacijam v levo, po kolovozu mimo spodnje postaje žičnice proti Kališču na levi in južno po gozdni cesti mimo zanimive lesene skulpture in razpotja (levo Storžič čez Kališče; Srednji vrh in Hudičev boršt desno) do izhodišča.

Irena Mušič Habjan

Srednji vrh, 1855 m

Kamniško-
Savinjske Alpe



Suha. Na razpotju (levo Storžič čez Kališče; desno Srednji vrh in Hudičev boršt) pri leseni skulpturi zavijemo desno in po cesti mimo spodnje postaje tovarne žičnice nadaljujemo levo po označeni poti v travah zložno gor do oznake. Mimo nje nadaljujemo po plitvi dolinici in nato vedno bolj strmo navzgor levo na rob, nato pa v desno po strmejšem

pobočju v okljukih gor in prečno na poraščen hrbet. Pri oznaki nadaljujemo levo po hrbtu do prvega razpotja (levo Kališče, Storžič, desno Hudičev boršt), gremo mimo desno prečno (razpotje), prečimo manjšo grapo in navzgor do naslednjega razpotja za Mali Grintovec. Zavijemo levo, sprva prečno in nato po strmem pobočju navzgor. Ko smo

dovolj visoko, nas pot prečno levo pripelje v plitvo grapo in po njej zložno nadaljujemo navzgor na planino Dolga njiva ter desno do brunarice na višini 1600 metrov.

Nadaljujemo mimo razpotja (levo Mali Grintovec) navzgor severovzhodno najprej čez travnate planine, skozi gozd in višje med ruševjem stopimo na razgledni Srednji vrh, 1855 m.

Sestop: Sestopimo jugovzhodno po grebenu, poraščenem z ruševjem, čez sedelce na bližnjo Cjanovco, 1817 m, nato pa sledi precej strm sestop med ruševjem po robu Zaplate navzdol v redkejši gozd do razpotja (naravnost Javorov vrh), mi pa zavijemo desno ter v več ali manj vodoravni črti nadaljujemo zahodno do Zavetišča v Hudičevem borštu, 1328 m, in naprej do izvira vode. Na razpotju zavijemo levo navzdol po travah Mačevske poti, nato pa prečno desno v gozd in navzdol po poti čez gozdne ceste na zadnjo cesto, ki nas pripelje na izhodišče.

Irena Mušič Habjan

Bašeljski vrh, 1744 m

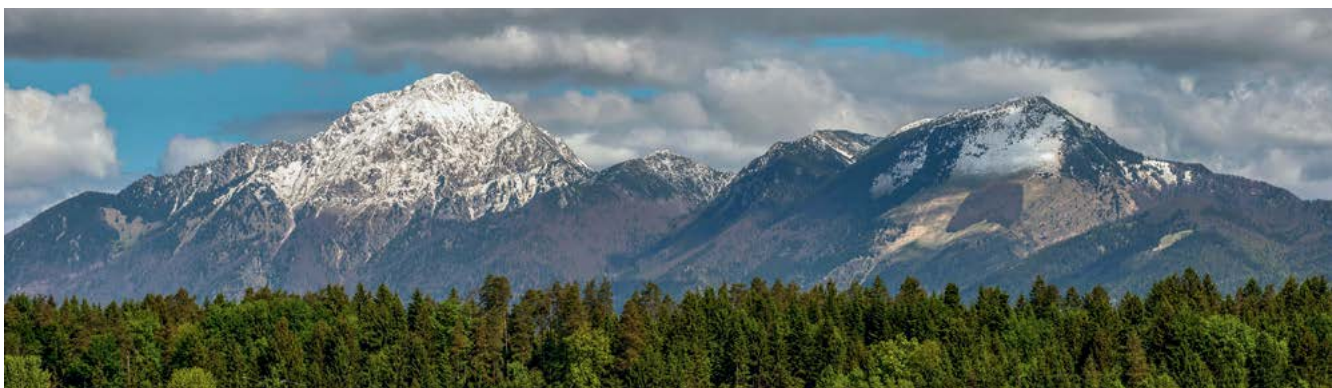
Kamniško-
Savinjske Alpe



Ostrejša ruševnata špička Bašeljski vrh, imenovana tudi Vrh sedla, leži v grebenu med Storžičem in Bašeljskim prevalom na zahodni strani ter Mačenskim prevalom in Malim Grintavcem na vzhodni strani. Njegov poraščen greben se na južni strani spušča proti Kališču. Po njem poteka markirana pot, z vrha je po grebenu med ruševjem tudi označen prehod na oba prevala, Bašeljski in Mačenski. V ugodnih snežnih razmerah vzpon nanj ni zahteven.

Zahtevnost: Nezahtevna označena pot
Oprema: Običajna planinska oprema
Višinska razlika: 1154 m
Izhodišče: Mače pri Preddvoru, parkirišče nad vasjo, 590 m. Do Preddvora pridemo po avtocestni povezavi Ljubljana–Jesenice, ki jo z juga zapustimo na izvozu Kranj vzhod in sledimo oznakam za Zgornje Jezersko (ali pa s severa na izvozu Kranj zahod in sledimo oznakam za Kokrico in Preddvor ali Zgornje Jezersko) skozi Britof. V Preddvoru zapeljemo z glavne ceste

čez Kokro in navzgor v središče kraja ter nato desno po ozki asfaltirani cesti proti vasi Mače (Storžič). Skozi naselje po zelo ozki cesti pridemo na rob gozda in na večje parkirišče na desni. WGS84: N 46.313105°, E 14.418419°
Koča: Planinski dom na Kališču, 1534 m, telefon 041 614 586
Časi: Izhodišče–Planinski dom na Kališču 2.30 h
Planinski dom na Kališču–Bašeljski vrh 45 min
Sestop 2.30 h



Storžič, Bašeljski vrh, Mali Grintovec in Srednji vrh Foto Oton Naglost

Mali Grintovec, 1813 m

Kamniško-
Savinjske Alpe



Mali Grintovec leži med Bašeljskim vrhom in Srednjim vrhom vzhodno od Storžiča. Južna pobočja so ruševnata, poti nanj so lepo označene, na severni strani pa v dolino Reke poteka poraščen greben, po katerem bomo ponekod vse do vrha iskali teže sledljivo pot, po kateri je nekoč potekala kranjsko-koroška deželna meja. Z vrha je lep razgled na bližnji Storžič in Kočno ter Grintovec na nasprotni strani doline reke Kokre.

Zahtevnost: Nezahtevna neoznačena pot (nezahtevna označena pot do razpotja za Kozji vrh) Ponekod je pot težje sledljiva, zato moramo imeti nekaj smisla za orientacijo.
Oprema: Običajna planinska oprema
Višinska razlika: Pribl. 1100 m
Izhodišče: Zaselek Podlog v dolini potoka Reke, izhodišče za Kozji vrh, 720 m. Sem se pripeljemo po avtocestni povezavi Ljubljana–Jesenice, ki jo z juga

zapustimo na izvozu Kranj vzhod in sledimo oznakam za Zgornje Jezersko (ali pa s severa na izvozu Kranj zahod in sledimo oznakam za Kokrico in Zgornje Jezersko) skozi Britof. V Podlogu pri gostilni Kanonir z glavne ceste zavijemo levo na gozdno cesto, ki vodi po dolini Reke. Kilometer od gostilne pri odcepu gozdne ceste v levo (oznaka za Kozji vrh) pustimo avto. WGS84: N 46.380170°, E 14.461948°

Časi: Izhodišče–Turni 2 h
Turni–Mali Grintovec 2–3 h
Sestop 2–3 h
Skupaj 6–8 h

Sezona: Kopna sezona

Vodnika: Vladimir Habjan: *Brezpotja*. Sidarta, 2020; Vladimir Habjan, Jože Drab, Andraž Poljanec, Andrej Stritar: *Kamniško-Savinjske Alpe*. PZS, 2004.

Zemljevidi: *Storžič in Košuta*, PZS, 1: 25.000; *Kamniško-Savinjske Alpe*, Sidarta, 1: 25.000; *Karavanke, osrednji del*, PZS, 1: 50.000

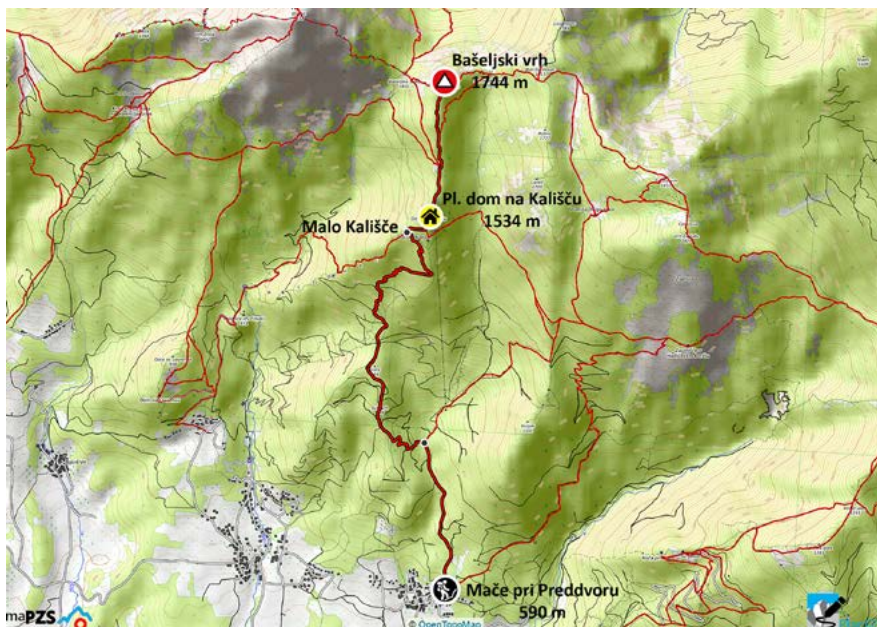
Vzpon: Z izhodišča nas markirana pot vodi strmo navzgor po gozdni cesti do



Brunarica pod Srednjim vrhom; nad streho vidimo z ruševjem poraščen Mali Grintovec. Foto Franci Horvat

Bašeljski vrh, 1744 m

Kamniško-Savinjske Alpe



desno) pri leseni skulpturi zavijemo levo in sledimo markacijam. Prečimo potoček in se začnemo strmo vzpenjati. Po kolovozih in vlakah ter poteh nas markacije varno vodijo – počasi se dvigujemo, dosežemo poseko, klopco in nadaljujemo v okljukih navzgor skozi vedno redkejši gozd do jase Malo Kališče (koče in spomenik, razpotje – levo pot iz Bašlja in Laškega). Po poti v četrte ure dosežemo Planinski dom na Kališču, 1534 m. Malo pod kočo se nam z desne priključi pot iz Mač mimo spodnje postaje tovarne žičnice oz. iz Hudičevega boršta.

Od koče se zložno vzpenjamo po širokem in precej razglednem grebenu proti Bašeljskemu vrhu, 1744 m. Na razpotju (levo Planina Javornik, Storžič, desno Bašeljski vrh) izberemo desno različico in nadaljujemo navzgor do naslednjega razpotja (desno Mačensko sedlo). Sledimo grebenu in čez predvrh med ruševjem po peščeni poti stopimo na razgledni vrh s skrinjico in klopco.

Sestop: Sestopimo po poti vzpona.

Irena Mušič Habjan

Skupaj 5.45 h

Sezona: Kopna sezona

Vodnik: Vladimir Habjan, Jože Drab, Andraž Poljanec, Andrej Stritar: *Kamniško-Savinjske Alpe*. PZS, 2004.

Zemljevidi: *Storžič in Košuta*, PZS, 1: 25.000; *Kamniško-Savinjske Alpe*,

Sidarta, 1: 25.000; *Karavanke, osrednji del*, PZS, 1: 50.000

Vzpon: S parkirišča gremo po makadamski gozdni cesti, ki vodi severno zložno navzgor in dvakrat preči potok Suha. Na razpotju (levo Storžič čez Kališče; Srednji vrh in Hudičev boršt

Mali Grintovec, 1813 m

Kamniško-Savinjske Alpe



Na vrh s poseko se v okljukih povzpne po strmem pobočju in z njega do vznožja sestopimo po poti vzpona.

V gostem iglastem gozdu sestopimo navzdol do kolovoza in po njem še malo navzdol na travnato sleme. S kolovoza zavijemo desno na pot in nadaljujemo precej po ravnem do vznožja Licjanovca (mejni kamni, zaraščena pot!). Nadaljujemo po grebenu (pot zavije levo) in višje na zahodni strani grebena ujamemo našo pot ter po njej pridemo do skalnatega stolpiča (lesene stopnice), nato pa se čez krajšo skalno stopnjo dvignemo med ruševje. Više gozd postaja redkejši, pot se mestoma izgublja, vendar jo v travah spet najdemo. Med macesni in nato v gostem ruševju se v okljukih spet dvignemo na greben. Pot večino vodi po grebenu ali desno pod njim. Z vrha Licjanovca, 1733 m, se nam odpre širši pogled. Po valovitem grebenu ali po njegovi zahodni strani smo v manj kot pol ure na Malem Grintovcu, 1813 m.

Sestop: Sestopimo po poti vzpona.

Irena Mušič Habjan

jase planine Robce. Nadaljujemo desno po kolovozu, ki se višje spremeni v pot. Po prečenju strmega gozdnega pobočja se dvignemo na neizrazito sedelce (pribl. 1300 m), kjer markirana pot za

Kozji vrh zavije levo, mi pa zavijemo desno na slabše uhojeno pot, ki nas pripelje na gozdno sleme (pot sicer prečka greben), kjer se pot nekoliko izgubi. Pridemo do vznožja Turnov, 1432 m.

V čarobnem objemu dolomitskih vršacev

Maratona dles Dolomites 2023

Stojim na štartu že 36. izvedbe Maratona dles Dolomites. Da bi vsaj malo razbremenil napetost v nepregledni kolesarski množici, mi pogled vseskozi uhaja proti prepadni zahodni steni Heiligkreuzkofla/ Sas dla Crusca, 2907 m, ki kraljuje nad dolino Val Badia. Ostenje je skrivnostno ujeto v preostanek meglic, ki so posledica deževja prejšnjega dne. Uspešno jih sušijo medli sončni žarki pravkar začetega dneva.



V navpičnem zidu je pred več kot pol stoletja eden najboljših alpinistov našega časa Reinhold Messner z bratom Güntherjem preplezal za tiste čase izjemno zahtevno prvenstveno smer. Zanj je zapisal, da je bila to njegova najtežja plezalna dogodivščina. Vselej, ko iz doline občudujem to skalnato tvorbo, me žalosti, da vrha še vedno nisem obiskal. A tudi tokrat bo ostal na mojem seznamu želja. Zadal sem si namreč povsem drugačen izziv – v družbi okoli 8000 kolesarjev iz celega sveta v fascinantnem gorskem okolju Dolomitov prekolesariti spodobno razdaljo 138 kilometrov z zavidljivo višinsko razliko kar 4230 metrov!

Povratek v preteklost

Med drzno idejo in njeno sanjsko uresničitvijo je preteklo natanko 365 dni. Neposredno po zaključku lanskega šolskega leta smo namreč družinsko dopustovali v prijetni vasi Colfosco, ležečo v magičnem objemu dolomitskih vršacev. Ker razprostrto naselje leži ob trasi znamenite Sellaronde, znani predvsem

ljubiteljem smučanja ob žičniških napravah, sva z Aleksandro vzela s seboj tudi cestni kolesi. Žal nama ni uspelo zagotoviti varstva za najina najstnika, zato sva morala krog okoli gorske skupine Sella prevoziti ločeno. Čeprav v Dolomite bolj ali manj redno zahajava že več kot dve desetletji, sva bila na kolesarjenju ponovno navdušena nad lično urejenimi vasicami, tratami raznobarnih cvetlic ter mogočnimi prepadnimi stenami, ki vseskozi jemljejo dih. "Blede gore" te preprosto začarajo, ne glede na letni čas ter neoziraje se na način, kako se giblješ v njihovih nedrih. In v slogu ekološkega turizma je vožnja na dveh kolesih brez škodljivega onesnaževanja okolja vse bolj cenjena in spoštovana oblika osvajanja nekoristnega sveta.

"Usodno" srečanje

Najino tedanje biciklistično udejstvovanje je na družbenem omrežju Strava takoj opazil tudi gorniški prijatelj Primož. Istočasno z nami je bival v Colfoscu, zato smo se brez težav dogovorili za snidenje. V za-

*Na startu z množico ostalih kolesarjev
Foto Mitja Peternel*



Tokrat na gore
gledam s kolesa.
Foto Mitja Peternel

nimivem pogovoru nama je med drugim natančno predstavil tudi prihajajoče tekmovanje Maratona dles Dolomites, na katerega je bil prijavljen. Aleksandro je tako navdušil, da naju je jeseni, ko so začeli zbirati prijave na letošnjo prireditev, nemudoma prijavila nanjo. Sam sem bil pred izborom precej skeptičen, saj mi tovrstni množični dogodki nikoli niso bili najbolj povšeči. A glej ga zlomka: na žrebu so izmed približno 27.000 prijavljenih v kvoto 8000 kolesarjev izbrali prav mene! Da pa bi Aleksandri uresničil hrepenečo željo, mi je kasneje na listo prijavljenih prav s pomočjo Primoža uspelo uvrstiti tudi njeno ime.

Kako je sin Luka povezan z geslom Maratone

Izpustil bom opisovanje dolgih jesensko-zimsko-pomladnih priprav, ki so vsebovale skupek hoje, teka, turnega smučanja, teka na smučeh ter predvsem gorskega in cestnega kolesarjenja, katerih številni kilometri so bili v tem času opravljeni na kolesarskem trenerju. Raje bom predstavil zadnjih nekaj dni pred predvidenim odhodom v Dolomite. Z Aleksandro sva se ravno spuščala z domačega Vršiča, ko me je prešinilo. Geslo letošnje prireditve je *Umanité*, kar bi lahko enostavno prevedli v humanost oziroma človečnost. In kako sva midva povezana s tem pojmom? Zagotovo bolj, kot bi si večina mislila. Doma imava namreč poleg trinajstletnega Marka tudi leto in pol mlajšega sina Luka. Rodil se nama je kot povsem zdrav otrok, a že po treh tednih so se začele izjemno resne zdravstvene težave z njegovim srcem. Po skoraj enoletnem boju zdravnikov za njegovo preživetje so mu le nekaj dni pred prvim rojstnim dnevom uspešno presadili srce. A vsi zapleti, ki so se zgodili v tem obdobju, so žal pustili trajne posledice. Luka je namreč povsem

odvisen od naše pomoči. Svoj način življenja smo tako občutno prilagodili njemu, da lahko karseda enakopravno (z določenimi omejitvami seveda) živi v naši družbi. Z udeležbo na množičnem ter predvsem kondicijsko izjemno zahtevnem tekmovanju bi lahko potrdila, da imeti otroka s posebnimi potrebami še ne pomeni, da starši ne moremo početi drugega, kot da le skrbimo zanj. Ravno športne aktivnosti naju namreč napolnijo s prepotrebni dodatni virom energije, ki jo vloživa v čim bolj kakovostno oskrbo najinega sina.

Nenačrtovan zaplet ...

A na našo žalost se je natanko štiri dni pred predvidenim odhodom v Italijo Lukovo zdravstveno stanje drastično poslabšalo in moral je na nujno operacijo na Pediatrično kliniko v Ljubljani. Aleksandra je šla seveda z njim. Najprej smo vsi skupaj trepetali nad izidom operativnega posega, ki so ga morali zaradi nepredvidenega zapleta še enkrat ponoviti. Operacija je naposled le uspela, vendar pa je Luka še več dni ostal v bolnišnični oskrbi in udeležba na prireditvi je za Aleksandro žal splavala po vodi.

... in salomonska rešitev

Zaradi stresa ob nepričakovani komplikaciji sem tudi sam nameraval odpovedati sodelovanje na Maratonu. A na koncu smo složno sprejeli odločitev, da se tekmovanja vseeno udeležim. V pripravi nanjo sva z Aleksandro namreč vložila ne le številne ure športnih aktivnosti, pač pa tudi znaten del finančnih sredstev. Sklenil sem, da svoje kolesarjenje na množičnem dogodku posvetim Luku, z gorečo željo po njegovem čimprejšnjem okrevanju.



Odhod

S sinom Markom in Aleksandrinim očetom Darkom smo se tako v ranem sobotnem jutru sami odpeljali v Dolomite. Dogovorili smo se, da naš načrtovani enotedenski družinski obisk skrajšamo le na podaljšan vikend ter se že dan po tekmovanju nemudoma vrnemo domov. V La Villi sem ob načrtovanem času prevzel štartno številko, preostanek povečini deževnega popoldneva pa izkoristil za sprostitev, druženje, nakupovanje ter zaključne priprave na štart. Kljub temu da sem šel v posteljo zelo zgodaj, pa nikakor nisem mogel zatisniti očesa. Stres zadnjih dni ter pričakovanje edinstvenega dogodka sta opravila svoje.

Začetek dolgega kolesarjenja

Počasi se, meter za metrom, pomikam v gruči kolesarjev. Prvi so štartno črto prevozili že pred več kot pol ure, ko se čezno končno zapeljem tudi sam. Kljub pisani množici udeležencev pa razvrščanje in prehitevanje poteka brez nevšečnosti. občutek imam, da smo si mnogi zadali predvsem individualni cilj – uspešno, ne glede na čas in predvsem brez zapletov v obliki padcev in predrtih pnevmatik, prevoziti sebi primerno razdaljo na prireditvi. Organizator ima namreč v programu razpisane kar tri trase različnih dolžin in zahtevnosti: klasični krog okoli gorske skupine Sella s 55 kilometri in 1780 metri višinske razlike, srednje razdaljo, ki poleg Sellaronde vključuje še vzpon na Falzarego s podaljškom na Valparolo s 106 kilometri in 3130 višinskimi metri, ter najdaljšo – maratonsko osmico, ki poleg kroga okoli Piz Boe vsebuje še vzpenjanje na prelaze Giau, Falzarego in Valparolo. Daljši turi so nekaj kilometrov pred ciljem popestrili še s kratkim, vendar strmim vzponom

Mür dl Giat¹/Muro del Gatto, kar pomeni mačji zid. Klanec je na srečo kratek, a vsebuje maksimalen devetnajstodstotni naklon.

Podoživljanje gorniških aktivnosti

V strnjeni skupini se počasi peljem mimo zajetnega podnožja mogočnega stolpa Sassongher, 2665 m. Še živ je spomin na obisk leta 2010. Aleksandra me je tedaj z le nekaj mesecev starim Markom počakala na koči Edelweiss, ki leži ob vznožju gore. Kako prijetno je bilo nepričakovano snidenje ob povratku! Ko se pomikamo proti Corvari, v mislih zaživi pristop na Piz Boe, 3152 m, ki se razprostira pred nami. Najvišji vrh masiva Sella velja za najlažji tritisočak v Dolomitih. Z Borisom, prav tako udeležencem današnjega kolesarjenja, ter z njegovimi prijatelji smo se tedaj kar s kabinsko žičnico zapeljali proti koči Kostner. Za dostop na vrh smo izbrali ferato Vallon. V spominu mi je ostal predvsem zahteven, v jeklenice ovešen prehod ob slapu, za katerega je bilo potrebno kar nekaj moči v rokah. Na sestopu smo izkoristili možnost povratka s kabinsko žičnico, ki nas je udobno pripeljala na sedlo Pordoi.

Nad Corvaro nas čaka prvi klanec na prelazu Campolongo, 1875 m. Ni prav strm, pa tudi dolg ne. Ravno prav za začetno ogrevanje. Z njega se spustimo v Arabbo. V središču kraja zavijemo proti prej omenjenemu prelazu Pordoi, 2239 m. Strmina je že nekoliko daljša, a njen naklon se v povprečju dviga s kolesarju dokaj prijaznimi sedmimi odstotki. Posledično se po dobrih devetih kilometrih obračanja pedal povzpne mo za okoli šeststo petdeset višinskih metrov. Kolesarjenje tako ni prav posebej naporno, čeprav imamo najvišjo točko Maratone skoraj vseskozi v našem vidnem polju. Po spustu sledi najprej kratek, vendar strm uvodni del vzpona proti prelazu Sella, 2218 m. Na srečo je na uravnavi prva okrepčevalnica, ki jo nekateri izkoristijo za nadomestilo izgubljenih kalorij. Pedaliranje pod navpičnimi stenami postane znosnejše, ko za nami zagledamo zasneženo kraljico Dolomitov – Marmolado. Kako raznoliko krožno turo smo z Borutom in Aleksandro naredili pred skoraj desetletjem in pol! Po zavarovani plezalni poti zahodnega grebena smo priplezali na Punto Penio, 3343 m, ter sestopili po običajnem dostopu. Za konec pa smo se osvežili še na mrzlem ledeniku, ki je prijetno ohladil naša razgreta telesa. Hlajenja pa z Borutom nisva potrebovala, ko sva nekaj mesecev kasneje nizala smuške zavoje z vzhodnega vrha Marmolade – Punta Rocce, 3309 m. Res nepozabno doživetje!

Nad prelazom Sella mi pogled pritegne tritisočak Sassolungo, 3181 m. Na njegovi najvišji točki še nisem stal, smo pa z Borutom in Aleksandro nekoč opravili zanimiv krog čez Sassopiatto, 2958 m. Najprej smo se s pomočjo edinstvenih žičniških naprav prepeljali na škrbino Forcella del Sassolungo, 2681 m, potem pa sestopili do kočice Vicenza, 2253 m. Po ferati Oscar Schuster, ovešenimi z jeklenicami, smo se potrudili

¹ Ladinsko ime.



Na težavnem vzponu se množica kolesarjev razredči.

Foto Mitja Peternel

li do najvišje točke. Južno pobočje nam je ponudilo udoben povratek do poti, ki nas je v dolgem prečanju pripeljala nazaj na izhodišče. Med obračanjem pedal v smeri sedla Gardena, 2131 m, zagledam Sass Rigais, 3025 m. Z Borutom in Jurijem smo ga obiskali pred enajstimi leti. Tedaj smo za dostop in sestop združili obe z jeklenicami opremljeni poti. V spominu mi je ostala imenitna tura s prekrasnimi razgledi.

Prijetno srečanje z najzvestejšima navijačema

Ob izgubljanju višinskih metrov proti Corvari me ob cesti v Colfoscu pričakata Marko in Darko. Kratek, vendar zanimiv pogovor ob snidenju z njima mi da dodatno motivacijo, da tekmovanja ne zaključim že po obveznem krogu okoli gorske skupine Sella, pač pa se ponovno zapodim v že znani klanec proti prelazu Campolongo. Energije in tudi volje imam še dovolj. Iz Arrabe se ob razgledu na Monte Pelmo, 3168 m, in Civetto, 3220 m, spuščam proti kraju Cernadoin, kjer je razcep med srednjo in daljšo razdaljo Maratone. Ker do tja prikolesarim pol ure pred napovedano časovno zaporo, se namesto proti bližnjemu Falzaregu odpeljem proti oddaljenjšemu prelazu Giau, 2236 m. Ponujeno priložnost je treba izkoristiti! Za Giau sem že od prijateljev izvedel, do je to najdaljši in zaradi strmine najzahtevnejši vzpon na celotni trasi. Iz kraja Selva di Cadore do sedla se je namreč treba povzpeti za okroglih 10 kilometrov ter ob povprečnem naklonu dobrih 9% narediti več kot 900 višinskih metrov. Ker se v mišicah že nekoliko pozna utrujenost dotlej prevožene trase, v slogu skupine kolesarim nekoliko počasneje. Obenem vseskozi skrbim za zmeren srčni utrip, ki ne preseže 140 udarcev na minuto. V enakomernem ritmu se pripeljem na vrh prelaza. Eden izmed mitskih kolesarskih vzponov v Dolomitih je za menoj, zato si brez obotavljanja privoščim krajši postanek v okrepčevalnici. Številne dotlej porabljene kalorije je namreč treba ustrezno nadomestiti!

Pri spuščanju proti Pocolu in Cortini d'Ampezzo opazim kralja Dolomitov – vršaca Antelao, 3264 m. Njegovo teme smo obiskali pred več kot desetletjem. Precej časa je že minilo od tedaj, a spomini na vzpenjanje po znamenitih Lastah so še povsem živi! Občutek, ko stojiš na vrhu je neprecenljiv. Razgled pa za bogove! Sledi še zadnji, daljši vzpon na prelaza Falzarego in

Valparola, ki pa zaradi razpotegnjenosti in zmerne naklona ni prav posebej težaven. Število kolesarjev se je iz začetne gručaste oblike že zdavnaj preoblikovalo v dolgo, razpotegnjeno kačo. Ko vrtim pedala pod tritisočakom Tofana di Rozes, 3225 m, v mislih ponovno plezam po zavarovani poti Giovanni Lipella, ki se mi je v spomin vtisnila kot ena bolj slikovitih v tem magičnem gorstvu.

V zmernem tempu dosežem prelaz Falzarego, 2117 m, od koder je strmejši, a kratek vzpon na Valparolo, 2200 m, samo še formalnost. Sledi le še dolg, razgiban spust v dolino Badia. Za zaključek me čaka še strmina Mur dl Giat, ki jo je organizator nedvomno vključil za dodatno popestritev *eventa*. Čeprav so za mano številni prekolesarjeni kilometri ter predvsem številni višinski metri, mi "klanček" ne povzroči prav nobenih težav. Motivacija je opravila svoje. Zadnji zloženi del po široki cesti do cilja v Corvari ob zavedanju, da mi je uspelo uspešno opraviti dotlej najzahtevnejši kolesarski podvig v življenju, mine presenetljivo hitro. Čeprav je telo utrujeno, sta srce in duša potešena. Ob ponovnem snidenju v Colfoscu mi je Marko za nagrado pripravil nepričakovan, nepozaben sprejem in dan je bil popoln.

Morda pa bova imela prihodnje leto več sreče?

Aleksandra se je z Lukom po skoraj treh tednih končno vrnila iz bolnišnice. Sinovo zdravstveno stanje se le postopno izboljšuje. Vsi skupaj si močno želimo, da bi čim prej spet postal naš običajni Luka. Čeprav je bila najdaljša razdalja Maratone dles Dolomites prava preizkušnja moje trenutne psihofizične pripravljenosti, mi je največje zadoščenje za vloženi trud predvsem uspešno okrevanje najinega otroka. Z Aleksandro pa že načrtujemo sodelovanje na naslednji izvedbi tega množičnega kolesarskega dogodka. Upava le, da prihodnje leto ne bo večjih zapletov in da nama bo vendarle uspelo skupaj s številnimi drugimi rekreativnimi športniki prekolesariti eno izmed razdalj v čarobnem objemu dolomitskih vršacev. 📍

Opomba avtorja: Članek je bil pripravljen v drugi polovici leta 2023, a je zaradi prostorske stiske objavljen šele v tej številki Planinskega vestnika. Žal je Luka, kateremu je posvečeno besedilo, v januarju 2024 za vedno zapustil ta svet.

Kirgiški Yosemite

Plezanje v stenah nad dolino Kara Su

Urša Kešar



Lansko poletje je potekalo v znamenju odprave v Centralno Azijo. Tri tedne smo preživel v kirgiškem pogorju Pamir Alai. Za večino udeležencev je bila to prva bolj divja odprava. S tem mislim, da smo imeli ob odhodu precej skope informacije o področju, plezali smo v odmaknjeni dolini, ki je bila praktično odrezana od sveta, daljše obdobje smo preživel v istem baznem taboru, ekipa je bila številčna, logistika pa ni bila popolnoma jasna. Plezanje v steni je pomenilo zanašanje nase in na soplezalca, ker komunikacije z ostalimi člani odprave ni bilo. V primeru težav se nismo mogli zanašati na helikoptersko reševanje, saj v tej državi ne obstaja. Zaradi takšnih pogojev smo pridobili ogromno izkušenj in se naučili veliko stvari.

Odločili smo se za dolino Kara Su na jugu države, ob meji s Tadžikistanom. Ta dolina je manj znana kot njena soseda Ak Su, ima pa tudi kakšno lažjo smer več in manj problemov s prečkanjem reke. Obe dolini sicer ponujata pravi stil plezanja v velikih stenah in sta tako po zahtevnosti plezanja kot po tipu kamnine (granitne poči) znani tudi kot centralno-azijski Yosemite. Gore so povsem primerljive z El Capitanom in Half Domom v Severni Ameriki. Pri organizaciji odprave smo imeli pomoč tamkajšnje

agencije Ak Sai, toda na podlagi izkušenj z njo pa bi se sedaj raje odločili za agencijo Central Asia Tours.

Do doline

V Istanbulu smo zaradi slabega vremena zamudili let v glavno mesto Biškek, tako da smo potem z enodnevno zamudo lovili let iz Biškeka na jug države, v Oš, in ga eno uro pred vzletom tudi uspešno ujeli. Iz Oša je sledilo šest ur vožnje do Batkena v mini busu brez ventilacije po delno asfaltirani, delno prašni

Pogled na gore, kjer smo plezali. Na levi strani doline so Mali Asan, 3900 m, Asan, 4230 m in Usen, 4378 m, v sredini v soncu je Piramidalni, 5509 m, na desni strani pa Silver Wall, 3700 m in Yellow Wall, 3700 m.
Foto Urša Kešar

Pogled s sedla na dolino Kara Su
Foto Urša Kešar



Karavshin, dolina Kara Su, 13. 7.–9. 8. 2023

Vodja odprave: Janez Toni (AO Rašica), **člani odprave:** Matevž Kramer, Katarina Kramer, Lucija Hrastnik, Benjamin Hrastnik, Marko Jereb, Neža Mulej, Danaja Kuhanec, Anže Slatinek, Gašper Reberšak, Jure Buda, Kristjan Matoz, Metka Ceklin, Miha Došler, Mitja Kelemen (vsi AO Rašica), Andrej Jež, Davo Mihev, Denis Arnšek, Matevž Gradišnik (vsi štirje AK Črna), Urh Primožič (AO Tržič), Urša Kešar (AO Kranj).

Opravljeni vzponi

- Mali Asan (Little Asan), 3900 m: West face corner and cracks, VIII-/VI+, S1 (vmesni del smeri do vključno 7. raztežaja; naprej neopremeljeno), cca. 300 m
- Yellow Wall, 3700 m: Temerova, VI+/I-III, 600 m
- Silver Wall, 3700 m: Dišeči raz, III-IV, 800 m
- Mali Asan: raz (brez imena), VI/IV-V, 400 m
- Yellow Wall, 3700 m: Nizozemska, IV-V, 300 m
- Nad baznim taborom: "Goveja rampa", III+, 130 m
- Yellow Wall, 3700 m: Diagonal, VIII-/V-VI, 500 m
- Mali Asan (Little Asan), 3900 m: varianta smeri Für einen Freund, VI, 450 m
- Kotina, 4521 m: Črna Wolga, VIII-/VII, 1700 m
- Greben, ki se ga vidi iz baze, IV+/II-III.

Poleg tega smo poizkusili pristopiti na Pik Sibirski, 5010 m; dosegli smo predvrh na grebenu, 4830 m. Poizkušali smo še v vzhodnem grebenu Silver Wall, 3700 m in v smeri Gerbenko (Horbenko), VI/IV-V, 800 m v Asanu, 4230 m.

Pomoč pri pregledu plezalnega območja: <https://www.thecrag.com/climbing/kyrgyzstan/area/6308551971>

Priporočljiva agencija za pomoč pri organizaciji:

Central Asia Tours

Pogled na Kotino, 4521 m (izraziti vrh na levi) in Odessa, 4810 m (skrajno desni vrh). Vmes je vrh po imenu 1000 Years of Russian Christianity, 4507 m.
Foto Urša Kešar

makadamski cesti z občasnimi udarnimi jamami in temperaturo krepko čez 30 °C. To je bil zadnji kraj v tistem koncu, do katerega smo prispeli tretji dan potovanja in ki je naslednji dan predstavljal izhodišče za odhod proti bazi. Tam smo nakupili hrano za tri tedne življenja v bazi za 21 ljudi.

Prenočili smo pri prijazni družini, naslednji dan pa odšli s starimi sovjetskimi džipi proti dolini. Med vožnjo, ki nas je vodila čez visoke prelaze, smo vstopili v vojaško varovano območje, saj je Kirgizija na

tem delu v sporu s sosednjim Tadžikistanom. Ne tako dolgo nazaj (10–15 let) so v tem pogorju razkrinkali mamilarso združbo, ki je tihotapila droge iz Kirgizije ravno čez Kara Su v Tadžikistan in sprožila oborožene spopade, poleg tega pa sta državi še vedno v sporu zaradi ozemlja, meje, razdelitve vode in drugih dobrin. Še bolj znana, vendar nesrečna zgodba iz doline Kara Su je o svetovno znanem plezalcu Tommyju Caldwellu, ki so ga leta 2000 skupaj z nekaj soplezalci ugrabili teroristi, ostale v baznem taboru pa postrelili. Mi smo imeli precej več sreče, med našim bivanjem v bazi se ni dogajalo nič sumljivega, čeprav občutki ob zavedanju preteklih dogodkov niso bili ravno prijetni.

Na izhodišču so nas pričakali pastirji s konji za naše transportne torbe, pred nami pa je bila 16 km dolga pot s 1700 višinskimi metri vzpona, za katero smo potrebovali približno sedem ur. Za prehranjevanje v bazi je skrbela prijazna kuharica z družino, ki nam jo je prikrbela agencija. Dostop je opravila skupaj z možem in otrokoma, starima pet in devet let. Čeprav sta revščina in skromnost ljudi dobro opazni, tudi pri njih ne gre brez najnovejše tehnologije. Cela družina se je občasno zabavala s tapkanjem po tablicah in telefonih, ki so se polnili s sončnimi celicami. Tako so razblinjali monotonost dni. Na dan smo imeli tri kuhane obroke. Gospa je bila izkušena odpravska kuharica in nam je kuhala po lastnih načrtih, s katerimi nismo bili seznanjeni, vendar z njenimi jedmi zelo zadovoljni. Sama je sestavljala jedilnike in skrbela za obveščanje, če je katere sestavine pričelo zmanjkovati.

U smeri Črna Wolga

V baznem taboru na višini 2900 m je že bila ekipa ruskih in kazahstanskih alpinistov, tako da smo imeli vsaj nekaj informacij od "domačih", saj je bilo iskanje vodničkovo precej težavno, kar pa je uporabnega, je v





Andrej v zgornjem delu smeri Črna Wolga
Foto Urša Kešar



Urh med plezanjem pači, široki le za prste
Foto Urša Kešar

cirilici. Tudi ocene smeri so ruske, ki se precej razlikujejo od francoskih ali UIAA-ocen. V bazi signala ni bilo, za komunikacijo z zunanjim svetom smo imeli satelitski telefon, na katerega smo prejeli vremenske napovedi in si izmenjevali sporočila z domačimi. Zato komuniciranje z navezami v stenah ni bilo mogoče. Prva dva dneva smo urejali bazo, zbirali informacije, spoznavali okolje in sosede ter začeli z bolj resnim razmišljanjem o smereh in načrtovanjem vzponov. Lepo vreme je bilo napovedano za kar nekaj sledečih dni.

Na odpravi sem bila v navezi z Andrejem Ježem (AK Črna) in Urhom Primožičem (AO Trzič). Ko smo bili že dodobra seznanjeni s stilom plezanja in ko smo dobili občutek o okolici, smo se odločili, da gremo pod steno gore Kotina, 4521 m, kjer smo želeli preplezati smer Črna Wolga (VIII-/VII, 1700 m). Zaradi dolžine smeri smo bili pripravljani na en bivač v steni, zato smo pripravili več opreme, ki smo jo že popoldne odnesli pod vstop v smer, saj smo si za dan dostopa želeli prihraniti moč in čas. Opremo smo tovorili v transportni torbi, ki smo jo v strmih delih stene vlekli za sabo, v položnejših pa nosili. Kmalu se je izkazalo, da vzpon ne bo potekal čisto po načrtih. Spodnji del stene ni bil tako težaven, kot je bilo mogoče sklepati iz ocen, vendar se je sredi plezanja vreme začelo kvariti. Zato smo začeli precej hiteti, da bi našli kakšno zavetje, ki pa ga strme plate niso ponujale. Ob 13 h, še ravno pravi čas, smo ga k sreči dosegli. Čas po dežju smo preživeli ob zbiranju vode, ki je v steni ni bilo, čeprav so Rusi zatrjevali, da se jo tam lahko dobi.

Naslednji dan nam je zgornji del stene pripravil presenečenje v smislu težavnosti. Pričakala nas je popolnoma neopremljena stena, plezanje pa je bilo konstantno težko do izstopa na vršnem grebenu, kakšne pol ure pod vrhom. Na vrhu smo se tako znašli šele ob 18. uri. Sledil je težaven spust po vrvi v neznanu, saj terena nismo poznali in nismo vedeli, kje bi lahko bila morebitna sidrišča. Dodatno težavo je predsta-

vljala tudi grožnja, da se nam bo vrv zatikala, kar se v granitnih počeh zlahka zgodi in čemur smo se želeli na vsak način izogniti. Do bivača smo prišli ob 23. uri, lačni in žejni, za nami pa je bilo okoli 600 m spusta. Na vrhu gore smo pred začetkom spusta zbrali za eno plastenko vode, vendar smo jo pri prekuhanju po nesreči polili po skalah, za nameček pa še po spalkah. Naslednji dan smo si tako delili en deciliter preostalega izotonika in tri čokoladice.

Zjutraj smo se lotili še spusta čez spodnji del stene. Ta je bil malo položnejši kot zgornji in opremljen z navrtanimi sidrišči. To je sicer pomenilo en svedrovec v širnih platah, ki ga je bilo že izziv najti, potem pa smo morali vsi trije neudobno viseti na tem svedrovcu, kar je oteževalo spust in izvajanje vrvnih manevrov. Vmes nas je ponovno presenetil dež z ledenim vetrom, ampak k sreči ni trajalo predolgo. Celotna smer je bila neopremljena, razen spustov z zgornjega dela stene, ki so bili vsaj malo opremljeni, veliko pa smo zaradi varnosti morali dodati sami. Pod steno je bil najpomembnejši popravek najprej obuti čevlje, nato pa po dveh dneh in pol končno priti do vode in hrane! Opravili smo okoli 25 (1500 m) spustov po vrvi, saj je med spodnjim in zgornjim delom stene odsek, kjer se je možno sprehoditi. Imeli smo srečo, da se nam je pri celotnem spustu vrv zataknila samo enkrat. Ravno za čas kosila smo prispeli nazaj v bazo in se razveselili ostalih članov, ki so nas pričakovali že od prejšnjega dne.

Ko si tako oddaljen od sveta, se čas res ustavi, lahko se popolnoma posvetiš svojim željam in ciljem. Odprava je zato vsakemu ponudila edinstveno priložnost soočenja s samim seboj, kar je vsakega od nas obogatilo z novimi izkušnjami. Zahvaljujem se soplezalčema Andreju in Urhu ter vsem članom odprave za veliko novih spoznanj, predvsem pa Janezu Toniju, ki nam je odprl nov pogled na organizacijo tako številčne odprave v neznanih koncih, njene prednosti in omejitve. ●

Drevesna zgodba

Usedla se je na stopnice pred hišo, globoko vdihnila in si obula gozjarje. Gozjarji so bili njene magdalenice. Kadarkoli je skozi prste spustila rumeno-modre vezalke robustnih, a vendar udobnih usnjenih čevljev, se je v njej začel proces. Zavohala je gozdni zrak, ostro smolnato dišavo smrek in borovcev, sprhnelo zemljo, šelesteča gozdna tla in vonj vetrov, ki so pihali z gorskih grebenov nekaj kilometrov severneje. To je bil njen čas. Samo njen.

Rahlo je padalo, vendar dan ni bil puščobno siv, čemerin in hladen. Ni bil eden tistih, ko te vse mine, še preden odpreš vhodna vrata. V zraku ni bilo značilnega trohnečega vonja, ki diši po smrti. Jesen in zimo je že predihala in je bila umiranja do obisti sita. Dišalo je po novem. Kljub mokroti je narava ljubeče vabila. Od neke je nekaj svetilo, slutila pa je, da se bo sčasoma popolnoma razjasnilo. Zagledala se je v prazen prostor pred hišo, na katerega je skromno posijal ozek pramen sramežljivega marčevskega sonca.

Pred hišo, točno tam, kjer se je žarek razlil po mokri travi, je nekdaj raslo drevo. Velika in košata češnja, ki se je z listi nežno dotikala hiše in jo varovala pred žgočim soncem in ostrimi pogledi. Posadil jo je stari oče, leta nazaj, v upanju, da bo postala mogočna in rodovitna. Posadil je še druga drevesa, jablane in slive. Češnja je vse prerasla, postala največje drevo pri hiši in uživala spoštljive poglede mimoidočih ter postala del družine. Spomladi je zacvetela v belo razkošno drevo, poleti pogostila svoje ljudi s hrustljivimi sadeži in jih varovala pred puhtečo vročino. Jeseni je leno in počasi, brez velikega pompa, odvrгла vse svoje liste in se neslavno poslovila od še enega cikla rasti. Ni bila tako sijoče rumena ali globoko rdeča kot okoliški javori, samo porjavela je, odvrгла listje in utihnila do naslednje pomladi. S svojo razkošno krošnjo vejevja pa je bila tudi v kratkih zimskih dneh odlična kulisa sončnim zahodom, ki so se razlivali nad njo.

Ponoči je bila tam, ždela je kot stražar in kot vratar, ponosna, ker je bila prvo, kar so obiskovalci zagledali. Tako je nizala cikel za ciklom, leta in leta, dokler ni prišlo poletje, ki je nakazalo konec vseh ciklov. Prišlo je z zahoda, nenadoma in z vso silo. Divjalo je, dokler ni opravilo. Češnja se je dobro držala, to pač ni bil prvi vihar, ki ga je doživela. Po stari navadi se je z vsemi koreninami in koreninicami oklenila zemlje in se naredila še bolj trdno in mogočno ter čakala, da bo minilo. Tokrat ni minilo. Razgrajalo je naprej, se naselilo v vse njene koreninice in ostalo v njej kot poslednji zapis živega. Na videz močno drevo je postalo šibko. Koreninice so bile prve, ki so popustile. Niso mogle več prenašati pritiska, razprle so svoje koreninaste prstke in odnehale. Za njimi pa še malo večje, potem korenine in največje korenine. Počasi se je mogočno drevo nagnilo proti hiši. Kot bi hotelo poljubiti svojo staro

znanko, se je naslonilo nanjo in jo še zadnjič zavarovalo pred divjo igro narave. Ni ji hotelo škodovati, naslonilo se je ravno toliko, da sta drug drugemu nudila podporo.

Na prvi pogled je bilo še vedno drevo z vsemi atributi. Listi so še vedno migotali v vetru. Deblo je še vedno stalo mogočno, a vendar ne več tako pokončno. Na prvi pogled je to še vedno bilo drevo, ki straži hišo in spremlja njene prebivalce, a samo na prvi pogled. V resnici se je stara češnja že zdavnaj poslovila. Iz drevesnih žil je počasi odtekalo življenje in se vračalo nazaj v rodovitno zemljo, iz katere je prišlo. Češnja je bila le še kulisa, ki jo bo zdaj zdaj odneslo s prizorišča. In jo je. Tistega dne, ko so staro znanko, varuhinjo nočnih skrivnosti in igrivih pripetljajev malčkov, ki jih je vzela pod svojo krošnjo, po sili razmer morali pokončati z motorko, jo je objela. Še nikoli prej ni objemala dreves. Ko je slišala, da to ljudje počnejo, se je le nasmehnila in si mislila svoje. To drevo pa je bilo njeno, zato se je od njega hotela posloviti. Češnja so drug za drugim objeli tudi vsi otroci, medtem ko je njen mož ogreval mrcino, ki bo dokončala začeto delo viharja. Prizor je bil tako grotesken, da so se na koncu s solzami v očeh režali svojemu nenavadnemu obredu.

Tako se je spominjala grenko-sladkih poletnih pripetljajev, ko je soprota po stezi navkreber po gozdni poti proti svojemu rajju, za katerega ni vedel nihče. Samotna jasa z razkošnim gorskim javorjem se je raztezala odmaknjena od ključnih pohodnikov in samo izurjeno oko je opazilo komaj vidno potko, ki je skozi borov gozdiček pripeljala na obronke zelenega ovala. Rada je hodila sem gor. Stran od ljudi, stran od zunanjega sveta, ki jo je sicer ob vsakem dihu opozarjal, da mora, da se mudi, da ne sme oddahniti. Tu je samo bila. In tu so bila tudi drevesa, ki bi jih lahko ure in ure opazovala. Veselila se je srečanja s svojim starim znancem in močno je bila radovedna, če že ima poganjke, tiste zelene brstke, ki se bodo kmalu razbohotili v razkošno krošnjo. Zanimiva so se ji zdela razgaljena drevesa. Tako izpostavljena, tako vsem na očeh, brez zaščite gostega listovja, ki bi vsaj za silo prekrilo njihov pravi obraz. Drevesa je še bolj spoštovala takšna, saj kljub svoji goloti niso izgubila dostojanstva.

Dolgo je že ni bilo. Jeseni je občudovala žareče rumeno krošnjo tako dolgo, da jo je bolel vrat. Usedla se je k



deblu, se stisnila k njemu in poslušala šepetanje odmirajočih listov. Pa ravno takrat, ko umirajo, so najlepši. Intenzivna modrina neba in kičasto zelena trava, ki sta tekmovali s toplimi toni poslavljajočih se dreves, so jo takrat napolnili za nekaj mesecev. V njej so prizori tistega odmika živeli skozi dolgo brezbarvno zimo. Želela si je obiskati svoje drevo pozimi, ko je odeto v debelo belo odejo zgledalo, kot da spi, pa je bila zima tako brezvezno dolgočasna, da si je privoščila le za ščepec snega, ki ga je prehitro pobralo. Premalo, da bi uspela najti čas za izlet do skrivne jase. Zato je bil šok še toliko večji.

Katastrofo je zavohala že po nekaj metrih brezpotja. Tam, kjer bi morala biti nakazana gozdna stezica, je začelo smrdeti po nenaravnem. Mešanica kovine, nafte, izpuhov in človeškega pohlepa. Tako bi lahko opisala slutnjo, ki jo je zavonjala kmalu po tem, ko je prečila pobočje, da bi se izognila obljudenemu delu gozda. Zarila je v najstrmejši klanec gozdne strmine, da bi bila čim prej pri svojem drevesu. Bala se je. Slutnja se je uresničevala z globoko sledjo velikanske traktorske gume z verigami, ki ni obetala nič dobrega. Tam, kjer je bila še pred pol leta nedotaknjena narava, je zdaj kraljevala široka razrita gozdna cesta, posejana z ranjenimi vejami, ostanki smrečja in praznimi bencinskimi kanistri. Vmes so svoj prostor našli še cigaretni ogorki in prazne pločevinke piva.

V trenutku ji je bilo jasno, da jase ni več. Zasopla in premočena je zahlipala za svojim javorjem, do zadnjega je upala, da se je našel čuteč gozdar, ki mu je prizanesel. Zaman. Tudi njega ni bilo več. Pričakalo jo je razdejanje, ki ga ni pričakovala. Razrita, na silo utrta gozdna cesta se je nadaljevala v strmo vlako, po kateri

so svoj zadnji žalostni spreved doživela drevesa, ki so obkrožala njeno malo zatočišče. Izpod zapuščenih vej, ki niso bile vredne, da jih nekdo pospravi, so kukale prve kronice in s svojimi snežno belimi glavicami poskušale opravičiti večni krog narave. Kjer je prej raslo mogočno drevo, se je zdaj belil nizek štor, ki je v nebo vpjihoče kazal svetu svojo častljivo starost. Potrudila se je in preštela letnice. Sto triinštirideset. Več kot sto let več kot ona. Sesedla se je poleg štora, ni ji bilo mar za blatna tla in pršec, ki je še kar mokril njo in okolico. Vznemirjenost, bes in jezo je premagala žalost, ki se je vlekla še od poletja, ko so morali požagati njeno češnjo. Od nekdaj je žalovala za padlimi drevesi. Podrtimi. Posekanimi. Požaganimi. Pridružil se ji je sosedov macesen, njen otroški spremljevalec, domači bor, pa jablana, ki jo je posekal oče leta nazaj. Še vedno je pogrešala jablanove veje, ki so kukale skozi kuhinjsko okno in ji delale družbo, ko je lupila krompir in čistila solato. Večkrat se je spomnila teh svojih dreves, vendar še nikoli prej ni dojela, da nobenega od njih ne bo več nazaj. Šele ob tem štoru je spoznala nepovratno minljivost in kruto igro narave, ki da in vzame, ne glede na to, kaj si mi mislimo o njej.

Jasa je bila čudno prazna, noben žarek ni več posijal nanjo. Pomislila je na žgoče sonce, ki bo poleti prežigalo zelen razrit travnik, ki se je raztezal pred njenimi očmi. Obdajala ga je sivina in niti brstički, ki so poganjali na preživelem grmovju, je niso mogli spraviti v boljšo voljo. Tu ne bo več sence, sonce je izgubilo igrišče krošnje, skozi katero je iskalo pot in ob tem ustvarjalo čipkasto svetlobno pletenino. Pobrala se je s tiste jase, trdno odločena, da se ne vrne več. Zlomljena. Kot njena najljubša drevesa. ●

*Na videz močno drevo
je postalo šibko.
Foto Andrej Trošt*

Marta Krejan Čokl

V alpinizmu se vse prepleta

Andrej Jež

Staro se mora po vseh zakonih narave umikati novemu. Najboljša pot v napredek je izkoriščanje izkušenj in znanj starega v kombinaciji z energijo in zamislimi novega. V alpinizmu je to morda celo nuja, saj je plezalno "odraščanje" na lastno pest brez pomoči izkušenejših lahko izjemno nevarno.



Andrej Jež
Foto Marko Prezelj

Kako na vse to gleda mlajša generacija nosilcev razvoja slovenskega alpinizma? Ima enake cilje kot generacija pred njo ali pa morda išče popolnoma drugo pot? 29-letni Andrej Jež, Korošec z (že do zdaj) nekaj izjemnimi vzponi in nominacijo za zlati cepin je eden izmed tistih, ki zagotovo gradijo prihodnost alpinizma.¹

Andrej, če bi moral izbrati alpinista/-ko, katere/-ga način razmišljanja in plezanja ti je najbližje, koga bi izbral in zakaj?

Marka Twighta.² Navdušuje me predvsem njegova odločnost.

Ki se kaže ...

Odmislil je ves svet za en sam cilj. To je izredno težka odločitev, zahtevno dejanje. Ravno to njegovo moč

tako zelo občudujem. Predvsem zato, ker se človek, ki se odloči za tako skrajna dejanja ali način življenja, kakršnega ima ali je imel on, zaveda, da zaradi (take) njegove odločitve trpijo drugi, njegovi najbližji. Mislim, da nihče ni odporen proti temu, pravzaprav se mi zdi nemogoče, da kdo ne bi bil vsaj malo empatičen.

Si nekakšen samorastnik ... Najprej si živel z mamo in bratom, v zgodnjih najstniških letih pa si se preselil na kmetijo, k tujim ljudem. Takrat si začel tudi plezati, kajne? Kako ti doživljaš to empatijo, sploh ker ne izhajaš iz tipične družine? Do koga čutiš odgovornost?

Ne, plezati sem začel ... No, z gorništvom sem začel že kot otrok. Najprej smo kot družina hodili v hribe, pozneje pa me je oče peljal v eno smer v južno steno Pece. Imel sem enajst let. Smeri nikoli ne bom pozabil, saj me od tistega trenutka naprej ni zanimal noben drug šport.

Kar se tiče vpliva okoliščin, v katerih sem živel, lahko rečem, da je prevladalo tisto, kar je dobro. Mogoče se posledično v nekaterih okoliščinah zato laže odločam. Ko dojameš, da tvoja družina ni "klasična", in se spriznaš s tem, lahko s tem dejstvom narediš, kar hočeš – jadikuješ ali vzameš, kar ti življenje ponuja. Odgovornost čutim predvsem do soljudi in moj moto je: Pomagaj, če lahko, in ne škodi drugim!

Alpinizem je danes precej drugačen, kot je bil nekoč, zelo drugačen celo od tistega, kakršen je bil pred samo dvajsetimi leti. Kako gledaš na tako hitro spreminjanje te dejavnosti?

Mislim, da se alpinizem spreminja hkrati z življenjem na splošno. Dandanes ljudje veliko časa preživijo v službah, težko dobijo dopust in to se zagotovo pozna v alpinizmu, saj je tam ravno čas ključnega pomena. Zdi se mi tudi, da pretiravamo s poudarjanjem varnosti, in to čisto povsod in čisto pri vseh stvareh. Ne govorim o tem, da ne bi smeli tako zelo paziti na varnost, govorim o tem, da nekako širimo miselnost, da ne bi smeli početi ničesar, kar je nevarno – če karikiram: morali bi biti samo doma. No, tragično je,

¹ Anja Petek, Andrej Jež in Aritza Monasterio so si s prvenstveno smerjo Fango Fiesta na perujski šesttisočak Hualcan prislužili nominacijo za zlati cepin 2023. Andrejev članek o odpravi je bil objavljen v lanskem januarjem *Planinskem vestniku*.

² Ameriški plezalec, avtor knjige *Poljubi ali ubij*.

da smo v zadnjem poletju na lastni koži izkusili, da tudi doma nismo varni. Zanimivo se mi zdi tudi, da je nekaterim ljudem nevarnost v službi sprejemljiva, nevarnost v hribih pa brezglavo tveganje ali celo znak samomorilnosti.

Če je alpinizem nekoč pomenil predvsem raziskovanje, se zdi, da zdaj pogosto pomeni predvsem iskanje izzivov v vedno težjih smereh, raziskovalne komponente pa je vedno manj. Se strinjaš s tem?

Se strinjam. To je predvsem posledica časa, ki ga ima plezalec na voljo. Marsikdo gre raje preplezat nekaj, kar je poznano, ker mu vzame manj časa in je hkrati tudi varnejše, česar pri kakšni novi smeri, sploh prvenstveni, ni.

Zakaj oziroma kje se je po tvojem izgubila ta raziskovalna komponenta?

Tudi na to vprašanje moram odgovoriti enako kot prej, zdi se mi, da je razlog za to – spet – pomanjkanje časa. Dejstvo pa je tudi, da raziskovanje s sabo prinese veliko tveganja, kar je v sodobnem času za marsikoga nesprejemljivo. Na to zagotovo v veliki meri vpliva trend, ki mu sledi način življenja dandanes, ne gre ravno za posameznike in njihov pogled na alpinizem. Če hočeš biti del družbe – kar je dejansko nuja – te ta vsaj delno posrka vase. Sploh če hočeš preživeti in zraven še koga preživljati.

Kje najdeš večji izziv – v težavnosti ali odkrivanju sten, kjer še ni bilo nikogar, torej v raziskovanju?

Oboje mi je izziv. Težko bi se odločil za eno možnost. Odkrivanje neznanega ima svoj čar ravno v tem, da je neznano. Saj je že življenje samo po sebi neznanica in pri vseh ljudeh v vsej zgodovini je bilo raziskovanje gonilo razvoja, napredka. Ko raziskuješ gore, ne veš, ali ti bo narava odkrila svoje skrivnosti, ti dovolila pokukati v svoje skrite kotičke. Pri težavnosti je podobno, tam odkriš svoje lastne sposobnosti, meje – ne veš, koliko si zmožen, do kod ti bo dovolilo telo. V alpinizmu se tako in tako vse prepleta, vse, ne samo raziskovanje in težavnost. Če hočeš eno, moraš hkrati narediti še nekaj drugega ali celo veliko več drugega, da dobiš tisto eno.

Si pri tem v svoji generaciji osamljen ali je več takih, ki razmišljajo podobno?

Mislím, da nas je bolj malo, saj večina mladih dobrih alpinistov posveča čas predvsem ponavljanju težkih smeri. Zdi se mi, da večino mika tekmovalnost. Starejši razmišljajo drugače, ampak seveda niso več tako zelo dejavni.

Velik pomen pri razvoju plezalk in plezalcev imajo alpinistični odseki oziroma njihove šole. Ali bi po tvojem mnenju bilo treba tam kaj spremeniti?

Alpinistične šole so dobre. Če le želiš, lahko pridobiš veliko znanja. Težave se pojavijo v nadaljevanju, takrat ko bi moral vsak pripravnik dobiti mentorja, ki bi mu približal alpinizem, mentorjev pa ni. Tu zelo pešamo. En razlog je očiten – iz prejšnjih odgovo-



Andrej v domačih Burjakovih pečeh Foto Tomo Jeseničnik

Vrtoglava snežna strmina v švicarskih Alpah Foto Bor Levičnik





Med maroškim
nebo in skalo
Foto Anže Klarič

rov – drugi pa je velika odgovornost, ki je marsikdo noče (več) sprejeti.

Zakaj?

Že tisti, ki dandanes pride v alpinistično šolo, noče sprejeti odgovornosti, kako naj jo potem ta, ki ga vzame pod svoje okrilje? Pojavlja se vedno več groženj s tožbami, in to zaradi malenkosti. Mislim, da je to dovolj velik razlog, da alpinisti nočejo biti mentorji.

Alpinistične šole in mentorstva so prostovoljni, znesek, ki ga prispevajo tečajniki, mogoče pokrije zgolj nekaj kosov opreme, ki se uporablja pri vajah in turah in je last inštruktorjev, ali pa kakšno prenočevanje na taboru alpinistične šole. Bi se tu lahko kaj spremenilo?

Mentor naj bi predvsem pomagal razvijati alpiniste. To je že od nekdaj prostovoljna dejavnost, ki pa jo je zdaj vedno težje izvajati. Ne le zaradi (ne)sprejemanja odgovornosti, ampak tudi zaradi služb, ki so postale celodnevne, razpotegnjene čez prosti čas, vse se draži in človek si težko privoščijo vožnjo do izhodišča in celodnevno turo s tečajnikom, zvečer ga čaka pa delo. S tem da je njegova družina seveda prioriteta. Ne vem, kako bi lahko kaj spremenili ... Upam pa, da se bo, sicer bomo ostali brez mentorjev. Drži pa, da so na primer tabori, ki jih organizira PZS, odlična priložnost tako za mentorje kot mlade alpiniste. Tam se zberejo različni ljudje z različnih koncev Slovenije, stroškov je manj, izkušenj, ki jih dobijo oboji, pa ogromno.

Kot alpinistični inštruktor imaš verjetno svoj pogled na vzgojo in izobraževanje prihodnjih alpinistk in alpinistov. Kje vidiš največ pomanjkljivosti ali kaj bi najprej spremenil?

Več prakse, manj teorije, predvsem pa nekoliko bolj odgovoren in realen pogled na (ne)varnosti. Moramo se zavedati, da je alpinizem v vsakem pogledu tako ali drugače nevaren, ampak če nekomu nenehno govorimo samo o tem, ga odvrnemo od alpinizma. Da ne bo kdo razumel narobe: bistvo je, da se nevarnosti zavedamo (tako kot vsakič, ko sedemo v avto, ko pljujemo z jadrnico, ko na glavo skočimo v morje ...), hkrati pa se (na)učimo vsega, česar se lahko, da se jim izognemo. Čisto preprosto. Le tako bomo lahko doživeli vse lepote, vse prednosti, ki nam jih daje alpinizem. Ali jadrnanje ali vožnja z motorjem ...

Tvoje življenje je plezanje, časa za kaj drugega skoraj nimaš. Ampak živeti od tega za zdaj še ne moreš. S čim se preživljaš in kako usklajuješ obe področji?

To je dokaj slaba stran alpinizma, saj ti vzame veliko časa in je vzporedno težko imeti še redno službo. Večinoma delam priložnostna dela, na primer na raznih kmetijah, delo na višini, vodovodno inštalaterstvo in podobno.

Čemu si se moral odpovedati, da lahko počneš, kar počneš najraje?

Predvsem sem se moral sprijazniti, da razkošja ne bo in da je skromnost tista, ki mora biti samoumevna. Hm, žal to marsikdaj povzroči tudi težave v partnerskih odnosih.

Da, ta tema je pogosto tabu. Bi mogoče vseeno povedal kaj več o tem?

Partnerski odnosi trpijo v vseh pogledih, če si aktiven alpinist, sploh če se partner ne ukvarja s tem. Partner je dejansko zapostavljen, kar je zelo nepošteno do njega. Ampak drugače res ne gre. Partner mora biti dovolj samostojen in mora tak način življenja sprejeti, sicer zveza ne zdrži. Zelo pomembno je tudi zaupanje, brez tega ni nič. Alpinisti smo menda sebični ... Ampak ali je izpolnjevanje lastnih želja res sebičnost? Si sebičen, če te tvoje dejavnosti izpopolnjujejo? Ali ta sebičnost v odnosu do drugega obstaja, če te oseba, ki postane tvoj življenjski sopotnik oz. sopotnica, takega spozna?

In če se oba ukvarjata se tem?

V vsakem primeru so prednosti in slabosti. Težava pri podobno mislečih je lahko raven plezanja ali različen pogled na alpinizem. Na primer potovanja, ki so del alpinizma, je težko uskladiti s partnerjem, ki ga plezanje v gorah ne zanima.

Verjetno si želiš živeti zgolj od plezanja?

To so moje sanje, da.

Kako bi jih lahko uresničil?

Pravzaprav še ne vem. In to me zelo jezi. En način je zagotovo, da postanem gorski vodnik, ampak to pomeni manj plezanja "za dušo". Priznam, da me

celo malo skrbi, da bi tak poklic spremenil moj zdajšnji pogled na alpinizem, bojim se namreč, da bi bila sprememba slaba, ne dobra. Če imaš še družino, je to najbrž blazno težko usklajevati.

Na ravni, na kateri plezaš, je težko ostati, če temu nisi zares podrejen. Koliko časa porabiš za treninge in kaj vse počneš?

Bolj ali manj treniram vsak dan. Veliko časa preživim v plezališčih ali na umetni plezalni steni, kar kombiniram s tekom ali hojo na okoliške vrhove. Tako ali drugače treniram tri do štiri ure dnevno. Že jutro začnem z raztezanjem ...

Opraviš si že lepo število vrhunskih vzponov zavidljive težavnosti, preplezal veliko prvenstvenih smeri, bil udeleženec SMAR (Slovenska mladinska alpinistična reprezentanca). Kje in v čem iščeš izzive v prihodnosti?

Največji izzivi so nove smeri in neznana območja in enako velja za prihodnost, saj je to razvoj, napredek. Z vsako novo izkušnjo si pripravljen sprejeti več neznank, saj z njimi rasteš, se razvijaš, postanejo ti domače ...

Že nekaj let si načelnik AK Črna na Koroškem, nimaš pa še niti trideset let. Prezgodaj, ravno ob pravem času? Kako to, da si se odločil za ta korak, ki nedvomno prinaša veliko odgovornost?

Načelnik sem postal že pri dvaindvajsetih, kar je zagotovo prekmalu, vendar ni bilo druge možnosti, saj je vedno manj ljudi, ki so pripravljeni sprejeti tako ne-

hvaležno delo. Sprejemanje odgovornosti je zagotovo eno od najbolj nevhvaležnih del, potem je birokracija, ki je vedno več, mi pa jo vedno manj maramo. Za kakovostno delo se porabi veliko časa. V malih klubih se to pozna še bolj kot v večjih – manj je ljudi, manj je možnosti najti koga, ki bi sprejel kako zadolžitev. Dobro bi bilo, da bi bili mandati omejeni, ker imamo različni ljudje različne poglede, znanje ... Mislim pa, da je naš klub dobro organiziran, kar dobra ekipa se je sestavila.

V katero smer se bo po tvojem mnenju razvijal alpinizem v Sloveniji in v katero bi se moral, če sklepaš po sebi in svojih pričanjih?

Upam, da bodo starejše generacije vzele pod okrilje mlade vsaj toliko, da prebijejo led, da bodo lahko pot nadaljevale same. Se mi pa zdi, da ni tako zelo malo mladih, ki stremijo k temu, da bi postali dobri alpinisti. Le bojim se, da je trenutno način življenja tako naravnan, da se nam niti svita ne, kako bi se lahko to spremenilo. Že sam pojem varnosti zlorabljam, ko ga povezujemo z denarjem. Radi poudarjamo varnost, kar je seveda nujno in prav, narobe pa je, da že ob sami misli na nesrečo – te se žal pač dogajajo – marsikdo takoj pomisli na priložnost, da bi dobil denar. To se seveda nanaša na grožnje s tožbami, ki sem jih že omenil.

Bi se, če bi se lahko odločil še enkrat, o svoji alpinistični karieri odločil drugače?

Ne. ○

*Plezanje v francoskih Alpah, Aiguille du Dru
Foto Borut Demšar*



Dušan Polajnar

Novi znak ZGVS z letnico 1877

Simon Pintar, naš prvi vodnik z licenco

Na novem znaku Združenja gorskih vodnikov Slovenije (ZGVS) iz leta 2016, ki je delo gorskega vodnika Danila Cedilnika – Dena, je na spodnjem delu napis "od leta 1877". V zapisu o gorskem vodništvu v Sloveniji, ki ga je pripravil gorski vodnik (GV) Janez Duhovnik, je navedeno: "Prvi vodnik, ki je pri nas dobil vodniško knjižico, je bil Simon Pintar iz Mojstrane."

Nekaj časa me je gnala radovednost, da bi kot GV in domačin prišel do kaj več podatkov o Simonu Pintarju. Zadnja spodbuda je bilo predavanje zgodovinarke Marije Mojce Peternel, domačinke z Dovjega, ki je predstavila knjigo o delovanju Kranjske sekcije Nemško-avstrijskega planinskega društva (DÖAV) in opisala prvi vodniški tečaj pri nas leta 1894 v Mojstrani. Priimek Pintar mi ni zvenel domače, bolj bi šel v ušesa pri nas pogosti Pintar, kar se je izkazalo kot pravilno. Pri pregledu cerkvenih matičnih knjig sem ugotovil, da se je Pintar rodil v župniji Kranjska Gora. Upoštevati je treba različno zapisovanje imen, priimkov in krajev. Velikokrat so jih župniki zapisali po posluhu in to pojasnilo je verjetno tudi za Pintarja, ki ima v različnih dokumentih zapis v eni ali drugi obliki. V matičnih knjigah je navedeno Simon Pintar; v knjigi faranov Šimen Pintar; Agrarna skupnost Dovje - Mojstrana, nadrobna delitev (10/1893) Šimon Pintar; objava gorskih vodnikov DÖAV za leto 1882 in 1884 Simon Pinter ter v knjigi *Triglav gora in simbol* Simon Pintar.

Simon Pintar se je rodil 21. oktobra 1830 v kraju Gozd 36 pri Klemenjaku, župnija Kranjska Gora. Danes je

to hišna številka Belca 33 (Podkuže). Poročil se je z Ano Zima, stanovala sta v Mojstrani 51, pri Preckinu. Žena Ana mu je leta 1860 umrla, zato se je naslednjega leta poročil z Mino Dolžan iz Mojstrane.

Našega prvega gorskega vodnika Simona Pintarja je opisal v *Planinskem vestniku* št. 2, 1944 Josip Tominešek, kateremu se moramo zahvaliti, da je prepisal in objavil njegovo vodniško knjižico št. 1, ki jo je izdalo dne 20. marca 1877 okrajno glavarstvo v Radovljici. Glasila se je na Simona Pinterja (po domače Preckin), kočarja v Mojstrani, hišna št. 51, rojenemu 1. 1830, oženjenemu poljskemu delavcu, s pripombo, da govori slovenski in nemški. Bil je tudi cerkvenik in sosed znane gostilne Šmerc.

Knjižica vsebuje v nemškem, slovenskem in francoskem jeziku "red za gorske voditelje na Kranjskem" (Bergführerordnung für Krain — Reglement des guides par les montagnes Carnioles), s pripombo, da je usposobljen za ture na Triglav, Kepo, Stenar in Rožco (Terglou, Mittagskogel, Stajnar, Rosca). Navedene so tudi tedanje vodniške tarife: Iz Mojstrane na Triglav 5 gld. 50 krajcarjev, s sestopom v Bohinj 7 gld.; na Kepo, Stenar ali na Rožco po 3 gld.; za druge ture

Hiša, v kateri je živel Simon Pintar v Mojstrani (pri Preckin) na desni, levo gostilna Šmerc. Foto Dušan Polajnar



dnevno 2 gld. 50 kr. Pri vseh turah je vodnik dolžan, da se prehranjuje na svoje stroške. Prazni prostor v knjigi pa je bil določen za priporočila in mnenja, ki so jih vpisali turisti vodniku za izvršene ture.

Izmed vpisov je en slovenski, en hrvaški, vsi drugi so nemški:

1. "Mojstrana, dne 1. avg. 1877. Podpisanec se je danes povzpел na Triglav. Dne 29. sept. ob treh popoldne smo odrinili z Dovjega in smo šli v Krmo (4 ure) do ovčjega stanu, kjer smo prenočili. Zjutraj ob 2. uri smo stan zapustili in smo dospeli ob 1/2 na vrh Triglava. Imetnik te knjižice se vsakemu turistu najbolje priporoča." Podpis Kari Stedefeld, član sekcije Praga nemškoavstr. planinskega društva."

2. "Podpisanci so dne 8. avg. 1877 polezli na Rožco. Vodnik Pinter jih je vodil v popolno zadovoljnost." Podpisi: Pirker, Skaberne, Fr. Krašan, Krob (?).

3. "Podpisanca sta 28. avg. 1877 srečno dospela na najvišji vrh Triglava in izrekata najlepšo zahvalo vrlemu, izbornemu vodniku Pinterju. Razgled je bil krasen. Odstopili smo v Bohinj na Srednjo vas. Tega sestopa pa nikomur ne nasvetujeva, ampak priporočava povratek v Mojstrano." Podpis: Louis Vallant — Celje, Krieger — Ljubljana.

4. Brez datuma, pa vsekakor iz l. 1877. "Podpisanci so z vodnikom Simonom Pinterjem šli skozi Vrata na prelaz Luknjo in so od tam sestopili v Trento. Z vodnikom so bili prav zadovoljni." Podpisi: V. Hansel, Jos. Priesel, Ernst Holzer.

5. (V slovenskem jeziku.) Dobesedno: "Podpisana dva sta dne 13. septembra (1877) na najvišji verhunc Triglavov srečno dospela, za kar priserčno zahvalo izrekata izverstnemu ter vseskozi poštenemu vodniku Šimnu Pintarju, katerega vsakemu obiskalcu Triglava verlo priporočata." A. Dolinar, prefekt v Alojznici v Ljubljani, S. Elbert, Quintaner.

6. "Podpisanca sta pričela dne 13. septembra 1877 turo skozi Krmo ob 12. opoldne in sta prišla ob 3/4 na 7 v Triglavsko kočo Planinskega društva, kjer sta prenočila. Po 1 in 1/2 urnem plezanju sta prišla na vrh Velikega Triglava. Močan vihar. Čez nekaj časa se panorama tako



Novi znak
 Združenja
 gorskih
 vodnikov
 Slovenije
 Foto Dušan
 Polajnar

razvedri, da smo uživali najkrasnejši razgled. Vodnik Simon Pinter se sme vsakomur najbolje priporočiti, ne samo zaradi njegove previdnosti, ampak tudi zaradi voljnosti, s katero naju je, dasi je bil vsled ture, ki jo je z dvema drugima turistoma istega dne na Triglav izvršil, utrujen, vendar nama kazal pot na isti vrh in nama v vsakem oziru bil na uslugo." Podpis: Emil Bock, stud. med. in Dr. Johann Schiffir k. k. Oberarzt.

V nadaljevanju je okrajno glavarstvo v Radovljici 17. maja 1878 veljavnost knjižice potrdilo za leto 1878. Za to leto sta zapisani samo dve turi.

7. "Dne 8. sept. 1878 nas je peljal vodnik Pinter na vrh Triglava. Mi potrjujemo njegove vrline kot vodnika in priporočamo manj spretnim plezačem zlasti njegovo pomoč pri precej težavnem odstopu preko Grebena." Podpisi: Hermann Wallnorfer (?), D. Oe. A. V. Julius Krinninger (?), Gross Eduard, Oe. T. C.

8. "Simon Pinter me je peljal z mojo soprogo Katarino, za katero je še posebej skrbel Ivan Klančnik, dne 17. sept. 1878 na Veliki Triglav. Sigurnost, ki jo povzroča njegovo spremstvo, spretnost, s katero on na težavnih mestih podpira turista, in skrbnost, ki se ž njo posveča tej dolžnosti, upravičujejo, da se mu izda spričevalo vrlega in zanesljivega vodnika. Prav vesel me, da morem to izreči. Dr. Franc Hiebler, odvetnik iz Gradca."



Znamenita gostilna Šmerc v času, ko se je naša planinska zgodovina še ustvarjala.
 Foto Fran Pavlin, razglednica iz leta 1914

Za leto 1879 so zapisane naslednje ture.

9. "Dne 20. julija 1879 sva šla jaz in moja sestra Netti z vodnikom Simonom Pinterjem, ki se je jako dobro izkazal, čez prelaz Luknjo v Trento. Blizu prelaza je bila zaradi debelega in mestoma trdega snega potrebna velika previdnost. Vendar smo partijo srečno končali. V Trenti (gostilna Parmotta – verjetno Pri Moti, op. ur.) naju je zapustil vodnik. Ta tura se zaradi divje scenerije zelo priporoča." Podpis: A. Kremžar z Dunaja.

10. "Bohinjska Bistrica 16. avg. 1879. Podpisani so z vodnikom Pinterjem polezli na Veliki Triglav. Dostop iz Mojstrane čez Krmo dne 15. avg. Prenočišče v koči. Odstop čez Belo polje, Toško planino v Srednjo vas. Imenovanega vodnika priporočamo kot v vsakem oziru zanesljivega, postrežljivega in vztrajnega moža." Podpis: Edmund Graf, podpredsednik Ö. T. C., Ludwig Kremmann, Johann Strauss.

11. "Dne 28. avg. 1879 sem odrinil z vodnikom Pinterjem ob ¼ na 3 popoldne z Mojstrane v kočo in 29. avg. zjutraj ob ¼ na 4 sem šel na vrh Triglava. Z vodnikom sem bil zelo zadovoljen in ga vsakomur priporočam kot skrbnega in pozornega." Podpis: Edmund Müller z Dunaja.

12. "Na dobro srečo! Skupno s svojo sestro Netko iz Ljubljane sem se z vodnikom Simonom Pinterjem popel na Triglav. Na Veliki Triglav smo splezali dne 17. julija ob ½ 6. uri ob sila neugodnih snežnih razmerah in pri hudem mrazu. A zrak je bil popolnoma čist. Prehod z Malega na Veliki Triglav je bil mestoma zelo nevaren in bi vsi pomisleki pri tej turi pač odpadli, ko bi sekcija Ljubljana na tem mestu potegnila žice. Koča je zanemarjena, malenkostna zaloga drv je vzrok, da vsakomur upade pogum pri kurjavi. Sicer še pripomnim, da je moja sestra zajedno z menoj splezala na vrh in da za vse to jamčiva jaz in vodnik." Dovje, 19. sept. 1879. A. Kremžar, magistratni koncipist z Dunaja. Netti Kremžar iz Ljubljane.

13. "1880. Vodnik Simon Pinter naju je peljal 29. in 30. julija 1880 iz Mojstrane čez prelaz Luknjo in po Soči v Bovec. Izkazal se je kot vrl in več mož, ki se more vsakomur priporočiti. Manj priporočljiva je navedena tura, osobito žalostna puščava grušča, ki se razteza od Soče do Bovca." A. Oehme, inženir, Musy, inženir z Dunaja.

14. "Vodnik Pinter naju je peljal 21. avg. 1880 iz Mojstrane v triglavsko kočo (Triglav-Hütte). Megla. Dne 22. ob 9 sva odšla v Srednjo vas, kamor sva prišla ob 7 zvečer." Hermann Schlegel in Leopold Ehret, Monakovo."

15. "Vodja Pinter vodilo je me od Mojstrane na Triglav dne 4. rujna 1880 i preko Kredarce u Vrata. Vodja se svakomu preporuča." Dr. Vinko Dvorak iz Zagreba.

16. "6. sept. 1880 vodnik Pinter naju je peljal skozi Krmo na vrh Triglava. Odstop skozi dolino Sedmerih jezer v Bohinj. Vodnik Pinter je odličen in zanesljiv človek, vljudnega vedenja in hvalevredne skromnosti." Podpis: C. Biedermann, Ö. T. C. in D. Ö. A. V., Leopold Erlinger, Ö. T. C. z Dunaja.

17. "Dne 20. in 21. julija 1881 nas je spremljal Simon Pinter kot nosač (vodnik je bil Skumavec) skozi Luknjo v Trento in čez Mojstrovkin prelaz v Kranjsko Goro. Dne 24. julija smo šli s Pinterjem kot vodnikom do Marije Terezije koč, dne 25. na vrh Velkega Triglava in preko doline Sedmerih jezer k Franc Ferdinandovi koči. Dne 26. čez steno Komarče k slapu Savice in po Bohinju na Bled. Dne 27. julija z Bleda čez dolino Radovne v Mojstrano. Pinter se mora v vsakem oziru najbolje priporočati." Podpis: Matilda Moth, hči dvornega svetnika z Dunaja. Ö. T. C.

18. Dva turista, Moritz Schmidt in Eugen Brietze, oba z Dunaja, priporočata, ne da bi označila posebej svoje ture, dne 5. sept. 1881 Pinterja kot zanesljivega in večjega vodnika.

S tem je bila knjižica do zadnje strani popisana.

O Simonu Pintarju lahko preberemo, da je bil zanesljiv, več vodenja, potrpežljiv, pošten, spreten in vztrajen gorski vodnik. V enem od zapisov je omenjena tudi njegova skromnost. Imeti je moral še druge lastnosti, ki so pretehtale odločitev okrajnega glavarstva v Radovljici, da so mu izdali vodniško knjižico s številko ena. O tem bo mogoče več znanega ob podrobnejšem pregledovanju arhivskih dokumentov tistega obdobja.

Simon Pintar je umrl 27. aprila 1907, vzrok smrti je bila jetika. Dva dni pozneje je bil pokopan, obred je opravil dovški župnik Jakob Aljaž.

V Mojstrani smo lahko ponosni, da poleg vodnika Janeza Koširja, ki je prvi dokumentirano preplezal Triglavsko severno steno, ohranjamo tudi spomin na Simona Pintarja, našega prvega gorskega vodnika s potrjeno licenco.¹ ●

Viri

Janez Duhovnik: 10 let Združenja gorskih vodnikov Slovenije (1993–2003)

Marija Mojca Peternel: Knjige za gorohodce. Prvi planinski vodniki na Slovenskem. 2020.

Zbornik ob 80-letnici PD Dovje Mojstrana. 2008.

Nadškofijski arhiv Ljubljana

Virtualna arhivska čitalnica VAC

Mittheilungen des DÖAV. 8/1882. str. 184 in 10/1884. str. 256.

Evgen Lovšin, Stanko Hribar, Miha Potočnik: Triglav gora in simbol. 1979.

Dr. Josip Tominšek: Gorski vodnik Simon Pinter. Planinski vestnik 2/1944.

Robert Rot: Od robatega gorjana ... do mednarodnega gorskega vodnika. PV 6/2020.

Nemški in avstrijski planinski klub & "Sekcija Krain" v Ljubljani 1874 do 1901

Zahvala za pomoč Francu Juvan, Mariji Mojci Peternel in Dušanu Škodiču.

¹ Janez Košir (1888–1943) je 22. avgusta 1908 kot prvi dokumentirano izpričani Slovenec preplezal Triglavsko severno steno kot soplezalec nemških alpinistov F. Zimmera in G. Jahna po Nemški smeri. Devetnajstletni Košir je takrat sodeloval pri iskanju ponesrečenega alpinista Wagnerja. Čeprav priznavamo prvi vzpon čez Steno trentarskemu lovcu Ivanu Bergincu leta 1890, pa njegov vzpon ni dokumentiran. Na temo prvega slovenskega vzpona čez Steno je pisal Stanko Klinar v članku *90 let slovenskega vzpona čez Steno*, Planinski vestnik 12/1997.

Tudi o koči na Polhograjski Grmadi

Koča kratke sape

Na prelomu stoletja je Slovensko planinsko društvo (SPD) prvič presešlo tisoč članov, "pod streho" pa je imelo tudi več koč in zavetišč. Število objektov, ki jih je imelo SPD v lasti, je bilo pomembno. Treba je bilo nadoknaditi zaostanek za nemškimi sekcijami in naši planinci so bili v prvem desetletju pri gradnji koč neverjetno zagnani.

Deset let po ustanovitvi je SPD že imelo na voljo petnajst planinskih koč, tri zavetišča in en bivak. To je pomenilo, da so "naši" v trudu za slovenski obraz gora že krepko vodili, saj so Nemci premogli pol manj planinskih koč. Na račun takšne količine pa je po pričakovanju trpela kakovost. Večina novih slovenskih koč je bila v primerjavi z nemškimi neprimerljiva. SPD so očitali prizadevanje, da bi rado z malo dela naredilo velik vtis. Janko Mlakar je v spominih ob šestdeseti obletnici slovenskega planinstva zapisal, da so: "Alpenvereinovci radi očitali SPD, da ne zna drugega, kakor postavljati konkurenčne koč, v katere pa morajo slovenski turisti hoditi po nemških potih. V tem oziru jih je največ preslišal ravno Aljaž. Najbolj nerodno pri vsej tej zadevi pa je bilo to, da so Nemci imeli glede poti prav."

Ob desetletnici, leta 1903, je SPD imelo na seznamu (v *Planinskem vestniku* se je ta pojavil pod arhaičnim naslovom *Razkaz imovine Slovenskega planinskega društva*, op. a.), naslednje koč in zavetišča:

Orožnova koča na Črni prsti
Triglavsko koča na Kredarici
Vodnikova koča na Velem polju
Aljaževa koča v Vratih
Kocbekova koča na Molički planini
Mozirska koča na Golteh
Gornjegrajska koča na Menini planini
Koča na Rodici
Koča na Boču
Hausenbichlerjeva koča na Mrzlici
Češka koča na Ravneh
Trillerjeva koča na Krnu
Tomčeva koča na Begunjšnici
Koča na Lisci
Lučka koča
Zavetišče v Planici
Zavetišče na Polhograjski Grmadi
K impozantnemu popisu so v prvih letih pri SPD radi dodajali še Aljažev stolp kot bivak v sili in umetno narejeno votlino pod vrhom Triglava, Staničevo zavetišče.



Koča SPD pod vrhom Polhograjske Grmade. Foto Anton Gregorec



Mesto koč na Polhograjski Grmadi Foto Dušan Škodič

Očitki Nemcev so bili utemeljeni. Kot sebi konkurenčne koč (grajene po vzoru Nemško-avstrijskega Alpenvereina, DÖAV) so Slovencem priznavali Orožnovo koč (opremljena, brez provianta), Triglavsko



Gornjegrajska koča – Oberburger-Mühle, 1490 m

Gornjegrajska koča na Menini planini Vir Europeana



Jurkova koča na Lisci Vir Kamra.si



Lučka koča
Vir Wikimedia

kočo na Kredarici (oskrbovana), Vodnikovo kočo (opremljena, brez provianta), Kocbekovo kočo (oskrbovana) in Česko kočo (oskrbovana). Kmalu je zaradi porasta obiskovalcev tudi večina neoskrbovanih koč dobila zaloge hrane in pijače, ki so se načeloma do konca sezone porabile ali odnesle v dolino, saj so bili vlomi v koče v tistem času pogost pojav.

Oskrba s hrano in pijačo v oskrbovanih kočah je bila tako kot v nemških urejena po Pottovem sistemu.¹ V neoskrbovanih kočah je temeljila le na obstojnih živilih, torej raznih konzervah ter po navadi vinu in pivu. Pred poletno sezono leta 1895, so na primer planincem najavili, da jim bo v Orožnovi koči na voljo vrhniško pivo, črno istrsko vino v pollitrskih steklenicah, konzerviran srbski džuveč in juha maggi, najverjetneje pa so ponudbo pozneje še dopolnili.

Vse ostale koče na popisu so bile pretežno manjše lesene barake oziroma brunarice s tlorisom okoli 4 x 4 ali 5 x 5 metrov, s skromno opremo (miza, klop, nekatere večje so imele tudi kakšen pograd in zasilno kuhinjo). Veliko jih je po nekaj letih propadlo ali so jih pozneje nadomestile novogradnje.

Takšne male koče, mnogokrat dimenzionirane kar glede na dolžino dobavljenih smrekovih plohov, so planincem ponujale minimalno zavetje, njihov poglobitni pomen pa je bil kajpak predvsem kljubovanje nemški navzočnosti v gorah. Podporniki Alpenvereina so se zaradi tega radi ponorčevali iz nepremičnin SPD, kakšna razgreta glava, ki se je lotila koče celo fizično, pa se je našla tudi na neslovanski strani planinstva na Kranjskem. Primer je Gornjegrajska koča na Menini planini, ki so jo nepridipravi poškodovali in pomazali z barvo še pred napovedanim svečanim odprtjem. Ta koča je bila za spremembo še kar prostorna brunarica z merami 5 x 5 metrov, železnim ognjiščem in podstrešno mansardico, kjer je bilo nekaj slamnatih ležišč, na voljo pa je bilo tudi nekaj jušnih konzerv in pivo. Denar za proviant se je pušcal, tako kot je bilo v navadi v neoskrbovanih kočah, v posebni pušici, plačilo pa je temeljilo na zupanju. Gornjegrajska koča ni imela sreče, saj je bila pozneje večkrat tarča raznih vandalizmov, dokler ni bila leta 1920 namerno požgana. Krivcev menda niso nikoli našli, možno pa, da je šlo za stare zamere med "našimi in vašimi", saj je bilo Celje z okolico znano kot temelj spodnještajerskega nemštva, ki ga je izdatno podpihoval celjski nemški časopis *Deutsche Wacht* (Nemška straža).

Leta 1902 je bilo zgrajeno tudi manjše zavetišče na Polhograjski Grmadi. Zanj danes ve le malokdo, pa tudi predstavljati si ga je težko na malem koničastem vrhu, ki ga radi obiskujejo pohodniki iz vse ljubljanske okolice. Skromna fotografija, ki jo je na dan odprtja 26. oktobra 1902 posnel znani planinec in amaterski fotograf Anton Gregorec, priča o mali kočici, ki je bila ugnezdjena v sedelcu, kakšnih 20 metrov pod vrhom, kjer sta danes dve klopci. Zavetišče je bilo res skromnih mer, saj je bilo štiri metre dolgo in le dva metra široko. V notranjosti je od opreme premoglo mizo in klopi, vhodna vrata pa so bila nizka, da se je bilo treba med vstopanjem kljub veliki skromnosti objekta prav ponižno prikloniti. Vreme je bilo na dan odprtja prav oktobrsko žalostno. Kljub slabemu vremenu na foto-

¹ M. M. Peternel. Zanimivosti iz zgodovine Kranjske sekcije. *Planinski vestnik* 10/2022.

grafiji vidimo več deset, po tedanji modi opravljenih planincev. Tik nad vhodom v kočico je nameščena manjša tabla, na kateri piše, da je objekt last Slovenskega planinskega društva, na slemenu pa plapolata slovenska trobojnica. Prepoznati je mogoče tudi oba svečana govornika, na tleh v sredini sedi prvi načelnik SPD Fran Orožen, desno od njega pa njegov naslednik, mladi Fran Tominšek. Kot je poročal Slovenski narod, se je odprtja udeležilo okoli 70 ljudi, ki so se proti Grmadi odpravili z vlakom iz Ljubljane do Medvod in čez Sv. Katarino ali tisti z gorenjskega od Škofje Loke čez Tošč na vrh, kamor so prispeli do 12. ure. Vse poti so bile za to priložnost na novo markirane.

Kot sta poročala govornika, je SPD na Grmadi kupilo zemljišče leto pred postavitvijo, naredil pa ga je posestnik in tesar Janez Dobnikar iz Topola – Sv. Katarine. Grmado opišeta kot goro z zanimivo naravno vegetacijo, razmeroma nizko nadmorsko višino, a precej izpostavljenimi in skalnatimi pobočji, kar ji daje pridih visokogorja, zato naj bi bila za obisk primerna predvsem spomladi in poleti, ko je v visokogorju še sneg. Zaradi omenjenih karakteristik, naj bi Grmada predstavljala primerno območje za izobraževanje in urjenje mladih planincev in začetnikov ... Članek v *Planinskem vestniku* je vzneseno domoljubno razpredal tudi o pomenu kočice, ki bo pomagala ohraniti posest SPD v Polhograjskih hribih. "In ko diči sedaj vrh (Grmade) še prijazno zavetišče, ni dvoma, da postane še popularnejša, uspeh pa bo, da vzklije ljubezen do hribov v čim širših krogih, saj je predobro znano, s kakšno močjo da objame in prešine planinstvo vsakogar, kdor je že okusil čarobni njegov sad."

Dan pozneje je o dogodku poročal tudi ljubljanski nemški časopis *Laibacher Zeitung*. Verjetno je bil na dogodku prisoten kdo od njegovih dopisnikov, saj sporoča, da je bilo med 70 udeleženci okoli 50 Ljubljancev. Omenja tudi pevce, ki so zapeli nekaj pesmi, ki so bile sprejete z velikim odobravanjem, na koncu pa, da je znani amaterski fotograf posnel skupinski posnetek. Pozneje se je pri Sveti Katarini razvilo veselo vzdušje in proti večeru so se izletniki vrnili v mesto zelo zadovoljni, čeprav jih je neprijazno vreme prikrajšalo za razglede. Kratek članek v *Laibacherici* je napisan popolnoma nacionalno nevtralnno, saj se niti s črko ne obregne čez SPD, kar je za tisti čas kar presenetljivo. Kljub temu pa tako kot v primeru Gornjegrajske kočice ni šlo brez nestrpnih izpadov. *Vestnik* je naslednje poletje poročal, da je bilo zavetišče tarča ljubljansko-nemškega vandalizma, potrgane so bile oznake in nekateri kačipotji, miza vržena v dolino in notranjost ponečedena. Neznani "pristni ljubljanski Germaniči" so bili seveda ovadeni oblastem, z malim zavetiščem, ki je nekaj časa bogatilo nepremičninsko posest SPD, pa je najverjetneje opravila kar sama narava.

Za razliko od pločevine na Aljaževem stolpu, za katero je župnik načelniku Kranjske sekcije trdil, da se zaradi nje ni vredno vznemirjati, ker jo bo v nekaj letih snedla rja, so bile smrekove deske na Grmadi v resnici kratke sape. Pet let po postavitvi je namreč



Mozirska kočica Arhiv PV



Odprtje Hausenbichlerjeve kočice na Mrzlici, 28. septembra 1899. Vir Kamra.si



Kranjska sekcija na srečanju predstavnikov nemških planinskih sekcij na Jesenicah poročala, da je marsikatera slovenska kočica, ki so jo sicer odprli z velikim pompom, že v kratkem času propadla, med njimi kočica na Krnu, zavetišče v Planici in omenjena kočica na Polhograjski Grmadi, še vedno pa so vrisane na planinskih zemljevidih. ●

Zavetišče v Planici
Vir PD Radovljica

Kako do varnejše hoje v gorah

Delavnice na sejmu Alpe-Adria

Kdor bo šel na Sv. Primoža ali Šmarno goro, s seboj ne bo nosil čelade ali kompleta za samovarovanje.
Foto Oton Naglost

Za ilustracijo in začetek dva primera nepotrebnih nezgod. Francoski državljani se je sredi novembra odpravil na Triglav. Se je pozanimal o razmerah, kakšen motiv je imel? Kaže, da ni računal na to, da je v hribih že zima, krajši dan in da bo potreboval primerno opremo. Njegova obutev je bila vse prej kot primerna. Prenočevanje na prostem je plačal z ozeblinami. Imel je popolnoma napačno predstavo o Triglavu, sicer se ne bi v snegu, ledu in brez prave opreme podal na nanj.

Skupino belgijskih skavtov, starih od deset do triindvajset let, je med vzponom na Kriško goro doletela huda ura. Med bežanjem po poti se so izogibali padajočim vejam in podrtim drevesom. Razen enega, ki si je zlomil stegenico, so jo dobro odnesli. Niso vedeli, da je za tisti dan napovedano hudo neurje z močnim vetrom, ki je v dolini odkrival strehe in v višjih legah podiral drevesa.

Prenočevanje na prostem je plačal z ozeblinami.
Foto Janez Javoršek

Obema primeroma je skupna popolnoma napačna predstava o svetu, v katerega so se podali; niti pomislili niso, da morda niso zadostno pripravljeni in opremljeni. So prizadeti vedno sami krivi za svoje nezgode ali bi morda v Sloveniji lahko izboljšali sistem obveščanja o vremenu, razmerah v gorah in uvedli svetovanje, kako varneje v gore? In prav o tem, kako povečati varnost v gorah, so govorili na letošnji delavnici.

V drugem delu posveta o varnejši hoji v gore in o perečih zadevah na področju preventive so na posvetu o izzivih turizma v okviru sejma Alpe-Adria govorili Klemen Belhar, podpredsednik Gorske reševalne zveze Slovenije, Matjaž Šerkezi, sodelavec Planinske zveze Slovenije (PZS) za preventivo in usposabljanje, Matej Planko, vodja odbora za usposabljanje in preventivo PZS, Dušan Prašnikar, Gospodarska komisija PZS, Andrej Stritar, urednik kartografije PZS, Matej Kandare, GIZ Slovenia Outdoor, Damjan Omerzu, generalni sekretar PZS in Tadej Debevec, predsednik tehnične komisije Zveze gorskih vodnikov Slovenije.

Preventiva na področju varnosti je tek na dolge proge

Tuje turiste, ki se zanimajo za izlet v gore, je treba povprašati o cilju, izkušnosti, psihofizični pripravljenosti



in kilometrini gibanja v gorah. Večinoma se poudarja opremo in obutev, malokdo opozarja na hrano in pijačo, ki prideta zelo prav, ko se tura iz nepredvidene razloga podaljša, včasih tudi v noč! In smo pri čelni svetilki. Vremenska napoved bi morala biti vsaj še v angleščini. Da ne bi ostala sama sebi namen, bi morali o njej obveščati v turističnoinformacijskih centrih, hotelih, penzionih, zasebnih sobah itd. Vsekakor je vremensko informiranje za tuje turiste treba izboljšati! Pravočasno obveščanje in preventiva na področju varnosti sta ključnega pomena za zmanjšanje števila nesreč. Planinskih turistov bo vedno več, Gospodarsko interesno združenje Slovenia Outdoor je leta 2023 zabeležilo 3,1 milijona klikov iz tujine na Slovenijo. Sistem Ourdooractive ima 14 milijonov članov, predvsem iz Nemčije, Avstrije, Švice. Od tam pride veliko obiskovalcev, zdaj že tudi z angleškega in francosko govorečega trga. Kot skupnost moramo biti na to pripravljeni in se primerno odzvati. Turizem je pomembna gospodarska panoga, nesreče so pa strošek za državo in posledično za nas vse.

PZS skrbi za celotno strukturo, planinske koče in poti, podaja vsebine o varnosti v gorah za planince in turiste. Govorimo, kako varneje v gore, in ne popolnoma varno, kajti stoočstotne varnosti ni. Konec koncev pa v planinarjenju mora biti malce adrenalina, sicer ne bi bilo tako privlačno. Temeljne informacije, ki jih turistični delavci potrebujejo, so na voljo na spletni strani varneje.pzs.si, namenjene pa so predvsem začetnikom.

Kdor bo šel na Sv. Primoža ali Šmarno goro, s seboj ne bo nosil čelade ali kompleta za samovarovanje. Toda skupno vsem, ne glede na cilj, je: manjši nahrbtnik, brezalkoholna tekočina, kapa, rokavice, prva pomoč, čelna svetilka. Gorski reševalci se najpogosteje srečajo s takole situacijo: ljudje gredo na primer na Šmarno goro, srečajo prijatelja, se zaklepetajo in pozabijo, da se pozimi hitreje stemni. Svetijo si z mobilnim telefonom, dokler ne zmanjka baterije, nato pokličejo 112 ... Ture so razdeljene v tri skupine: krajši izlet na bližnje vrhove, nekajurni izlet, celodnevni in večdnevni planinski izlet.

Na spletni strani PZS je mala šola planinstva z različnimi vsebinami in filmčki, ki prikazujejo npr. uporabo plazovne žolne, cepina, derez, kako se hodi v gore, kaj je pomembno, ko gremo v tujino, preverjanje vremenske napovedi ipd. Poleg digitalne kartografije na telefonu je v nahrbtniku priporočljivo imeti tiskano planinsko karto za takrat, ko se izprazni baterije.

Planinske poti in ferate

Področje planinskih poti ureja Zakon o planinskih poteh s podzakonskimi akti. Do leta 2021 je imel veliko pomanjkljivost, ker ni zgotavljal finančnih virov za izvajanje del. Po dolgoletnih naporih se je to spremenilo, tako da je PZS lani in letos prvič dobila namenska sredstva za vzdrževanje, kar bo pripomoglo k ohranjanju poti v dobrem stanju. Zakon zelo jasno določa kategorizacijo poti, ki se nanaša zgolj na

Lahke poti so tiste, po katerih normalno hodimo, za napredovanje ali varovanje ne uporabljamo rok. Ne rabimo tehničnih pomagal in posebne opreme razen zanesljivih kakovostnih čevljev. Takih poti je pri nas po ažurnih podatkih iz aplikacije maPZS 9996 kilometrov.

Zahtevne poti so naslednja kategorija. Teren postane bolj strm, uporabnik si zaradi varnosti pomaga z rokama. Na težjih mestih so vgrajena pomagala, jeklenice in klini. Čelada je obvezna. Takih poti imamo 84 kilometrov.

Zelo zahtevne planinske poti so najvišja kategorija. Hojo dopolnjuje plezanje. Vgrajena so tehnična varovala, klini, jeklenice in skobe. Potrebna je ustrezna oprema (čelada, plezalni pas in samovarovalni komplet), ki jo moramo znati uporabljati. Imeti še ne pomeni znati! Teh poti je pri nas 51 kilometrov.

Na terenu je težavnost poti označena na smernih tablah: zelo zahtevna ima trikotnik s klicajem, zahtevna trikotnik brez klicaja, lahka nima oznake.

tehnično zahtevnost. Pri lahkih poteh se namreč ne upošteva vrste terena, višinskih metrov in dolžine.

Ferate so športni objekti v naravi. Če (zelo) zahtevna planinska pot išče naravne prehode čez steno in jih primerno zavaruje, kjer je to nujno potrebno, ferata običajno v steni poišče atraktivna mesta, čeprav so gladka, brez stopov. Zanje je potrebno še več znanja (in moči). Ferate so večinoma proizvod turističnih centrov, lokalnih skupnosti ali drugih deležnikov v turizmu. Običajno se na začetku ferate pripneš na jeklenico in ostaneš pripet do njenega konca.

*Posodobljene smerne table so bolj zgovorne.
Foto Mire Steinbuch*



Vse planinske poti so označene s Knafelčevo markacijo in z dodatnimi oznakami, npr. s številko ena (SPP), dodatnim poimenovanjem (Šaleška, Koroška ...). Če je markacija podčrtana, pomeni, da je planinska pot dvonamenska, po njej je dovoljeno kolesariti. Komisija za planinske poti PZS je med drugimi novostmi odobrila nove table na križiščih oziroma razpotjih, ki bodo večje, z osnovni podatki o lokaciji, koga klicati v primeru nezgode in QR-kodo z osnovnimi informacijami.

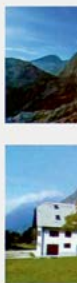
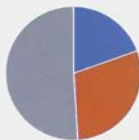
Planinske koče in novosti

Pri PZS ima status planinske koče 159 objektov. Glede na dostopnost so koče razdeljene v tri kategorije. V Sloveniji približno polovica koč spada v tretjo kategorijo, ker so dejansko ves čas dostopne po cesti.

Planinske koč v Sloveniji

159 koč

- I. kat: 31
- II. kat: 47
- III. kat: 81
- Bivaki: 18
- PUS Bavšica



V prvo kategorijo spadajo visokogorske koč, ki so oddaljene vsaj eno uro hoje od javnih parkirišč ali javne ceste, kar pomeni, da so teže dosegljive. V drugo kategorijo sodijo sredogorske koč, do katerih je v zimskih razmerah vsaj ena ura hoje. Vse ostale koč so v tretji kategoriji.



Kategorizacija planinskih koč
Foto Mire Steinbuch

V turističnem smislu so najbolj obiskane visokogorske koč. Kategoriziranih je tudi 18 bivakov. Turistične agencije in TIC-i ne bi smeli spodbujati turistov k obiskovanju ali celo spanju v bivakih – ker da je romantično. To niso turistični objekti za prenočevanje ali žuranje, temveč zavetišča v sili.

Odprtost koč je odvisna od dostopnosti. Vse informacije o kočah (stiki, odprtost, rezervacije, defibrilatorji ...) so dostopne na spletni strani PZS (<https://www.pzs.si/koce.php>) v slovenskem in angleškem jeziku.

Osnovna funkcija koč je nudenje nočitve, gostinske oskrbe, sanitarij in zasilne prenočitve. Koče posodablajo, energetske in okoljsko sanirajo. V zadnjih treh letih so 24 koč delno ali v celoti prenovili, morda se je standard bivanja v njih dvignil, a še vseeno ostajajo planinske koč. Večina ponuja osnovne jedi na žlico, tiste, ki imajo možnost, pa tudi kaj več.

Cenovna politika je usmerjena v realne cene. Dejstvo je, da člani PZS in tujih planinskih zvez, ki so pogodbeno zavezane k članskim popustom za domače in tuje planince, sipjo in jedo ceneje kot nečlani.

Pri PZS ima status planinske koč 159 objektov. Koča na Stolu
Foto Oton Naglost

Od leta 2024 dalje je v sredogorskih kočah nova kategorija, in sicer družinska soba, ki ima sanitarije in tuš v sobi. V visokogorju država ne podpira luksuza, zato v kočah ni tušev. Trend pri ponudbi prenočevanja postajajo ločene sobe, se pravi, da večje prostore predelujejo manjše sobe. V to jih sili povpraševanje na trgu. Že pred covidom, in zlasti pa po njem, se je število tujcev močno povečalo, število Slovencev pa se je celo malce znižalo.

PZS ima za planinske koč nekoliko prirejen rezervacijski sistem Bentrál. Njegove odlike so enostavnost, praktičnost in preglednost pri obvladovanju rezervacij, kar oskrbnikom olajša delo, saj kadrov primanjkuje. Poveča odgovornost obiskovalcev, da pravočasno odpovejo rezervacijo. Prilagojeni sistem PZS ima svoje posebnosti. Ob rezervaciji gost vidi končno ceno. Lahko naroči npr. polpenzion, označi članstvo v PZS ali sorodnih organizacijah, da se takoj upošteva popust. Vnesti mora številko kreditne kartice, s katero bo ob obisku plačal, in tako potrdi rezervacijo. Lahko jo odpove dan oziroma dva pred prihodom; o tem koč odločajo same. S pravočasno odpovedjo ni nobenih stroškov, sicer pa nenapovedana odpoved ni zastoj.

Peš iz dolin do višin je akcija PZS, s katero skušajo v sodelovanju z lokalnimi in regionalnimi turističnimi organizacijami doseči, da bo okoljski vpliv v smislu prometa čim manjši, in usmerjajo na javna prevozna sredstva, na doživetje gora iz doline, ne pa z zadnjega parkirišča.



Aplikacija maPZS

Eden od namenov aplikacije maPZS je, da nam olajša izbiro cilja oziroma izleta v hribe, če se še nismo odločili, kam bi šli. To je spletna stran, online aplikacija, ki se naloži sama. Najprej se prikaže vsa Slovenija, na levi strani je seznam poti, ki so na razpolago. Aplikacija maPZS je bila zgrajena za planinske poti, vendar ni omejena samo nanje. V Sloveniji je na stotine raznih poti, s filtrom izberemo eno izmed različnih

V zadnjih desetih, dvajsetih letih se je situacija s smetmi precej izboljšala, toda covidni čas je žal odplaknil dobro prakso ravnanja s smetmi, v gore prihajajo ljudje brez osnovne izobrazbe, kako ravnati s seboj prineseno raznovrstno embalažo in jo pogosto enostavno odvržejo kamorkoli. Še vedno velja, da smeti niso javno dobro, zato jih odnesemo s seboj v dolino!

vrst poti. Za izbrano pot se prikažejo zemljevid, višinski profil in tehnični podatki: zahtevnost, čas za tja in vrnitev po isti poti. V sistem je vgrajena formula, ki izračunava čas (a je subjektivna stvar posameznika) v obe smeri, vzpona in sestopa. Pokaže višinsko razliko, dolžino, vrsto podlage: steza, slabo uhojena steza, makadam ... Zraven so lahko opisi, fotografije, vse, kar je bistveno za izvedbo varne ture. Statistika kaže, da je v sistemu trenutno 2090 markiranih planinskih poti, v njem so tudi pohodniške, turnokolesarske, turistične, romarske, gozdne, kolesarske poti.

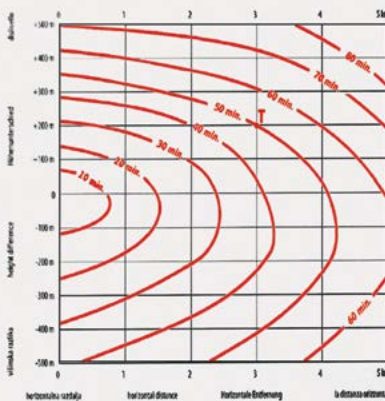
Eden od razlogov za nastanek aplikacije so podatki za tiskane karte gorskega sveta, ki jih izdaja PZS. Država takih podatkov nima, ker ne vodi teh evidenc. Izšlo je že nekaj tiskanih vodnikov, ki so povezani z maPZS. QR-kode prikazuje opis izleta, ki je v maPZS, in online informacije, kako je na poti. Aplikacija ima dostop do sistema, v katerem je skeniranih vseh 120 letnikov *Planinskega vestnika*, vsi članki so v eni bazi, ki je povezana z maPZS. S klikom na določen cilj, na primer Škrlatico, se odpre kazalo, v katerem so vidni vsi članki o Škrlatici, ki so bili kdajkoli objavljeni v *Vestniku*. Torej je maPZS enciklopedija vsega, kar je na terenu, kar je pomembnega za hojo v hribe; tega ni še niti v tujini. Ustvarjalci trdijo, da so podatki preverjeni, ustrezno pripravljene in na razpolago vsem, ki jih želijo uporabljati. To je temeljni arhiv skoraj vsega, kar se počne na terenu. Prednost PZS je v tem, da ni podjetje, ki mora delati dobiček, ampak je združenje, ki so mu pomembni cilji in finančna vzdržnost.

Ta aplikacija je nastala predvsem zaradi osebnih zagnanosti in prostovoljnih ambicij. Nekatere zadeve pa žal stojijo, ker ni denarja za plačilo programerjev, ki so profesionalci in ne morejo delati zastonj.

Kdo sme voditi v gorah in kam

To je pomembno vprašanje, a resnici na ljubo je na tem področju v Sloveniji dejansko kar nekaj sive cone.

Grafikon za izračun porabe časa pri vzponu in spustu:
Scale for working out ascent and descent time:
Graphicon zum Ausrechnen des Zeitverbrauchs beim Aufstieg und Abstieg:
L'indice per calcolare l'impiego del tempo per l'ascensione e la discesa:



Grafikon za izračun objektivnega časa vzpona in spusta Foto Mire Steinbuch

300 višinskih metrov vzpona v 1 uri.

400 višinskih metrov spusta v 1 uri.

Trenutno število poti v maPZS

Vrsta poti	Število	Dolžina (km)
Planinske markirane	2090	19.218,52
Ture in izleti	337	4.493,95
Pohodniške	39	2.940,66
Turnokolesarske	24	2.665,30
Turistične	163	1.574,01
Romarske	7	589,26
Gozdne učne	76	288,40
Kolesarske	3	45,71



Statistika poti v aplikaciji maPZS Foto Mire Steinbuch

Glavno podatkovno središče

- Vsi slovenski vrhovi
- Vsa sedla
- Imena kmetij
- Vse slovenske koč
- Vsa okna
- Ledinska imena
- Vse planinske poti
- Vse planine
- Vse zapornice
- Vse neplaninske poti
- Vsi izviri
- Vsa drytooling plezališča
- Vse neoznačene poti
- Vse zapornice
- Dostopi do plezalnih smeri
- Vsi razgledni stolpi
- Vsi žigi
- Cerkve
- Vsi slapovi
- Vsi heliporti
- Verska znamenja
- Vsa razgledišča
- Vsa spominska obeležja
- Partizanski spomeniki
- Vse (zanimive) jame
- Vse plezalne stene
- ...
- Vsa plezališča

Nihče drug v tej državi sistematično ne vzdržuje podobnega nabora podatkov!

Obseg baze podatkov v aplikaciji maPZS Foto Mire Steinbuch

Pri nas sta dve osnovni za legalno vodenje v gorah. Prva je *Zakon o gorskih vodnikih*, druga *Zakon o športu*, ki definira strokovne delavce v športu in tudi vodnike PZS. Na področju neprofitnega vodenja v gorah je za to področje pristojna PZS s potrjenimi programi izobraževanja za panogo planinstvo alpinizem. Usposablja vodnike, katerih interni naziv je vodnik Planinske zveze Slovenije. Usposabljanje se izvaja na



Vodenje dveh gostov na SZ grebenu Planjave Foto Miha Habjan

Plezanje na Mojstrovko Foto Klemen Štular

Zakon o gorskih vodnikih definira, do katere težavnosti vodijo vodniki PZS

Vodnik I. stopnje vodi lahke poti v kopnem in pozimi, s tem da sta za zimska vodenja dodatni omejitvi: nadmorska višina in območja, kjer ni nevarnosti plazov (sredogorje, do nižjih planinskih koč ipd.).

Vodnik II. stopnje v kopnem vodi lahke, zahtevne in zelo zahtevne izlete, ferate do težavnosti B in lahka brezpotja. Pozimi so zajete lahke poti v zimskih razmerah.

Dodatni modul razširi omenjeni nabor na ferate do težavnosti D in zahtevna brezpotja v kopnih razmerah, pozimi še na zahtevne poti in na lahke ter zahtevne turne smuke.

Dodatna zakonska omejitev je, da ture, na katerih se uporablja vrвна tehnika, smejo voditi le gorski vodniki.

prvi in drugi stopnji ter v dodatnem modulu. Večina od okoli 1500 vodnikov, ki je trenutno aktivnih, v glavnem deluje in vodi prostovoljno v okviru planinskih društev, a vse več se jih odloča za pridobitno vodenje v turizmu.

Iz primera Mala Mojstrovka smo se naučili, da je nekaj vodnikov oziroma organizacij, ki izigravajo sistem, na kar je treba ustrezno opozarjati. Letošnji dogodek je primeren korak k sodelovanju, ki bo morda privedlo do zelenega cilja, tj. čim več obiskovalcev gorskega sveta in hkrati čim manj dela za gorske reševalce. Vsem nesrečam se ne da izogniti, lahko bi se vsaj tistim, ki so posledica neznanja in slabe oziroma nezadostne informiranosti.



Po pridobitvi usposobljenosti se vodniki vpišejo v razvid strokovnih delavcev v športu, ki ga vodi Ministrstvo za gospodarstvo, turizem in šport. Zdaj sta turizem in šport prvič pod enim ministrstvom, kar je za planinsko področje pozitivno. Z vpisom v seznam, ki je javno dostopen, je izpolnjen formalni pogoj, omogočeno je preverjanje, ali je nekdo, ki se izdaja za vodnika, za vodenje res usposobljen. Pri plačljivem vodenju je treba spoštovati nekaj dodatnih pogojev. Poleg usposobljenosti, diplome, licence in vpisa v razvid je potrebna tudi ustrezna pravna organizacijska oblika, najpogostejša je to status samostojnega podjetnika; treba je upoštevati omejitve pri težavnosti gorskih tur in omejitve pri številu udeležencev na vodnika.

Gorski vodnik je edini načrtno izobraženi profil za komercialno vodenje vseh težavnosti v gorah. Je profesionalca v gorskem svetu. V Sloveniji je trenutno okoli 80 gorskih vodnikov. ZGVS je članica mednarodnega združenja gorskih vodniških organizacij IFMGA, ki pokriva profesionalno vodenje po vsem svetu, standardizira platformo in znanje, ki je potrebno, da nekdo postane gorski vodnik. Skrbi tudi zato, da lahko člani svojo vodniško dejavnost opravljajo po celem svetu. Usposabljanje traja okoli 80 dni, kandidati torej lahko postanejo gorski vodniki v približno petih letih izobraževanja.

Najpomembnejši pri vodenju sta varnost in odgovornost. Spremstvo vodnika je brez dvoma dobra izbira,

Zaključki letošnjega srečanja

Prvič, dosežen je dogovor vseh deležnikov o skupni postavitvi informacijskih tabel na izhodiščih, tako da ne bo vsak postavjal svojih nekaj metrov stran od že obstoječih, kot se je v preteklosti večkrat dogajalo. Na njih bodo preverjene in poenotene informacije za obiskovalce.

Drugič, povabilo Arsu, naj vremensko napoved in eventualne vremenske alarme za gorski svet napoveduje tudi v tujih jezikih.

Tretjič, potrebujemo celovito in prijazno spletno orodje za komuniciranje in marketing na osnovi zanesljivih informacij; za učinkovito operativno delovanje se bo treba še dogovoriti.

Četrtič, gorski vodniki imajo dobro podatkovno bazo, PZS in GIZ Slovenia Outdoor bi lahko vložila nekaj dela v podobno bazo planinskih vodnikov, ki izpolnjujejo pogoje in so zainteresirani za komercialno vodenje.

kajti na določeni ravni to pomeni garancijo visoko usposobljenega posameznika in hkrati zagotavljanje čim večje varnosti. Drugi vidik, ki je ključen, je, da imata oba profila, gorski vodnik in vodnik PZS, svoje omejitve. Ko se turistična agencija odloči za nudenje zahtevnih plezalnih ali zimskih tur, je smiselno in zakonsko potrebno, da najame gorskega vodnika tudi zato, da zavaruje svojo odgovornost. Vsi gorski vodniki so ustrezno odgovornostno zavarovani. Ko gre za lažje ture, ki jih lahko vodijo vodniki PZS, ni razloga, da v tem primeru ne bi najemali strokovnih delavcev v športu za področje planinstva. ●

ILEGALNI PLANINSKI KLUB KRPELJ



Ažbe Polšak ☺

Matjaž Čuk

Skrivnostna pokrajina

Baga La in Numa La

Utrujen stopim iz letališke zgradbe. Vame butne zadušljiv, z vlago nasičen zrak katmandujskega predmestja.

Radoveden pogledujem na množico ljudi. Me je kdo prišel iskat? K meni pristopi mož. "Namaste! Chabbi Bhat," se mi predstavi. Nisem ga prepoznal. V tem nikoli nisem bil dober. Obrazi mi gredo nekako iz glave.

"Tak si kot nekoč!" mi namigne v taksiju.

"O hvala, hvala! Ja, ja, deset let starejši ..."

Vedno sem sam prišel v hotel. Zdaj sem že gospod srednjih let, prišli so me iskat.

Sediva na vrtu hotela Thorong Peak Guest House in pije čaj. Chabbi mi predstavi vodnika. "Ga poznaš?"

"Hmm, hmm ... Makalu?! Oja, Buwanijev brat. Ups, se je pa naredil ..." Misli hitijo nazaj. Kakšen je že bil? Z nosačem Lakpo sta bila veseljaka, rada sta ga dala na zob, nekajkrat kar preveč. Malce sem bil jezen, pa smo vse dobro zvozili.

"Kje je pa Buwani, 'priden' bratec?"

"Buwani živi in dela na Japonskem, poročen je z Japonko. Velik biznismen je!" Torej ni vzel tiste Nepalke, ki so mi jo predstavili za njegovo nevesto, zamomljam sam vase.

"Pa Kamal Sherpa, kje je pa on?"

"On dela v Maleziji. Šef je v zelo velikem podjetju!"

Ja, dolgo me ni bilo ... Dolpo, skrivnostna pokrajina na severu Nepala v bližini meje s Tibetom je burila mojo domišljijo že davno prej, preden mi jo je uspelo obiskati.¹ Leta 2000 mi je obisk preprečila državljanska vojna v Nepal in moral sem čakati dolgih devet let, da se mi je končno le uresničila dolgoletna želja.

¹ Dolpo je kulturno tibetanska pokrajina na visoki nadmorski višini v okrožju Dolpa v zahodnem Nepal. Težko dostopno in redko obiskano območje ponuja starodavne in oddaljene vasi, bogastvo vrst divjih živali, lepe budistične samostane, zasnežene gore in čudovita jezera. Ljudje tega območja so preprosti in srčni z navdušujočo kulturo in tradicijo. Kulturne tradicije tega območja so v osnovi povezane s tibetansko kulturo.

Slikovit začetek poti
Foto Matjaž Čuk



Spektakularni polet iz mesta Surkhet v prestolnico pokrajine Jumlo je presešel vsa moja pričakovanja. Nekajkrat je šlo za las. Vsaj meni se je tako zdelo, saj so bili vrhovi smrek na visokih gozdnih grebenih tako blizu, da sem skozi okno pilotske kabine napeto opazoval, ali nam jih bo uspelo preleteti. Zadnji ostri ovinek v zraku pred pristankom, ko se je jekleni ptič močno nagnil, je poskrbel za glasne vzdihne – le nekaj trenutkov zatem pa za gromki aplavz in olajšanje, ko smo končno dosegli trdna tla.

Brez razburjenj in presenečenj nam je v tednu dni uspelo prilesti čez visoki prelaz Kagmara La v dolino reke Pungmo Khola, ob kateri smo potem prispeli v vas Ringmo. Jezero Phosumdo Tal je glavna atrakcija tega kraja in sklenil sem, da bo tu dan počitka. Zgodaj zjutraj sem odšel na prepovedano pot, v kraljestvo Mustang, kamor smejo le posvečeni. Nihče me ni videl, nihče me ni vprašal po dovoljenju, nihče me ni ustavil. Svojo samotno avanturo sem končal na visokem robu z nebeškim pogledom na slikovito pokrajino in še lepšim na jezero. Za kosilo sem se brez težav vrnil v vas. Vreme se je spremenilo. Zlovešča sivina je legla na gore in izpod temnih oblakov je začelo pršiti.

Duomi

Jutro. Dežuje. Odložim odhod. Pa še kar pada in pada. Ne močno, a vztrajno in enakomerno. Kot da ne bo nikoli nehalo. Ob pol enajstih gremo. Do večera bomo poskušali priti do baznega tabora pod prelazom Baga La. V vodniku sem prebral, da ta pot spominja na Yosemite. Hmm, če bom želel videti, kako je tam, bom najbrž moral kar tja, v Ameriko ... Danes ne bo nič z razgledi. Vidim le dežne kaplje, ki mi polzijo po anoraku, in megle, ki se leno vlačijo po dolini in grebenih. Vsak korak po blatni, spolzki poti mi je odveč. A to je treking. So lepi trenutki in tudi težki, neprijetni. Včasih nam je vroče, potem nas trese od mraza, vriskamo od veselja ob čudovitih trenutkih in se blazno dolgočasimo, ko čakamo, ker ne moremo nikamor. No, saj to je čar ... Nepredvidljivo in zato zanimivo. Mokri od dežja in potu okrog treh popoldne prispemo do pastirske kolibe Yak Kharka. Po čaju in kosilu se odločimo, da bomo ostali kar tu.

Izberem "sobo". Da, v narekovajih, saj je to skladišče za vso vrsto navlake, ki jo potrebujejo tu gori. Vseeno si uredim prav prijetno gnezdece, v katerem se počutim prav lepo. Le miru ni, vseskozi imam obiske. Dežuje vse močneje. Zgoraj sneži. Le kako visoko? Do koder vidim, to pa je le nekaj sto višinskih metrov, je še vse v redu. Smo le dobrih 3800 metrov visoko. Mogoče bo ponoči ponehalo in bo jutri lep dan. Hmm, nič ne kaže na to. Popoldne je dolgo in dolgočasno. Ne maram takih dni, ko pogledujem na urne kazalce. Kapljanje po strehi se zavleče v noč. Tišino moti oddaljeno grmenje. V mojem gnezdecu je prijetno toplo. Ravno prav za odrešujoči spanec.

Za vsakim dežjem posije sonce ... Res? Da, da, enkrat prav gotovo! A danes ne. Vsaj pri nas ne. Dežuje še močneje kot včeraj. In belina je že presneto blizu.



Prelaz Baga La,
5219 m
Foto Matjaž Čuk



Prelaz Numa La,
5342 m
Foto Matjaž Čuk

Na tistem grebenu, kjer so bile še včeraj ovce ... Le koliko ga je nasulo zgoraj? Prelaza sta gromozanskih 1500 metrov višje!

Danes na gremo nikamor. Čaka me dolg dan. A kljub dolgočasnemu dežju se nekaj dogaja. Danes je v moji sosesčini kar pestro. Dopoldne je prišla skupina pohodnikov in z njimi cel kup nosačev, ki zdaj postopajo tod okoli. Sosednja soba je namreč glavni prostor te pastirske kolibe – kuhinja. Notri je toplo, zato se okrog ognja gneta veliko premočenih in premraženih domačinov. Topel čaj je tu zaklad – pogreje telo in privablja nasmeške na ustnice. Ob tem se razvije glasna debata. Kazalci na uri se premikajo in tudi popoldne pride. Vse bolj je mraz, dež pa je neizprosno – niti za trenutek ne poneha. Kot kaže, je tudi mojega, prijetno toplega gnezdeca pod streho konec. Les se je napil vode in začelo je kapljati na mojo spalno vrečo. Sprva po kapljicah, zdaj že lije v curkih.

Hitro pospravim opremo, treba se bo preseliti v šotor. Sneži. Debeli kosmi padajo z neba. Ko čez pol ure pogledam iz šotora, je že vse belo. Težki, mokri sneg otremem s sten šotora. Zdaj me že pošteno skrbi. Kaj če sploh ne bomo mogli čez prelaz? To bi bilo pa res veliko razočaranje. Izpustiti najlepší del poti, ki sem si ga tako želel ... Ne, ne, čakal bom. Če je zgoraj zapadlo meter snega, kar ne bi bilo prav nič čudno, kaj potem? To, da nam bo kdo pregazil pot in olajšal vzpon ni prav verjetno. Turisti so tu bolj redkost.



Varljivo zatišje na
sedlu Pelungtang,
4505 m
Foto Matjaž Čuk

Vse večjim skrbem se pridruži še ena velika – bo tudi to noč padalo? Sredi noči se zbudim. Vse je mirno. Odprem zadrgo šotora. Hej, zvezde! Zvezde vidim! Vse polno jih je! Ne vem, ali bomo lahko že zjutraj šli čez prelaz, a to ni pomembno. Da je le končno nehalo padati. Uležem se nazaj. Ne morem zaspati. Nam bo uspelo? Mora nam uspeli! Nočem po isti poti nazaj. Hmm, če pridemo čez Baga La in nas potem ujame poslabšanje, smo v godlji. Misliti moram na vse, tudi na nosača. Nič, stran s temi mislimi, niti tega še ne vem, kakšno bo jutro. Zdaj moram spati. Čez kako uro ali dve me le zmanjka.

Baga La

Jutro je ... hmm, kako naj rečem ... Nebeško! Kristalno čisto, strupeno mrzlo, brez oblaka. Pravi balzam za oči po 36 urah sivine in dežja. Vodnika vprašam, kakšen je danes načrt.

"Ja, gremo čez!" pravi.

"Kaj pa sneg?" previdno pripomnim.

"Bomo naredili pot," odgovori nekoliko manj odločno. Prejšnji večer, ko je bil spet "v rožicah", je rekel, naj ne skrbim, da bo on naredil gaz.

Ob osmih zapuščamo tabor. Pozni smo, po mojih načrtih bi morali hoditi že dve uri, a ob šestih je bilo v šotoru mojih fantov še vse tiho in mirno. Sonce nas objame še pred baznim taborom. Kako prijetno je po dolgem času spet okusiti toploto sončnih žarkov! Kmalu stopimo na prvi sneg. Zelo nizko je zapadel. Po poti žubori potoček. Na čelu kolone hodi nosač,

še v opankah. Snega je že okoli deset centimetrov. Na 4600 metrov se udara že čez gležnje. Vodnik in drugi nosač sta daleč zadaj. Menda ima nosač težave. Tako bo šlo težko do vrha.

Prevzamem vodstvo. Sneg je mehak in ni težak za hojo. Utiram gaz proti vrhu prelaza. To mi je vedno pomenilo izziv, čar. Hoditi po deviških belih poljanah, izbirati pot, kjer ni še nihče hodil. Dobro se počutim. Stopam korak za korakom, počasi, brez prestanka. Neizmerno si želim tega prelaza. Nič posebnega ni, a narava nam je pokazala zobe. Lahek, preprost cilj je kar naenkrat postal visoka, težko premagljiva ovira. Nad nami sta modro nebo in vedno več snega. Kje je zdaj vodnik, ki se je še včeraj tako hvalil? Daleč spodaj ... Gazim naprej, zdaj do kolen. Sneg postaja neugoden, težak za hojo. Počasi me zmanjkuje. Vodnik in nosača se mi približujejo. Vidim vrh, a zdi se, da se mi tisti rob vedno bolj odmika. Ne, zdaj ne spustim nikogar predse. Zberem še zadnjo voljo in moč. Po osmih urah ob štirih popoldne stopim na rob.

Baga La, 5219 m, to je moj prelaz. Sesedem se na vrhu. Uf, menda sem dal skoraj vse od sebe ... Na vrhu je okrog osemdeset centimetrov novega snega. Časa za počitek ni. Čez dve uri bo trda tema. Pogled naokoli, obvezne fotografije za spomin in dol.

Na vrsti je vodnik. Moji fantje nekaj mečkajo.

"Kaj je? Zakaj ne gremo?" neučakano vprašam.

"Močno se udara," pravi vodnik.

"Tu je napihano, spodaj bo bolje!" odvrnem. Zdaj ni časa za mečkanje. Moramo dol! Spet stopim na čelo.

Prvih nekaj metrov se mi udre do *riti*, nato je bolje. V precejšnji strmini prečim rahlo navzdol proti stupi na rami. Med sneženjem se je sprožilo že nekaj plazov. Oddahnem si, ko je ta kočljivi del za nami. Proti taboru vodi strm kuloar. Pot pelje daleč naokoli. Predaleč za nas, a nimamo izbire. Moramo dol, drugače nas bo prehitela noč. Izbiram najboljše prehode. Izteka ne vidim. Dokler bo šlo, gremo naravnost navzdol. Ko je prestrmo, prečim v desno. Po nekaj zoprnih, kočljivih metrih, kjer so pod snegom drseče skale, pridemo na odprto pobočje. Zdaj vidim do dna.

Ob pol sedmih, tik pred temo, smo na ravnem snežnem prostoru. Izšlo se je. Fantje postavijo šotora. Zadovoljen sem. Uspelo nam je. Neskončno sem utrujen, a kaj zato. Jutri bo nov dan, nov prelaz in nov boj. V bojazni, kakšno bo vreme, zaspimo.

Numa La

Jutro prinese olajšanje. Nebo je modro, brez oblaka. Vendar čutim težo včerajšnjega dne. Danes ne bom zmogel sam. Čevlji so mi ponoči v šotoru zmrznili, vezalke stojijo pokonci. Na hlačah imam desetcentimetrski kolobar ledu. Danes nujno potrebujemo sonce, zato se odpravimo šele ob devetih. Če ne bomo zmogli, bomo pa nekje prenočili. Pot preči strma pobočja okrog številnih robov. Ponekod, kjer ni dovolj snega, prav nemarno drsi. V dobri uri se spustimo do reke. Zdaj se začne. Tisočmetrska strmina nas loči od vrha prelaza. Prvi koraki so počasni, težki. Utrujene noge ne ubogajo. Potem le steče. Počasi, počasi. Vodnik mi nekaj kaže. Drobne pike, precej visoko. Ljudje. Veliko ljudi. Ne maram gneče v gorah. A danes sem jih iz srca vesel. Ljudje pomenijo pot. Ljudje pomenijo, da ne bo treba gaziti. Ljudje pomenijo, da nam bo uspelo! Zdaj je treba samo še hoditi.

Bela gaz se vije visoko v nebo. Rob tam gori, je videti nedosegljivo daleč. Včeraj poln moči in energije, danes sem kot izžeta cunja. Pomanjkanje motivacije? Ali zgolj to, da danes vem, da bom prišel gor, včeraj pa je bilo to zavito v tančico skrivnosti? Vlečem se proti tistemu robu kot megla. Veter mi piha v obraz, kot bi hotel izničiti moje počasne korake. A se premikam. In tudi tisti kup skal ni več nedosegljivo daleč. Danes ni popuščanja. Strmina vztraja do konca. Po petih urah in pol stojim na prelazu Numa La, 5346 metrov visoko. Pot navzdol je le še formalnost. Nosača sta me že zdavnaj prehitela. Razgled na novo dolino je čudovit. Pritiskam na sprožilec fotoaparata, a sem preveč utrujen, da bi v celoti dojel vso lepoto. Za to bo še čas. Spodaj vidim šotore. Le še deset minut. Izpraznjen sem, želim počivati. Veliko skrbi in naporov se je nabralo v teh dveh dneh. Baga La, Numa La, nič posebnega, sem si mislil, ko sem skoraj podcenjujoče doma na kavču načrtoval pot ... Danes sem neskončno srečen in ponosen, da sem na drugi strani. Noč bo mirna in spokojna.

Vseeno mi je, kakšno bo jutri vreme. ●

Natančnejša lokacija: Baga La, 5219 m, in Numa La, 5346 m, treking Dolpo, Nepal, oktober 2009

MAGNEZIJ Krka

BODITE NEUSTAVLJIVI



www.magnezijkrka.si

Prehransko dopolnilo ni nadomestilo za uravnoteženo in raznovrstno prehrano. Skrbite za uravnoteženo in raznovrstno prehrano ter zdrav način življenja.

*Prodajni podatki ePharma Market Slovenija za leto 2023, prodaja v lekarnah, kategorija izdelki z magnezijem.

 KRKA | 70let



Krn in Plaski Vogel (desno)
Foto Vid Legradič

Lepota, ki ji je kos le malokaj

Veliko Špičje

Kar dolgo sem si ga ogledoval. Od Zasavske koč, s Triglava, iz Doline Triglavskih jezer. Greben, tako privlačen in dostopen od Prehodavcev me je ob vsakem obisku vabil. Tako dolgo sem odlašal, da me je med gledanjem zemljevidov včasih zapekla vest.

Nekega julijskega večera sem se odločil, da ga osvojim. Kar enodnevna tura naj bo, sem si rekel in med točenjem vode v *kamelo* razmišljal, koliko dodatnih čutar naj še vzamem s seboj. Obetal se je vroč dan, tisti pravi poletni dan, prepojen z modro in sončno barvo. Vesel sem bil, da ga bom užil sam. Vsi hribovski prijatelji so namreč že žulili jadranske plaže. Noč je bila kratka. Kljub zgodnji uri je toplota jutranjega sonca grela celo v senčni Komarči. Ko sem dosegel Črno jezero, je z mene že teklo. Usedel sem se na enega od kamnov in ob umirajočem vetriču, ki je kodral gladino vode, še enkrat razgrnil zemljevid. Markirana pot, ki sem si jo izbral, naj bi bila po spletnih informacijah delno opustela oziroma slabo vzdrževana. Prst je sledil rdeči črti po zemljevidu, ki se je nad Dvojnim jezerom odcepila levo in se v pikicah plazila po plastnicah navzgor v pobočja Lepega Špičja.

"Za danes boš ravno pravšnja," sem zamrmral in med zlaganjem stvari v nahrbtnik v kotu oči opazil vijoličasti kamen. Osamljen je skorajda svetil tam, malo niže doli na jezerski obali. Nekaj skokov po skalah je bilo treba,

da sem prišel do njega, vodostaj Črnega jezera je bil že poletno nizek. "Not all those who wander are lost."¹ Besede so bile na rožnato podlago zapisane s črnim alkoholnim flomastrom. Kot navdušenec nad deli pisatelja J. R. R. Tolkiena sem natančno vedel, kdo je izrekel te besede in kako globok pomen so imele. Pred očmi se mi je pokazal bradati čarodej Gandalf iz Srednjega sveta, njegove modre besede so odmevale v ušesih. Že sem z mislimi zataval proti pristanu mogote in Meglenemu gorovju, ko me je imaginarni Gandalf s svojo čarovniško palico kresnil po glavi in prestavil v resničnost. Kamne z napisi sem v gorah velikokrat zasledil v naravi angleško govornih območij, pri nas pa še nikoli. Razen na grobovih. Kot je kazalo, so pohodniki trend iz tujine zanesli tudi k nam. Vijoličasti kamen sem odnesel stran od vode in ga postavil v eno od manj vidnih razpok v bližnjih skalah. Tovrstna urbana kultura mi ni ravno pri srcu, saj po mojem mnenju predstavlja tujek v celoti narave. Tudi meni je pobarvan kamen ukradel pogled, ki je le trenutek prej užival v okolici. Je res treba, da

¹ "Ni vsak, ki tava, izgubljen."

človek venomer opozarja nase in pušča svoja sporočila prav na vseh mogočih koncih in krajih? Naj narava sama pripoveduje zgodbe.

V Lopuski dolini sem bil hvaležen starim smrekam, ki so zaščitile pred soncem. Pri Dvojnem jezeru se je to razkošje končalo. Koča pri Triglavskih jezerih je pokala po šivih. Gostje in pohodniki od blizu in daleč so govorili v vsaj ducat različnih jezikih. Po eni strani sem bil vesel, da bodo lepote te doline ponesli v svet. Po drugi strani sem bil zaskrbljen, kajti ni jasno, kako številno množico ekosistemov pod Triglavom lahko sploh prenese. Podrobnih raziskav, povezanih s to težavo, še ni. Za Dvojno jezero je bilo obiskovalcev zagotovo preveč, saj se je okrasilo s preprogami zelenih alg. Pridnim oskrbnikom sem zaželel uspešen dan in razmišljal, kaj bi se še dalo narediti z regulacijo obiska Triglavskega narodnega parka. Ljudem se ne more in se nikakor ne sme prepovedati vstop v gore. Morda pa bi za najbolj obremenjene pohodniške poti lahko izdajali dovolilnice, tako kot na primer v Peruju. Za pot Ink, ki običajno traja nekaj dni, se jih izda le štiristo na dan. Ko sem pred nekaj leti hodil po tej slavni pohodniški poti do svetega mesta, se mi je zdelo, da sem edini pohodnik.

Čebljanje množice sem pustil za seboj in odkorakal višje v dolino. Zdaj so se pogovarjali le še žvižgajoči svizci. Kmalu sem prišel do zadnjega pomembnejšega križišča na poti, točke, kjer se je moja pot od glavne poti na Prehodavce odcepila levo. Tukaj ni bilo nobene žive duše več. Vdihnil sem dehteč poletni zrak in vpiljal barve gorskih cvetov. Julij je njihov mesec. Naletel sem na opustelo planino in pojedel energijsko tablico ter nagovoril kosmatega prijatelja, ki se je pojavil na enem od porušenih zidov. Postavil se je na zadnji taci in zbrano oprezal za ujedami.

"V najhujši vročini imaš izmeno," sem tiho komentiral med jemanjem fotoaparata iz nahrbtnika. Ko sem ga vklopil, je zvedavi svizec že izginil. Nekoliko razočaran sem se spomnil na njegove sorodnike iz avstrijskih Alp, ki se za košček kruha ob cesti pod Velikim Klekom kar nastavljajo fotografu. Toda nekaj sekund, preživetih s pravim divjim svizcem, je bilo drugačnih. Močnejših. Naj tako ostane. Lepi trenutki se ne merijo v dolžini. Merijo se v moči doživljanja.

Začel sem se dvigovati. Sprva skozi macesnov gozd, ki je preraščal na desetine vrtač. Nato so prišli travniki, tako polni cvetic, da so spominjali na raznobarne preproge. Svišči, Sternbergovi nageljni, lepnice in planike. Kopale so se v soncu, cvetele in se igrale v vetriču. Lepota, ki ji je kos le malokaj. Pot je bila speljana prav čez cvetove, zato sem skakal z enega kamna na drugega, da jih ne bi pohodil. Stena Velikega Špičja se je približevala in po premaganem melišču sem končno stal na vznožju svoje gore. Opoldansko sonce je pripekalo, zato sem si pod čelado zataknil še športno ruto in si z njo pokrtil vrat.

Poplezavanje je po dolgi hoji dobro delo, iskanje obledelih markacij in prave smeri pa je bilo ravno prava možganska telovadba. Telo je ožemalo vodo iz



svoje notranjosti, ko je z rokami iskalo oprimke. Bilo je pristno, lepo, nekje na meji med varnim in nevarnim. Dolina Triglavskih jezer je bila za mojim hrbtom zmeraj nižje, pogledi pa so bili zmeraj lepši. Nekje na polovici te strme poti je stalo tudi obeležje umrlemu planincu. Naj se ne zgodi nikomur.

Zaradi grušča po celi skali se mi je zdel najzahtevnejši zadnji del poti, ki se je deset minut pred mojim ciljem priključil grebenski poti s Prehodavcev. Tu sem zavil na levo in ob pogledih v Trento, Viš in na Krn dosegel 2398-metrski vrh Velikega Špičja. Pogled je tam šel še dlje, onkraj Triglava na severu in Bohinjsko-Tolminskih gora z morjem v ozadju na jugu. Že res, da lepote Julijcev morda spominjajo na gorovja iz fantazijskih zgodb, a so še zmeraj resnične. Kot smo resnični tisti, ki jih obiskujemo. Zdaj vem, zakaj Veliko Špičje imenujejo tudi Lepa Špica oziroma Lepo Špičje. ●

*Čez škraplje
pod Lepo špico
Foto Vid Legradič*



*S cvetjem posuta pot
proti vrhu
Foto Vid Legradič*

Petra Zupet¹

Bolezen s številnimi obrazi

Borelioza (Lymska borelioza)

Gozdni klop
Foto Oton Naglost

Lymska borelioza je bakterijska okužba, ki se prenaša na človeka z vbodom okuženega klopa. Kaže se lahko z utrujenostjo, glavobolom, zvišano telesno temperaturo in bolečinami v sklepih, lahko tudi z oteklimi bezgavkami in izpuščajem, imenovanim *eritema migrans*.

Lymsko boreliozo povzroča bakterija *Borrelia burgdorferi*. Najdemo jo po vsem svetu, je pa zlasti pogosta v Evropi, nekaterih regijah Združenih držav Amerike ter v nekaterih državah Azije. Lymska borelioza se pojavlja preko celega leta, vendar je najpogostejša od februarja do novembra. Mile zime in vlažne pomladi ojačajo dejavnost kloпов.

Po podatkih Nacionalnega inštituta za javno zdravje² je bilo lani pri nas 2509 prijav obolenja z lymsko boreliozo. Zbolelo je 1365 žensk in 1144 moških. Največ prijavljenih primerov je bilo pri otrocih (od 1 do 4 leta) in starostnikih (od 65 do 74 let), sledijo odrasli, stari od 55 do 64 let in odrasli v starosti od 45 do 54 let. Najvišja stopnja obolevnosti je bila v goriški statistični regiji (283,4/100.000 prebivalcev), sledita gorenjska (188,9/100.000 prebivalcev) in primorsko-notranjska statistična regija (151,7/100.000 prebivalcev). Največ zabeleženih primerov lymske borelioze je bilo v občinah Ljubljana, Kranj in Radovljica. V letu 2022 je bilo zabeleženih 4007 prijav obolenja z lymsko boreliozo.

Način prenosa

Bakterija se prenaša na človeka z ugrizom okuženega klopa; v Evropi je to klop vrste *Ixodes ricinus*. Klop se

okuži s sesanjem krvi okužene živali, najpogosteje so to mali gozdni sesalci in ptiči, lahko tudi večje živali, ki predstavljajo naravni rezervoar za bakterije. Zaenkrat ni dokazov o prenosu bolezni s človeka na človeka. Borelioza med nosečnostjo ne predstavlja tveganja za zarodek, če je ustrezno zdravljena.

Dejavniki tveganja za okužbo

Lymsko boreliozo v prvi vrsti sicer povzroči ugriz okuženega klopa, vendar obstajajo določeni dejavniki tveganja, zaradi katerih smo lahko bolj izpostavljeni okužbi. Povečano tveganje za okužbo imajo posamezniki, ki živijo ali obiskujejo regije z veliko razširjenostjo kloпов, pa tudi tisti, ki preživijo dolge ure na prostem v gozdovih in travnatih poljih. Tveganje se dodatno poveča, če v času aktivnosti v naravi ne uporabljamo ustreznih sredstev za odganjanje žuželk in če nimamo na sebi primernih oblačil.

Dovzetnost za okužbo

Vsak, ki je izpostavljen ugrizom okuženih kloпов, je dovzeten za razvoj bolezni. Predhodna okužba ne pušča zaščite pred boleznijo.

Inkubacijska doba

Pomembno je vedeti, da se bolezen ne pojavi takoj po ugrizu klopa, ampak z zamikom. Inkubacijska doba za prvo fazo bolezni je običajno od 3 do 32 dni po okužbi. Druga in tretja faza bolezni pa lahko nastopita šele mesece ali leta po okužbi.

¹ Dr. Petra Zupet, dr. medicine, prof. športne vzgoje.

² <https://nijz.si/nalezljive-bolezni/spremljanje-nalezljivih-bolezni/tedensko-spremljanje-lymske-borelioze-in-klopnega-meningoencefalitisa/>.

Simptomi in znaki bolezn

Borelijoza običajno poteka v treh fazah. V prvi fazi bolezn (3–32 dni po ugrizu okuženega klopa) se pojavijo značilne spremembe na koži. Nastane neboleča rdečina, ki se počasi širi po koži, na sredi blede in dobi obliko kolobarja. Kožna sprememba je lahko ena sama ali pa jih je več na različnih delih telesa. Pomembno je, da razlikujemo med običajno alergično reakcijo kože, ki se na mestu ugriza lahko pojavi takoj, od kožnih sprememb, značilnih za borelijozo. Pomembno je vedeti tudi, da kožne spremembe niso vedno prisotne. V drugi in tretji fazi bolezn (po navadi tudi več mesecev ali let po okužbi) se pokažejo znaki prizadetosti številnih organov ali organskih sistemov: kože, živčevja, sklepov, mišic, tudi oči in srca.

Diagnoza


Na lymisko borelijozo običajno posumimo na podlagi pogovora in kliničnega pregleda. Dokažemo jo s pomočjo laboratorijskih testov za potrditev prisotnosti bakterije. Zdravnik ocenjuje tudi druge znake in simptome, kot so bolečine v sklepih ali mišicah, utrujenost, vročina ali izpuščaji. Natančna diagnoza je pomembna za načrtovanje ustreznega zdravljenja in za preprečevanje nadaljnjih zapletov.

Zdravljenje

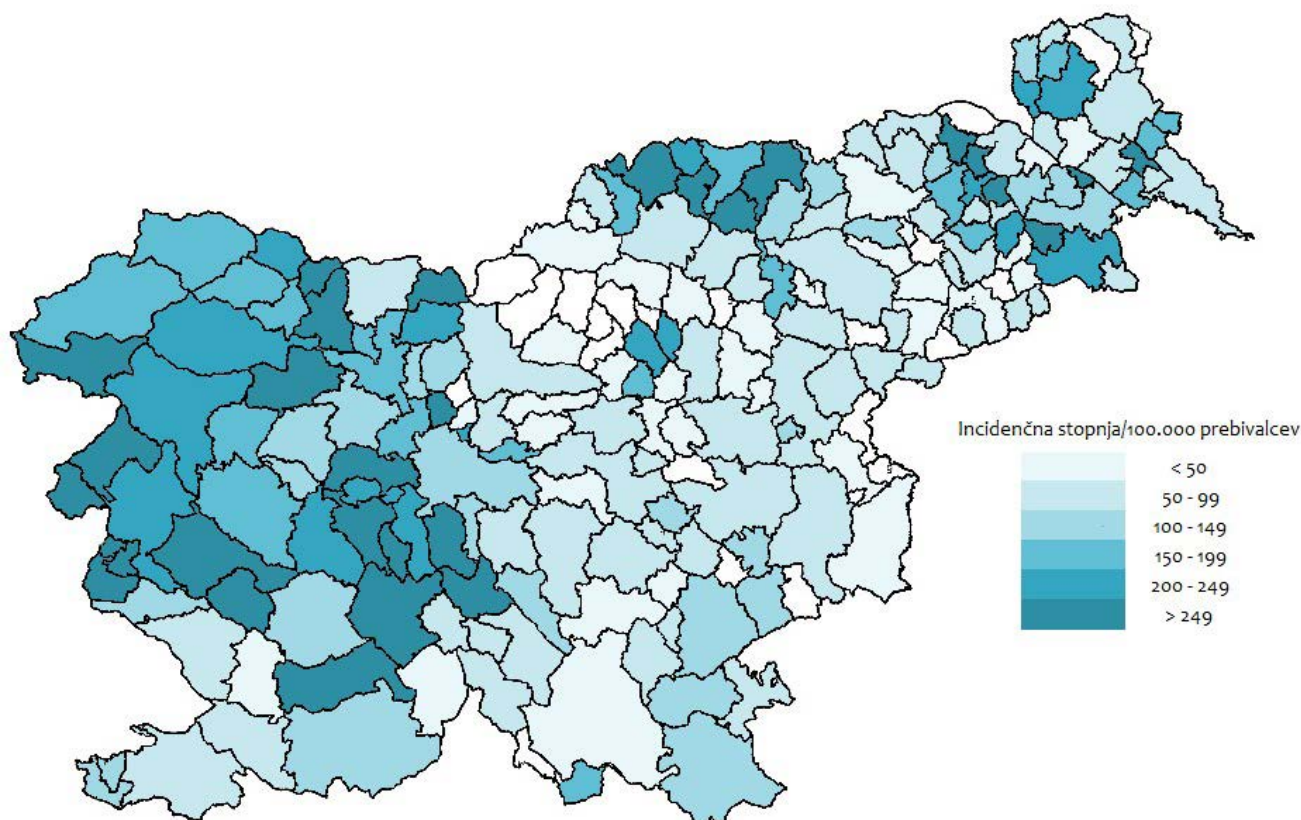
Možnosti zdravljenja se razlikujejo glede na stopnjo lymiske borelioze. Pomembno je zgodnje prepozna-

vanje bolezn, saj jo v prvi fazi praviloma zelo učinkovito zdravimo z antibiotiki, medtem ko bo pri napredovani bolezn morda potrebno dodatno zdravljenje. Zdravnik vam lahko predpiše tudi zdravila za lajšanje simptomov, v nekaterih primerih pa priporoči fizikalno terapijo ali spremembo življenjskega sloga za zmanjšanje učinkov bolečine in okorelosti sklepov ali mišic, ki jih bolezen povzroča.

Preprečevanje okužbe

Najbolj učinkovita ukrepa za zmanjšanje tveganja za borelijozo sta preprečevanje ugriza klopa ter hitra odstranitev že prisesanega klopa. Z upoštevanjem priporočil lahko zmanjšamo tveganje za okužbo. Nosimo svetla oblačila, ki naj pokrivajo čim večji del telesa, uporabljamo repelente (sredstva, ki odganjajo klope), ob vrnitvi iz narave opravimo temeljit pregled telesa – pozorni smo tudi na poraščene dele telesa, kožne gube, uhlje, pazduhe in dimlje. Kadar opazimo že prisesanega klopa, ga čim prej na pravi način odstranimo, saj verjetnost prenosa okužbe močno zmanjšamo s čimprejšnjo odstranitvijo prisesanega klopa. Klopa pravilno odstranimo z uporabo konicaste pincete, in sicer tako, da ga primemo čim bližje koži in ga z enakomernim gibom izvlečemo. Pri tem ne smemo vrteti pincete levo ali desno, ampak potegnemo naravnost navzgor. Za odstranjevanje kloпов s kože ne uporabljamo olja, kreme, petroleja ali drugih mazil. Cepiva, ki bi preprečilo bolezen, ni. Zato le previdno! 

Incidenčna stopnja prijavljenih primerov lymiske borelioze/100.000 prebivalcev po občinah, Slovenija, 1. 1. 2023–31. 12. 2023
Vir Nacionalni inštitut za javno zdravje, zajem zaslona



Spletni planinci

Pred štiridesetimi leti sem se kot osemletni otrok odpravil z očetom in njegovimi prijatelji na Triglav. Spomnim se priprav na ta veličastni podvig. Prehodili smo vse koroške gore, Peco, Raduho, Olševo, Uršljo, celo v Kamniške smo šli, samo da se utrdi kondicija, da se uhodijo izposojeni gojarji, da se prilagodi hruškasti *rukzok* iz platna z usnjenimi trakovi. Kakšna čelada, varnostni pas ali samovarovalni komplet! Čelado so uporabljali samo rudarji in holcarji, za nas je to bila to španska vas.

Naš planinski podvig je trajal cele tri dni. Odhod s katrcu, ki smo jo pustili na parkirišču pod slapom Savica, ter nadaljevanje v starem fičotu do Pokljuke. Takrat je bila še Jugoslavija, zato smo svojo cestno avanturo opravili po Sloveniji (ne skozi Avstrijo, kakor zdaj), avtocest seveda ni bilo. Od doma smo šli ob polnoči in se po šestih urah ur vožnje z vsemi postanki in nalivanji vode v hladilnik avtomobila z veseljem podali na pot izpred vojašnice na Pokljuki. V naših *rukzokih* so bile volnene nogavice, na roko pleten pulover, rženi kruh, domače klobase, mogoče kaka pašteta. Termovk Snow Monkey še ni bilo ...

V popoldanskih urah smo prišli v nabito polno kočo na Kredarici, takrat brez mobilnih telefonov in rezervacij prenočišč po medmrežju. Zaradi zasedenosti koč smo spali na klopeh v jedilnici. Vsi smo bili veseli iz čisto preprostega razloga: da smo na suhem in toplem, čeprav na trdem ležišču.

Drugi dan je sledil vzpon na vrh naše najbolj veličastne gore v Jugoslaviji. Uspešno opravljen (še diham), čeprav takrat še ni bilo jeklenic, ampak samo razmajani klini. Ponosen oče je iz *rukzoka* vzel fotoaparata in za zmeraj ohranil ta posebni trenutek. To so bili res drugačni časi ... Star fotoaparata, omejen samo na nekaj fotografij. Nadaljevali smo mimo Doliča do Koče pri Triglavskih jezerih. Dobili sobo in nam ni bilo treba spati na klopeh. Drugi dan smo se odpravili čez Komno do

katrcu, ki nas je čakala pod Slapom Savica.

Potem so prišle na vrsto druge gore, druga izhodišča, fičo je svoje odslužil in zamenjal ga je yugo, oče je bil pa še vedno moj vodnik po gorskem svetu. Ti planinski izleti nam bodo ostali v spominu za zmeraj.

Leto 2024. Kot delavec v planinskem društvu in delavec na planinskih kočah opazujem sodobne planince. Nekateri (poudarjam: nekateri) me pustijo odprtih ust. V nedeljo popoldne prideta v kočo, do katere ne vodi cesta, dva planinca, tik preden jo zapremo. Oba izmučena, saj sta imela za sabo uro in pol hoje. Moški v lahkih tekaških copatih, trenirki z logotipom pomembne znamke in tanki jopici. Gospodična v tankem trikotju in beli jakni s krznenim ovratnikom, v ličnem nahrbtniku pa majhen pudej. Njune prve besede: "Uuuu, je bilo daleč od parkirišča, a imate kaj jesti, lepo prosiva. Ne na žlico, kaj bolj konkretnega – *dunajc*, pečenka, lignji, pomfri ..." Še pred dobrim desetletjem smo bili veseli, če smo lahko spali na klopi v koči, zdaj pa se na lokaciji, kamor spravljamo material s tovorno žičnico, pričakuje ponudba "a la carte". Spet nedelja. Zima. Tik pred temo zaklepamo kočo, ko pristopi do nas družina. Oče, mama in sin iz Primorske: "O, a na tej gori je celo kočica?!" Kaj jim naj odgovorim? "Samo slučajno to soboto in nedeljo, drugače je kočica v dolini, jo v *rukzoku* odnesemo." Sploh niso vedeli, kam gredo, od avtomobila do kočice so v zimskih razmerah potrebovali šest ur in pol, čeprav je hoda za največ dve uri. Menda so se izgubili vmes. Šli so na izlet, ker so na Facebooku videli lepe fotografije naših krajev. V pretankih oblačilih, v lahkih športnih copatih, brez svetilke, pijače, hrane in rezervnih oblačil, mama z žensko torbico, pri -4 stopinjah Celzija. Niso vedeli niti kje imajo avto niti ali so prišli iz Mežice ali Črne na Koroškem. Ko jih prosim za opis kraja, kjer so parkirali, dobim natančen odgovor: "Pri kmetiji, kjer imajo kozo in dva psa." Na koncu sem jih v trdi temi pospremil do svojega avta ter odpeljal v dolino. Po skoraj celi uri iskanja smo našli njihov avto. Odgovor na moje vprašanje, kaj bi storili, če v koči ne bi bilo nikogar: "Poklicali bi GRS."

Takih in podobnih primerov je še ogromno. Nekateri "sodobni" planinci načrtujejo ture na osnovi fotografij, objavljenih na družbenih omrežjih. Najpomembnejše jim je, da imajo polno baterijo na telefonu, da lahko naredijo čim več fotografij (ne zaradi zemljevida). Uporabljajo derezice, cepin imajo na nahrbtniku kot modni dodatek ...

Fantje in dekleta, nehajte! Če hočete pokazati svojo izklesano (in razgaljeno) postavo, se lahko fotografirate tudi na klopi v parku. In primernejši portal za prikaz oblin je kateri od tistih za 18+, ne na primer Hribovc.si.

S svojimi dejanji, deljenjem obdelanih in prirejenih fotografij in s tem netočnih informacij na družbenih omrežjih ogrožate ne samo sebe, ampak tudi druge obiskovalce gorskega sveta. Druge naivneže, ki slepo zaupajo vašim olepšanim opisom, v katerih izpustite podatek, da vas je zeblo in da niste vedeli, da je v tistih lepih koncih več kmetij, ki jih čuvata dva psa ... Ogrožate člane GRS, ki nesebično pomagajo vsakič, ko jih kdo pokliče na pomoč, ali pa jim najmanj "ukradete" nekaj ur časa, ko vam morajo pomagati iskati kraj, kjer vas čaka avtomobil.

Andrej Mlinar

PLANINSKA
ORGANIZACIJA

Dejavnosti Planinske zveze Slovenije

Skupščina PZS, ki bo v petek, 19. aprila, ob 17. uri v Kulturnem domu Cirkulane, ni volilna, ampak se bo na njej sprejemalo naslednje: vsebinsko in finančno poročilo organov PZS za leto 2023, poročilo nadzornega odbora PZS za leto 2023 ter okvirni vsebinski in finančni program dela PZS za leto 2025.

V 25. nadaljevanju podkasta *V steni* je Miha Habjan gostil Petra Mikšo, alpinista in zgodovinarja. Mikša je kot izredni profesor zaposlen na oddelku za zgodovino FF v Ljubljani, je avtor številne strokovne literature in eden največjih poznavalcev slovenske planinske in alpinistične zgodovine. V 26. nadaljevanju pa je na vroči stol sedel

Gregor Šegel, član slovenske reprezentance v tekmovalnem lednem plezanju. V zadnjih dveh tekmovalnih sezonah se je večkrat uvrstil v finale kontinentalnega pokala, februarja letos pa se je v angleškem Sanderlandu zavihtel na sam vrh zmagovalnega odra v težavnosti.

Odbor inPlaninec. Zadnje februarско nedeljo so se inPlaninci v veliki skupini podali na planino Kofce nad Tržičem.

Mladinska komisija (MK) bo v šolskem letu 2024/2025 izvedla že 35. tekmovalno Mladina in gore. MK je povabila soorganizatorje za pomoč pri izvedbi regijskih tekmovalj MIG, ki se bodo odvila 16. novembra letos v treh regijah. Najboljši na regijskem nivoju se uvrstijo na državno tekmovalje.

Seminar družabnosti, ki ga pripravlja MK, je bil prvi konec tedna v aprilu v planinskem domu na Boču. Namenjen je bil vsem, ki se ukvarjajo z vzgojo in izobraževanjem otrok in mladine, torej mladinskim voditeljem, mentorjem planinskih skupin in vodnikom planinskih skupin.

Gospodarska komisija je v začetku aprila na Bledu organizirala dvodnevni seminar za oskrbnike in najemnike v planinskih kočah ter za ostalo osebje, ki dela v kočah. Med planinskimi temami o kočah, požarni varnosti, kuharskih značilnostih priprave jedi v kočah je bila dobrodošla tudi delavnica o obvladovanju stresa.

Dom pri izviru Završnice je iskal pomoč pri strežbi, v kuhinji in pri urejanju sob. Najemnik Koče na Gozdu išče sodelavce za delo v strežbi za obdobje od maja do oktobra. Dom Valentina Staniča pod Triglavom razpisuje več prostih delovnih mest za poletno delo, Planinski dom pri Gosposdični na Gorjancih pa v svojo ekipo vabi mlajši upokojski par za pomoč pri delu v domu. Tudi oskrbnik Blejske kočice na Lipanci išče pomoč pri delu v kuhinji, strežbi, urejanju sob in okolice. PD Radovljica je objavilo pristo mesto oskrbnika Roblekovega doma na Begunjski za obdobje enega leta.

Komisija za planinske poti. Planinska pot med Hudim grabnom in Andrejevim domom je bila zaprta zaradi sečnje in spravila lesa ter sanacije gozdnih vlak in prometnic. Zaradi sečnje in spravila lesa je bil nepre-

hoden tudi del Slovenske planinske poti, ki vodi iz Radvanja pri Mariboru. Zaradi podora je do nadaljnjega zaprta gozdna cesta med vasjo Zatoľmin in planino Srednjica oz. Javorca, po kateri potekata planinska pot ter odsek Slovenske turnokolesarske poti.

Cesti v dolini Kot in Krma sta zaprti za ves promet, saj na teh območjih še vedno izvajajo posek in spravilo lesa. Cesta v dolino Kot bo predvidoma odprta od 1. junija, v Krmo pa od 1. avgusta letos.

Komisija za varstvo gorske narave je 3. marca opozorila na svetovni dan prostoživečih rastlinskih in živalskih vrst. Prostoživeče vrste nujno potrebujejo zaščito, saj se je na rdečem seznamu ogroženih vrst Mednarodne zveze za varstvo narave znašlo že skoraj 100.000 močno ogroženih vrst prostoživečih živali in rastlin. Skoraj 30.000 vrst že velja za ogrožene ali ranljive, več kot enemu milijonu rastlinskih in živalskih vrst pa grozi izumrtje.

Naravovarstvena zveza Smrekovec (NZ Smrekovec), ki združuje društva PD Šoštanj, PD Velenje, PD Črna na Koroškem in PD Ljubno ob Savinji, je na letošnji skupščini s predsednico Klavdijo Šeruga dobila novo vodstvo. 21. marec je mednarodni dan gozdov, zato so ob tej priložnosti v Zavodu Štirina in Zavodu za gozdove Slovenije predstavili izobraževalno serijo Gozdarji za Naturo 2000 in primere dobre prakse upravljanja z gozdovi.

Komisija za alpinizem (KA) je nadaljevala s pregledom vzponov in dogajanja v alpinističnih novicah.

Med 20. in 31. januarjem so naši alpinisti in alpinistke pod vodstvom Gašperja Pintarja v Julijcih gostili angleške plezalce s Tomom Livingstonom na čelu, ki je bil že večkrat na obisku v Sloveniji in je v navezah z našimi alpinisti opravljal vrhunške vzpone.

Med 16. in 18. februarjem so se alpinisti in alpinistke pod vodstvom Gašperja Ravnjaka kalili na zimskem alpinističnem taboru nad Bovcem.

Vrhunska alpinista Luka Krajnc in Luka Lindič (oba AO PD Celje - Matica), ki sta konec februarja v južni steni Poincenota v Patagoniji preplezala novo 500-metrsko prvenstveno smer Pot, sta postala ime tedna na Valu 202.



HIKELITE

NAREJEN ZA
PLANINARJENJE



www.factorystore.si

Na voljo v trgovinah: Kibuba, Iglu Šport, Annapurna, Extreme Vital, Intersport, Hervis, Action Mama, Enduro, Elan, Amfibija

Zimski tabor, ki je bil organiziran od 21. do 24. marca na Koči na Grohatu pod Raduho, je bil namenjen tečajnikom in pripravnikom alpinističnih odsekov. Po spremembi datuma je bil zbor načelnikov vseh registriranih alpinističnih odsekov in klubov 3. aprila na sedežu PZS.

Drugi teden v aprilu je potekal tabor na območju Monte Visa ali Aoste, glavni namen tabora je bil plezanje kompleksnih skalnih in kombiniranih smeri ali/in grebenov.

KA je alpinistike navdušujoče povabila na letošnjo jesensko žensko alpinistično odpravo v indijsko Himalajo. Vodji odprave bosta Anja Petek in Patricija Verdev, cilji so neosvojeni vrhovi in/ali nepreplezane severne stene v dolini Lalung. Kot možnosti za bolj preverjene cilje pa obstajajo na tem območju tudi doline Hagshu, Shafat ...

KA je objavila razpis za izpite v naziv alpinist, ki se bodo skupaj s pripravjalnimi seminarji začeli 20. aprila.

Komisija za športno plezanje (KŠP). Leto 2024 je prineslo spremembe v slovenski paraplezalni reprezentanci; februarja letos je namreč reprezentanca opravila prvi trening pod vodstvom novega selektorja in trenerja Matjaža Vrhunca. Reprezentanca je bila ustanovljena leta 2016, do leta 2022 jo je vodil Jurij Ravnik, nato jo je tega leta prevzel Gregor Selak, leta 2023 pa je selektorsko delo nadaljeval Luka Mužar. Mini ekipi stalnih članov Tanje Glušič, Mateja Arha in Mance Smrekar sta se pridružila še Nataša Privošnik in Gorazd Dolanc.

KŠP je 23. marca v Trening centru Šiška v Ljubljani organizirala tekmo državnega prvenstva v balvanskem plezanju za starejše kategorije.

Komisija za gorske športe. Slovenska reprezentanca v tekmovalnem turnem smučanju je odlično nastopila na šesti tekmi svetovnega pokala, ki je bila 1. in 2. marca v avstrijskem Sc-

hadmingu. Izstopata 15. mesto Ane Čufer v šprintih in 17. mesto Luke Kovačiča v vzponu, izkazala sta se tudi Rea Kolbl v šprintih in Klemen Španring v vzponu.

Turnosmučarski memorial celjskih gorskih reševalcev je potekal 24. marca na Okrešlju, 6. tekmovanje Zelenica *Ski Raid*, državno prvenstvo v turnem smučanju, pa 1. aprila na območju Zelenice.

17-letna kadetinja Klara Velepec je na zadnji tekmi mladinskega svetovnega pokala 2023/2024 v tekmovalnem turnem smučanju v Moldeju na Norveškem osvojila še tretje odličje – bronasto medaljo s posamične tekme, potem ko je 13. marca osvojila srebrno odličje na tekmi v vzponu, dan pozneje pa še eno srebrno medaljo v šprintih. Srebro v šprintih je prva slovenska medalja v tekmovalnem turnem smučanju v tej disciplini, ki se bo premierno predstavila na zimskih olimpijskih igrah Milano-Cortina 2026. Velepčeva je januarja na evropskem prvenstvu postala evropska podprvakinja v vzponu in s tem Sloveniji prismočala zgodovinsko prvo medaljo v tekmovalnem turnem smučanju, februarja pa je na drugo stopničko v vzponu stopila tudi na tekmi mladinskega svetovnega pokala v Nemčiji. Sicer odlična gorska tekačica ima tako v svoji zbirki zdaj že pet žlahtnih odličij, in to v svoji prvi sezoni v tekmovalnem turnem smučanju.

Planinska založba je povabila k sodelovanju na razpisu za odkup digitalnih fotografij za *Planinski koledar 2025*. Rok za oddajo je 20. april.

Letos izdano knjigo *Hodim, torej grem* Marjana Bradeška je avtor skupaj z urednikom knjige in vodjo Planinske založbe PZS Vladimirjem Habjanom predstavil 20. marca na novinarski konferenci v naravi. Skupaj z novinarji so se odpravili na turo do Vrha Skopice med Trebušo in Čepovansko dolino.

PZS je na svojih spletnih straneh poročala o praznovanju 120-letnice PD Šoštanj in o odprtju razstave z naslovom Gore in srčnost v Slovenskem planinskem muzeju v Mojstrani ob 100-letnici PD Jesenice.

PZS je povabila k udeležbi kanadske filmske turneje *BANFF Centre Mo-*

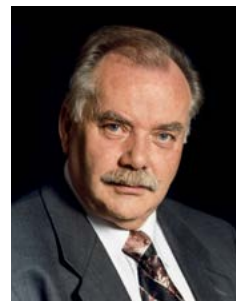
untain Film Festival World Tour 2024, ki se je marca prvič ustavil tudi v Sloveniji.

Zdenka Mihelič

U SPOMIN

Ujoko Čeligoj

(1938–2023)



Konec leta 2023 se je od nas poslovil dolgoletni aktivni član in predsednik Ujoko Čeligoj, planinec, numizmatik, kronist, raziskovalec lokalne zgodovine, pobudnik številnih akcij ter neusahljiv vir energije in idej. Intenzivneje je svojo planinsko zgodbo začel pisati kot pedagoški delavec na lokalni osnovni šoli, kjer je svoje znanje in ljubezen do hribov in gora delil z mladimi, k sodelovanju pa mu je uspelo prepričati tudi mentorje na ostalih ilirskobistriških šolah. Zavedal se je, da se prihodnost društva gradi z mladimi, ki jim ni bil le mentor, ampak tudi zgled. Z vzgojiteljicami lokalnih vrtcev je že leta 1974 začel akcijo *Ciciban planinec*, ki se je pridružila akciji *Pionir planinec*. Njegovo delovanje je bilo tudi sicer zelo široko; med drugim je sodeloval pri pripravi Poti prijateljstva Snežnik-Snježnik, organizaciji zelo odmevnih zimskih vzponov na Snežnik, bil je urednik *Knjige o Snežniku*, če omenimo le nekaj njegovih dosežkov.

Za svoje delo je prejel številna visoka priznanja Planinske zveze Slovenije, med katerimi zagotovo najbolj sije *svečana listina za življenjsko delo in zasluge na področju planinske dejavnosti v Sloveniji*. S svojim vedno vedrim pogledom na življenje ostaja kot spomin v srcih številnih, ki smo ga imeli čast poznati in z njim sodelovati.

PD Snežnik Ilirska Bistrica

Opravičilo

V marčni številki Planinskega vestnika smo objavili novico, da je Bloudkovo nagrado za izjemen prispevek k razvoju športa v Sloveniji prejel nekdanji predsednik PZS Franci Ekar. Pomotoma smo zapisali, da je bil g. Ekar v preteklosti poleg drugih funkcij tudi predsednik PD Preddvor. Za neljubo napako se opravičujemo.

Uredništvo



**POČITNIŠKA
PLEZALNA
ŠOLA**

AKTIVNE IN ZABAVNE POČITNICE | ZA ZAČETNIKE IN IZKUŠENE MLADE PLEZALCE
10 TERMINOV PREKO CELEGA POLETJA | WWW.PLEZALNICENTER.SI

PLEZALNI
CENTER
LJUBLJANA

**U prihodnjih številkah Planinskega
vestnika boste lahko prebrali ...**

TEMA MESECA

Johannes Frischauf

INTERJUJ

**Thierry Duffar, Drejc Kokelj, Klavdij Mlekuž
in Klavdija Mlekuž Peroša, Gašper Pintar**

Z NAMI NA POT

Bosna in Hercegovina, AAT, Uršlja gora



TV Krpan
urednistvo@produkcijakrpan.eu +38640 146 101

www.facebook.com/tvkrpan

TELEVIZIJA Z MERO IN OBČUTKOM

**GLEJTE NAS
V DIGITALNI SHEMI TELEMACH (PROGR.MESTO 750)
PRI KABELSKIH OPERATERJIH
(PROGR.MESTO 30)**



88,3 MHz, 96,9 MHz, 97,2 MHz,
99,5 MHz, 103,7 MHz,
105,1 MHz in 106,2 MHz.

Primorski val

**Od Trente do Trojan, najbolj poslušana
regionalna radijska mreža na Primorskem.**



**ZIMSKA
DOŽIVETJA
NARAVE**

**vsak petek ob 17.05 h
na radiu Ognjišče**

z Blažem Lesnikom

**RADIO ŠT. 1
OD KOLPE DO BARJA**

radijska oddaja

ČEZ HRIBE IN DOLINE

vsak 3. četrtek v mesecu, ob 17. uri

SE SLIŠIMO!



**RADIO
UNIVOX**

**99.5 MHz
106.8 MHz
107.5 MHz**

Rožna ulica 39
1330 Kočevje

T: 01/893 99 10
F: 01/893 99 24
E: info@univox.si



**RADIO
KRANJ 97.3**

www.radio-kranj.si

GORENJSKI megasrček



gore-ljudje



SEBASTIAN KROGVIG

READY FOR MORE DISTANCE

ULTRA

Shop the ULTRA collection here:

Šport 11 • ExtremeVital • Kibuba • Rossi Sport • SportPoint
Kranjska Gora • Bokal Sport • ActionMama • Enduro Prevalje