



Koło Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego przy Regionalnym Centrum Informatyki w Krakowie zaprasza na wycieczkę w Beskid Wyspowy

„ Pasma Łopusza i Kobyły ”

19.05.2018r.

Plan ramowy:

Przejazd po trasie:

Kraków – Wieliczka – Bochnia – Nowy Wiśnicz – Rajbrot – Żegocina – Bochnia – Kraków

Przejście piesze po trasie:

Rajbrot – Łopusze Wschodnie – Łopusze Zachodnie – Przełęcz Rozdziele – Bacówka na Zadziale – Kamionna (Patria) - Żegocina

Czas przejścia ok. 6 godzin.

Uwagi organizacyjne

- **Wyjazd autokarem** w dniu 19.05.2018r.

o godz. 08.00 spod Uzdrowiska Mateczny – Zdrój przy Rondzie A. Matecznego.

- **Koszt** : członkowie PTT: dorośli – 7 zł., dzieci do lat 18 – 3 zł.

pozostali: dorośli - 10 zł., dzieci do lat 18 – 6 zł.

(ubezpieczenie NNW , opłata parkingowa)

- **Jedzenie** we własnym zakresie.

- Przewidywany powrót do Krakowa ok. godz. 19.00

Porady dodatkowe

- **Ubiór**: należy zaopatrzyć się w ciepłe rzeczy (ciepły sweter, polar) oraz coś od deszczu. Na nogi wkładamy turystyczne buty, sprawdzone i wcześniej zaimpregnowane. Jeżeli macie ochraniacze na spodnie to je weźcie – mogą być użyteczne zwłaszcza przy błocie. Mogą

przydać się kijki, zwykłe narciarskie lub teleskopowe. Dobrze jest mieć też rzeczy na przebranie po całym dniu wędrówki. Zapasowe suche skarpetki są przyjemną odmianą po ich całodziennych, nieraz już przemoczonych poprzedniczkach.

- Jedzenie: przygotujcie sobie kanapki na cały dzień – każdy według potrzeb (w górach chce się jeść). Pamiętajcie o czymś do picia – min. Półtora litra wody mineralnej na osobę.

- Na drogę nieodzowne są słodycze typu czekolada , cukierki etc. – dodatkowy zastrzyk energii zawsze może się przydać. Nie zapomnijcie wziąć ze sobą herbaty lub/i kawy w termosie. Dobrze mieć swój kubek.

- Nawet najwygodniejsze buty potrafią zdradliwie obetrzeć w najmniej oczekiwanym momencie. Dlatego zapakujcie kilka plastrów z opatrunkiem. Bandaż elastyczny jest również wskazany.

- No i na koniec uwaga czysto techniczna: choć często pakujemy się w ostatniej chwili i w pośpiechu dobrze jest zapakować sobie wszystko do reklamówek. Nie ma gorszej rzeczy niż przemoczone wszystkie rzeczy w plecaku.

Zapisy do dnia **17.05.2018r.** przyjmuje **Dariusz Wójcik** email: dwojcik3@op.pl

Wpłatę należy dokonać do dnia 17.05.2018r. na konto bankowe Koła PTT przy RCI Kraków

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

„ Łopusze ” – imię i nazwisko – wszystkich osób za które dokonana jest wpłata.

Szczegółowych informacji udziela Dariusz Wójcik - tel. 514 – 541 - 043

UWAGA: w przypadku niezyskania autokaru , wycieczka zostaje odwołana !

www.balice.ptt.org.pl