

## Opća planinarska škola PD „Zagorske steze“ Zabok

Planinarsko društvo "Zagorske steze" Zabok od kraja veljače do sredine travnja 2018. organizira opću planinarsku školu za sve koji žele naučiti kako se pravilno pripremiti i sigurno boraviti u planini.

Cijena škole je 250,00 kn. U cijenu Škole je uključena jedna zamka i karabiner, a nisu uračunati troškovi pohoda. Članovi PD Zagorske steze Zabok imaju prednost upisa, a cijena za njih je sufinancirana od strane Društva i iznosi 170,00 kn.

Broj polaznika škole je minimalno 15, a maksimalno 30.

Sudionici škole moraju biti članovi Hrvatskog planinarskog saveza, odnosno planinarskog društva.

Predavanja, vježbe i pohodi su obavezni. Za dobivanje diplome potrebno je odslušati 6 od 8 predavanja (15 tema), odnosno sudjelovati na 5 od 7 dana pohoda.

Predavači, vodiči pohoda i vježbi su iskusni licencirani planinarski vodiči i instruktori, članovi Društva.

Predavanja će se održavati u Planinarskoj kući Picelj utorkom od 20 sati u trajanju od dva do tri sata, a pohodi tijekom nedjelje odnosno subote i nedjelje za dvodnevni pohod na Platak.

### **Popis tema predavanja:**

1. Povijest planinarstva
2. Poznavanje planina
3. Planinarska organizacija
4. Zaštita prirode
5. Meteorologija
6. Oprema
7. Pripreme za odlazak u planinu
8. Kretanje u planinama
9. Boravak u planinama
10. Opasnosti u planinama
11. Prva pomoć
12. Osnove spašavanja i HGSS
13. Korištenje tehničke opreme
14. Orijehtacija
15. Speleologija

### **Popis vježbi**

1. Prva pomoć
2. Orijehtacija
3. Osnove spašavanja i HGSS
4. Korištenje tehničke opreme

### **Pohodi:**

1. Ivančica
2. Medvednica
3. Strahinjčica
4. Samoborsko gorje
5. Okić
6. Platak  
(dvodnevni – Risnjak i Snježnik)

*Polaznici planinarske škole ne mogu biti osobe mlađe od 15 godina dok za one između 15 i 18 godina roditelj, odnosno staratelj mora dati pismenu suglasnost.*

*Svi polaznici planinarske škole moraju uplatiti školarinu (članovi drugih društava 250,00 kn, a članovi Zagorskih steza 170,00 kn) na žiro račun društva ili kod blagajnice (Tamara Pevec, 098/9777-336) svaki radni dan od 8 do 14 sati u diskontu Trgocentra u Zaboku do 20. veljače do 12:00 sati, te na prvo predavanje donijeti potvrdu o uplati.*

*Prijave sudionika škole može se izvršiti na e-mail društva [pd.zagorske.steze@kr.ht.hr](mailto:pd.zagorske.steze@kr.ht.hr) ili voditelju škole Marijanu Hrastinskom na [mhrastin@gmail.com](mailto:mhrastin@gmail.com) odnosno na telefon 091 22 04 958.*