



HRVATSKO PLANINARSKO DRUŠTVO "LIPA" SESVETE



SEKCIJA DRUŠTVENIH IZLETA „HAJ LIP“

Trg Dragutina Domjanića 6/II
10360 Sesvete
www.hpdlipa.hr
info@hpdlipa.hr
Sesvete, 30.3.2016.

poziva članove društva na planinarski izlet

MEDVEDNICA XVII. pohod Liječničkom planinarskom stazom nedjelja, 24. travnja 2016.

Planinarski klub Hrvatskog liječničkog zbora već tradicionalno organizira pohod Liječničkom planinarskom stazom iz Gračana. U sklopu planinarskog hodanja organizira se i javnozdravstvena kampanja: 3. Hrvatski Globe-athon Hrvatske lige protiv raka - planinarenjem protiv ginekološkog raka kojim se promovira zdravi način života.

Okupljanje naših članova je na okretištu tramvaja na Mihaljevcu do **7.50** sati. Do Mihaljevca vozi tramvaj br. **14**. S Mihaljevca nastavljamo vožnju tramvajem br. **15** koji polazi u **7.55** sati. Izlazimo na trećoj tramvajskoj stanici u Gračanima gdje sudjelujemo u programu domaćina:

8.15 sastanak svih polaznika ispred prodavaonice Spar (bivša Diona) kod škole u Gračanima
8.30 početak pohoda: Gračani – Bedenikov gaj – Pustodol – bivši sanatorij na Brestovcu – Dom Crvenog križa, gdje je i završetak pohoda (stazom br. 55 do Brestovca, dalje stazom br. 52 i lijevo šumskom cestom do skretanja (staza br. 1.) za Tomislavov dom. Nastavljamo nemarkiranom šumskom cestom do Ženskog sedla i stazom br. 26 do Doma Crvenog križa).

Po dobrom starom običaju na završetku pohoda, mjerit će se krvni tlak, zasićenost kisika u krvi i šećer u krvi svim sudionicima pohoda, a u organizaciji aktivista Crvenog križa.

Vrijeme hoda: oko 3 sata.

Daljinar od doma Crvenog Križa:

vrh Sljeme - 30 min; Pl. dom Grafičar - 20 min; Gračani 2,5 sata; Šestine - 2,5 sata.

Povratak je moguć autobusom ZET-a koji polazi kraj Tomislavova doma ili kraj planinarskog doma Grafičar (14.00, 15.15, 16.00, 17.00, 17.50).

Staza nije tehnički zahtjevna, potrebna je primjerena kondicija. Za one koji planiraju proći cijeli predviđeni put (s povratkom) traje oko 6 sati.

POTREBNA OPREMA: čvrste planinarske cipele, zaštita od kiše i sunca, zamjenska odjeća i obuća, štapovi za hodanje, te ostala oprema potrebna za jednodnevni izlet ovisno o vremenskim uvjetima.

PREHRANA: U domu Crvenog križa: grah - prihod ide u humanitarne svrhe (Hrv. liga protiv raka).

TROŠAK PRIJEVOZA: u vlastitoj režiji

ORGANIZATOR/VODIČ: Vladimir Beštak, 091/533 53 91 e-mail: vladimir.bestak@zagreb.hr

Molimo da se najavite vodiču do **21. travnja 2016.**

NAPOMENA: *Odazivom na izlet svaki pojedinac potvrđuje da je upoznat s uvjetima izleta, te da ispunjava zdravstvene, fizičke i tehničke uvjete za sigurno sudjelovanje na izletu, da ima plaćenu članarinu za 2016., te da pristupa izletu na vlastitu odgovornost. U slučaju loših vremenskih uvjeta, vodič ima pravo promijeniti rutu ili otkazati izlet.*



OBAVIJEŠTI I UPUTE SUDIONICIMA IZLETA

Sudionik izleta je svojom prijavom za sudjelovanjem na izletu potvrdio:

- 1) da je upoznat sa svim detaljima izleta, da je zdrav i da nema kronične bolesti koje nije prijavio vodiču izleta, te da je psihofizički spreman za napore na izletu,
- 2) da će slušati sve u dobroj namjeri izrečene upute vodiča na terenu, te da svojim djelovanjem neće ugrožavati druge sudionike izleta.

Zbog premalog broja prijavljenih sudionika izleta s plaćenom akontacijom prijevoza, izlet se može otkazati odmah po zaključenju liste sudionika izleta. Uplaćeni novac sudionicima izleta se vraća. Ostavlja se mogućnost vodiču izleta da s prijavljenim sudionicima izleta dogovori drugo prijevozno sredstvo (manji autobus, kombi, osobni automobili ...) te korigira cijenu prijevoza ako je potrebno.

Zbog nepovoljnih vremenskih uvjeta na terenu, izlet se može otkazati najkasnije 12 sati prije polaska na izlet. Organizator je dužan otkazivanju izleta odmah obavijestiti sve sudionike izleta. Uplaćeni novac sudionicima izleta se vraća.

Sudionik izleta može otkazati sudjelovanje na izletu do 5 (pet) dana prije polaska na izlet s mogućnošću povrata uplaćenog novca. Ako se izlet otkazuje zadnja 4 (četiri) dana prije polaska na izlet, povrat uplaćenog novca nije moguć. Sudionik izleta može za sebe pronaći zamjenu i o tome obavijestiti vodiča/organizatora izleta.

Vodič prije polaska na izlet provjerava opremu sudionika izleta; ako netko nema opremu u skladu s zahtjevima iz najave izleta, vodič je dužan takvoj osobi zabraniti sudjelovanje na izletu. Uplaćeni novac se ne vraća.

Vodič prije polaska na izlet provjerava zdravstveno i psihofizičko stanje sudionika izleta; ako ustanovi da netko od prijavljenih sudionika neće moći izdržati napore predviđenog puta može takvoj osobi zabraniti sudjelovanje na izletu. Uplaćeni novac se ne vraća.

Zbog iznenađujućih pogoršanih vremenskih uvjeta na terenu vodič ima pravo promijeniti smjer kretanja i krajnje odredište, odnosno može prekinuti odvijanje izleta.

Zbog problema sa zdravstvenim stanjem pojedinih sudionika izleta vodič donosi optimalne odluke: određuje sudionike izleta koji će se pobrinuti za ugroženog člana, odnosno, u krajnjoj nuždi, prekida izlet.

Sudionik izleta mora biti član Hrvatskog planinarskog saveza s plaćenom članarinom za tekuću godinu. Člansku iskaznicu mora imati sa sobom za vrijeme izleta.

(napisano prema odredbama Pravilnika o organiziranju i vođenju izleta HPD LIPA SESVETE)