



Koło Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego przy Regionalnym

Centrum Informatyki Kraków zaprasza na wycieczkę w

BESKID MAŁY – BLIŻNIAKI

7 MARZEC 2020 r.

Plan Ramowy :

Przejście piesze po trasie :

Czartak – Iłowiec – Łysa Góra – Bliźniaki – Wapienica – Pańska Góra -
Andrychów

Czas przejścia: ok.7 h Dystans : ok.15 km Suma podejść : ok. 800 m.

Przejazd po trasie:

Kraków – Głogoczów – Wadowice – Gorzeń Dolny – Czartak – Andrychów –
Kalwaria Zebrzydowska – Biertowice – Gaj - Kraków.

Uwagi organizacyjne :

Wyjazd w dniu 07.03. 2020r. (sobota) :

- **godz. 7.30** spod uzdrowiska (parking) przy rondzie A. Matecznego

- przewidywany powrót do Krakowa w dniu **07.03.2020r.** ok. godz. 18.00

- **Koszty** : Członkowie PTT: **dorośli – 40 zł., dzieci do lat 18 –35zł.**

Pozostali : **dorośli – 45 zł., dzieci do lat 18 –42 zł.**

(usługa transportowa , ubezpieczenie NNW, opłata parkingowa)

- **Jedzenie** : we własnym zakresie.

Porady dodatkowe :

- Ubiór: należy zaopatrzyć się w ciepłe rzeczy oraz kurtki przeciwdeszczowe. 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 kawy w termosie.

- Nawet najwygodniejsze buty potrafią zdradliwie obetrzeć w najmniej oczekiwanym momencie. Dlatego zapakujcie kilka plastrów z opatrunkiem. Bandaż elastyczny jest również wskazany. Proszę zabrać tzw. „**raczki**”.

- 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 **04.03.2020r.** przyjmuje Paweł Wróbel tel. **607 – 952 - 977**

e-mail: **wrobelpg@gmail.com**

Wpłatę należy dokonać do dnia **04.03.2020 r.** na konto bankowe Koła PTT przy RCI Kraków

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

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

www.rci-krakow.ptt.otg.pl

