



**Koło Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego przy Regionalnym  
Centrum Informatyki Kraków zaprasza na wycieczkę  
w Beskid Żywiecki – Babia Góra ( 1725 m. npm. )  
14 października 2023r.**

**Plan ramowy :**

**Przejście piesze po trasie :**

Stańcowa – Babia Góra – Hajovna na Rovinach – Stańcowa.

**Czas przejścia : ok. 7 godzin , dystans : ok. 14 km. , suma podejść : ok. 980 m.**

**Przejazd po trasie :**

Kraków – Rabka Zdrój – Jabłonka – Lipnica Wielka – Parking Polana Stańcowa – Spytkowice – Myślenice - Kraków.

**Uwagi organizacyjne :** wyjazd w dniu **14.10.2023r.** ( sobota )-

- o godz. **07.00** z parkingu przy sklepie Decathlon ( centrum handlowe ul. Zakopiańska – Kraków ).

– przewidywany powrót do Krakowa w dniu **14.10.2023r.** ok. godz. **18.00.**

– **koszty : członkowie PTT : dorośli – 76 zł. , dzieci do lat 18 – 72 zł.**

**pozostali : dorośli – 85 zł. , dzieci do lat 18 – 81 zł.**

- jedzenie : we własnym zakresie.

**Porady dodatkowe :**

- ubiór : należy zaopatrzyć się w ciepłe rzeczy ( ciepły sweter , polar ) , ubiór przeciwdeszczowy . 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 picciu – minimum półtora litra wody mineralnej na osobę. Na drogę nieodzowne są słodkie typu czekolada, cukierki – 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 oraz bandaż elastyczny.
- na koniec uwaga czysto techniczna – choć często pakujemy się w ostatniej chwili i w pośpiechu to dobrze jest spakować sobie wszystko do reklamówek. Nie ma gorszej rzeczy niż przemoczone wszystkie rzeczy w plecaku.

**Uwaga : trasa przejścia pieszego przebiega częściowo przez terytorium Słowacji, każdy uczestnik wycieczki powinien posiadać przy sobie ważny dowód osobisty lub paszport.**

Zapisy do dnia **06.10.2023r.** przyjmuje oraz szczegółowych informacji udziela Paweł Wróbel  
Tel. 607 – 952 - 977 mail : [wrobelpg@gmail.com](mailto:wrobelpg@gmail.com)

Wpłatę należy dokonać do dnia **06.10.2023r.** na konto bankowe Koła PTT przy RCI Kraków  
**BOŚ Bank 34 1540 1115 2111 2797 5378 0001** z dopiskiem w tytule przelewu :  
„ Babia Góra ” – imię i nazwisko wszystkich osób na które dokonana jest wpłata.

**[www.rci-krakow.ptt.org.pl](http://www.rci-krakow.ptt.org.pl)**