

## OSEBNI OPOMNILNI SEZNAM ZA KAKOVOSTNO IZVEDBO IZLETA, POHODA, TURE

Opomnilni seznam je namenjen gorniškim novincem za preverjanje lastnega procesa priprave in izvedbe izleta, pohoda ali ture. Uporabljamo ga, dokler ne dosežemo ravni gorniškega znanja, ki pomeni samostojnost.

<b>PRED IZLETOM, POHODOM, TURO</b>	✓
datum	
cilj	
ura zбора in prihoda nazaj	
prevoz	
izhodišče, vhodišče	
kratek opis poti, skica ture	
tehnična zahtevnost poti	
vodnik, zemljevid	
čas hoje	
počitki	

planinska koča (rezervacija)	
varnost	
zanimivosti	
število sotovarišev	
izkušnje sotovarišev	
oskrba	
osebna oprema	
tehnična oprema	
skupna oprema	
vremenske razmere	
različica za slabo vreme	
denar/cena	

### Dobra priprava je polovica uspešne izvedbe!

<b>MED IZLETOM, POHODOM, TURO</b>	✓
<b>na zbornem mestu:</b>	
preverjanje prisotnosti	
preverjanje opreme	
navodilo pred hojo	
oddaljevanje od skupine	
<b>na začetku hoje:</b>	
oblikovanje kolone	
primernost tempa	
<b>med izletom:</b>	
tempo hoje, dihanje	
varnostna razdalja	
spremljanje gibanja	
toplotno uravnavanje telesa z oblačili	
poučevanje	
opozarjanje	

počitki	
vzdušje	
komuniciranje z repom kolone	
preverjanje prisotnosti	
<b>v planinski koči:</b>	
preverjanje prisotnosti	
red v koči	
nastanitev in oskrba	
družabnost	
priprava na naslednji dan	
prenočevanje	
<b>na vhodišču:</b>	
preverjanje prisotnosti	
izpolnitev pričakovanj	
sprejemanje kritik in pohval	
dobri predlogi	
povabilo na naslednji izlet	

### Na vrhu je pred nami še več kot polovica poti!

<b>SPET DOMA</b>	✓
ureditev osebne in skupne opreme	
pogovor in analiza izvedbe in doživetega	

razmislek o možnih izboljšavah	
nujno je treba spremeniti	
iskanje odgovorov in pomoči	
izbira novega ustreznega cilja	
ureditev dnevnika, fotografij	

### Gore so lepe, zato se varno vrnimo domov.

