

KOLIKO I KAKO PLANINI DAJEŠ, TOLIKO ĆE TI UZVRATITI!

- Pomogni u nevolji (nesreći), to ti je dužnost, ako nisi pomogao snosiš moralnu i krivičnu odgovornost
- Prekini izlet ili akciju ako naiđeš na nesreću, pomogni pri akciji spašavanja
- Pri susretu na planinama planinari se pozdravljaju
- Daj prednost planinaru koji se penje
- U susretu s mještanima kraja kojim prolaziš budi pristojan, poštuj njihove običaje
- Hodaj planinarskim stazama i putevima, u granicama svojih mogućnosti uklanjaj prepreke
- Ne viči, ne galami, razgovaraj poluglasno, imaj na umu da u planini ima života koji se odmah ne opaža
- Ne loži vatru u šumi bez potrebe, ako ložiš, poduzmi mjere opreza
- Otpatke konzerve, papir, plastiku i ostalo ne razbacuj oko sebe, pokupi i ponesi sa sobom ili ostavi na određeno mjesto
- Ne ističi sebe i svoju kondiciju, pogotovo nagovarajući druge da se i oni pridruže tvom samo dokazivanju u brzom hodanju ili penjanju
- Pravilo glasi (dinamika kretanja): udiši na nos izdiši na usta, uskladi korak sa disanjem i terenom
- Vodič je taj koji će odrediti tempo kretanja (hoda) u pravilu po najslabijem hodaču, a brzim hodačima omogućiti brzo kretanje, upamti, grupa ili učesnici su nehomogeni te vodi računa o odmorima
- U planinarstvu nema takmičenja, planinarstvo nije sport, nema rezultata, nagrade su osvojeni vrhovi, prekrasni vidici
- Koristi racionalno tekućinu (pazi na vodu gdje je nema u izobilju), imaj na umu da djeca troše tri puta više vode od odraslih
- Poštuj režim nacionalnih parkova i rezervata, ne trgaj šumsko bilje i cvijeće, na pristojan način upozori i ostale ako to čine
- Planinarsku kuću, naročito planinarsko sklonište po napuštanju očistiti, ostavi višak hrane koja ti ne treba u daljnjem kretanju

- Pri dolasku u planinarsku kuću predstavi se domaru, za vrijeme boravka pridržavaj se kućnog reda
- Ne zaboravi se upisati u knjigu i obavezno upiši smjer puta
- Po odlasku pozdravi se sa domarom, upitaj ga za vremenske prilike i upoznaj ga sa daljnjim planom tvog kretanja

Izvor: Osnove planinarstva Alana Čaplara