

Na šta treba obratiti pažnju prilikom montiranja šatora? Šta sve treba ponijeti na planinarsku turu? O čemu sve treba voditi računa kada se nalazimo u planini?

Obratiti pažnju na pravilno montiranje šatora sa postavljanjem zaštitnog sloja. Prije toga provjeriti gdje se šator postavlja da kojim slučajem to ne bude iznad mravinjaka, oštih kamenih ivica, neravnog terena i sl.

Prilikom spavanja obavezno koristiti podmetač. Ukoliko ga nemate, može poslužiti i dio odjeće koju postavite ispod vreće za spavanje.

Voditi računa da šator ne bude blizu neke vatre, kako vjetar ne bih nanjeo žar.

Obavezno osušiti šator poslije padavina. Ukoliko se to ne može obaviti odmah, onda to učiniti kod kuće odmah po povratku, jer u suprotnom će se šator uplesnaviti ako je ostalo i malo vlage.

Opremu u rancu pakovati u najlon vreće, jer je to najbolja zaštita ukoliko ranc ovlaži.

Na svaku turu ponjeti svijeću i bateriju sa rezervnim ulošcima i lampicom (mikrosijalica).

Od neophodnih stvari za prvu pomoć ne treba zaboraviti hanzaplast, pakovanje zavoja, gazu, jod, tablete protiv bolova i temperature (analgetici, andol, aspirin), žilet ili neki oštri nožić.

Ukoliko raspolazete sa malim brojem presvlaka, perite ih i sušite u svakoj pogodnoj prilici (odnosi se na duže boravke).

Slično je i kada hodate po kiši a nemate zaštitu, krećite se svo vrijeme. Presvucite se tek kada stanete.

Na putovanje ponesite neophodnu dokumentaciju (ličnu kartu i zdravstvenu knjižicu).

Obavezno nositi rezervnu obuću.

Jedan od obaveznih detalja opreme su i zaštitne kreme i naočale za sunce.

Ako su u pitanju veliki napori, ponesite vitamine (preporučujemo multivitamine) i hranu koja sadrži nešto više glukoze (čokolada, suho grožđe) koji će vam poslužiti kao dodatak u ishrani i pomoći u bržem oporavku.

Obavezno vodite računa da kod sebe imate dovoljno vode.

Fotoaparat je još jedna od stvari koja bi trebala da vam se nađe pri ruci. Ukoliko ga zaboravite, možete ostati bez dragih uspomena. U slučaju da ga nemate ili niste ponjeli, vodite bar dnevnik aktivnosti.

Prije odlaska u nepoznate predjele dobro se raspitajte o pravcu vašeg kretanja, informacije od seljaka i mještana vrlo često mogu biti neprecizne. Dobro je imati kompas i kartu predjela u kome se nalazite.

Ni u kom slučaju ne dozvolite da vaše smeće ostadne rasuto po prirodi. Ubacite ga u kesu i nosite ga do prvog mjesta sa kontejnerom. Ukoliko niste spremni na to, ne možete biti član planinarskog društva, alpinističkog kluba, Behrem Planinar Extrem Team-a sigurno ne.

Za svaku jaču turu pripremite se i fizički i psihički, a obavezno sa sobom ponesite dobru volju za pješaćenje, penjanje i druženje, kao i za ostale aktivnosti.

Strogo vodite računa gdje ćete paliti vatru. Ukoliko ste to učinili, više puta provjerite da li je ugašena prije nego što napustite mjesto gdje ste boravili.

Ukoliko ste se odlučili da krenete u pravcu bosanskohercegovačkih planina, predlažemo vam da posjetite neke od planina: Prenj – (Zelena Glava 2115 mn/v, Lupoglav 2102 mn/v, Cetina 1995 mn/v i dr.), Čvrsnica – (Pločno 2223 mn/v, Veliki Vilinac 2116 mn/v, Hajdučka Vrata 2000 mn/v i dr.), Visočica – (Džamija 1967 m/nv, Veliki Ljeljen 1963 mn/v, Vito 1960 m/nv, Subar 1820 m/nv), Veliko brdo 1884 m/nv, Drstva 1808 m/nv.