

PLAN REALIZACJI

KORONY GÓR POLSKI

(25 szczytów)

I SZLAKU ORLEJ PERCI

W 3 TYGODNIE

(9-30.08.2015)



Małgorzata Góral

Marcin Bugajski

1. O NAS

Na wyprawę wybieramy się w 2 osobowym składzie ze względów logistycznych oraz z uwagi na stopień trudności trasy. Znamy się na tyle dobrze, że możemy zawsze na sobie polegać, wiemy jak reagować na sytuacje kryzysowe oraz darzymy się bezgranicznym zaufaniem niezbędnym podczas wymagających wypraw.

Oto kilka słów o tym kim jesteśmy:



Małgorzata Góral „Ruda” 24 lata – z wykształcenia biolog, z zamiłowania podróżnik, wędrowiec, survivalowiec i biegacz długodystansowy. Kocha góry, niesamowicie ambitna i wiecznie w ruchu. W wolnych chwilach zajmuje się zielarstwem, szyje i jeździ na rolkach. Instruktor i ratownik ZHP, szef wyszkolenia specjalnościowego w 77 Lubelskiej Wielospecjalnościowej Drużynie Wędrowniczej „Apogeu”, szefowa Harcerskiej Grupy Survivalowej „Atacama”.

„Pasją do górskich wędrówek i wyzwań zaraził mnie mój tata, jednak idąc w jego ślady postanowiłam pójść o krok dalej. Zapisalam się do klubu zdobywców Korony Gór Polski, zdobywam kolejne odznaki GOT i niemal każdą wolną chwilę spędzam w górach. Polskie góry są moją pasją, motywacją do działania i celem niemal każdej wyprawy. Z Marcinem Połączyła mnie wspólna miłość do gór, harcerstwo, pasja survivalu, wędrowania i podróżowania. Mamy za sobą kilkadziesiąt udanych wypraw i tysiące przejechanych kilometrów. W najbliższym czasie planujemy ukończyć kurs wspinaczki skałkowej oraz Kurs Przewodników Beskidzkich. Zawsze razem, zawsze w Polsce, zawsze w góry”.



Marcin Bugajski „Kombajn” 22 lata – z zawodu żołnierz, student ratownictwa medycznego, survivalowiec z SERE B, skoczek spadochronowy i wielokrotny pielgrzym. Zawodowiec w czytaniu mapy, ćwiczy wspinaczkę skałkową a w wolnych chwilach gra na gitarze, śpiewa i uczy dzieci udzielania pierwszej pomocy. Instruktor ZHP oraz Harcerskiej Szkoły Ratownictwa, szef wyszkolenia specjalnościowego w 77 Lubelskiej Wielospecjalnościowej Drużynie Wędrowniczej „Apogeu”, szef inspektoratu ratowniczego Chorągwi Lubelskiej.

„Po górach chodziłem od lat, jednak dopiero gdy poznałem Gosię dowiedziałem się o możliwości zdobywania Odznak GOT i Korony Gór Polski. Zrobiło to na mnie wielkie wrażenie i wkrótce rozpoczęliśmy wspólne podróże. Na szlaku uzupełniamy się wiedzą i umiejętnościami. Gosia jest kreatywna i potrafi wykorzystać dziko rosnące rośliny do przyrządzenia kulinarnych specjalów. Ja natomiast wykazuje się praktycznym zmysłem i umiejętnościami radzenia sobie w chwilach kryzysu zdobytymi podczas służby w wojsku. Chciałbym żeby nasza pasja była motywacją dla innych do zdobywania kolejnych szczytów”

Jesteśmy parą szalonych, ambitnych ludzi, którzy postanowili podjąć zaplanowane wyzwanie: ukończenie zdobywania Korony Gór Polski (25 szczytów) i przejście najtrudniejszego w Polsce szlaku turystycznego - „Orlej Perci” w ciągu 3 tygodni. Zdobyte szczyty planujemy opisać na naszym blogu „Metr nad poziomem morza” (<https://www.facebook.com/NadPoziomemMorza>).

Dotychczasowe doświadczenia i umiejętności pomocne przy planowaniu wyprawy:

- Umiejętność posługiwania się mapą i kompasem (wraz z umiejętnością wyznaczania azymutów),
- Wiedza zdobyta podczas szkolenia survivalowego SERE B (Marcin),
- Posiadanie popularnej i brązowej odznaki GOT (Gosia),
- Umiejętność radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych,
- Udział w licznych biegach z osiągnięciami (Gosia),
- Umiejętność naprawy sprzętu, stworzenia elementów zastępczych,
- Umiejętność udzielania pierwszej pomocy poświadczona certyfikatami,
- Wytrzymałość fizyczna i psychiczna,
- Prawo jazdy kat. B,
- Wiedza zdobyta podczas wędrownych obozów harcerskich,
- Umiejętności survivalowe nabyte podczas kilkakrotnych wypraw do Skandynawii (Gosia),
- Wiedza i umiejętności nabyte podczas służby w wojsku (Marcin),
- Otwartość i łatwość w nawiązywaniu kontaktów,
- Podstawowa wiedza z zakresu fotografii cyfrowej i analogowej (Gosia).

2. CELE I ZAŁOŻENIA WYPRAWY

" Im więcej było przeszkód, tym bardziej chciałem jeździć w góry. Choćby po to, żeby udowodnić sobie, że mogę, że przewalczę. Ta chęć, ten cel był tak ważny, że wszystkie środki były dobre, aby tylko wyjechać."

Celem tego projektu jest propagowanie idei zdobywania odznak PTTK, odznaki „Korona Gór Polski” oraz „Tatrzańskich Dwutysięczników”. Poprzez ich realizację chcielibyśmy przybliżyć ludziom piękno polskich gór wraz z miejscowym folklorem i (w miarę możliwości) zabytkami każdego pasma. Odbываяc tą wyprawę mamy ambicję przyczynić się do uwrażliwienia społeczeństwa na piękno przyrody oraz pokazać ludziom jak aktywnie spędzać wolny czas zdobywając kolejne szczyty i odznaki.

Wprawa została przez nas podzielona na trzy części. Pierwsze 8 dni spędzimy w Sudetach, przemieszczając się sukcesywnie w stronę Karpat. Po tym czasie przewidujemy dzień na zwiedzanie zabytków i ciekawych miejsc oraz regenerację sił. W tym dniu nie planujemy żadnych wędrowek. Chcemy go spędzić w Wiśle – mieście o wieloletniej tradycji, z licznymi zabytkami, pięknem otaczających gór i udogodnieniami niezbędnymi do wypoczynku. 10 dnia wyprawy rozpoczniemy wędrowkę po Karpatach. Począwszy od Beskidu Śląskiego, poprzez Beskid Mały, Żywiecki, Makowski, Wyspowy i Gorce będziemy kierować się w Tatry. Tam 14 dnia planujemy kolejny odpoczynek połączony ze zwiedzaniem Zakopanego. Następnego

dnia rozpoczniemy 5 dniową wędrówkę po Tatrach. W tym czasie zdobędziemy najwyższy szczyt oraz najtrudniejszy szlak Polski. Kolejne dwa dni poświęcimy na zdobycie gór: Wysokiej oraz Tarnicy. 21 dnia wyprawy z Bieszczadów planujemy wrócić do domu.

Polskie góry są piękne i co roku przyciągają rzesze turystów zachwyconych ich urokiem. Są dla wszystkich: zarówno dla spokojnych spacerowiczów jak i szukających wyzwań sportowców. Sudety zaliczane są do gór średniej wielkości. Znajdują się tutaj charakterystyczne formy skalne, o bardzo interesujących kształtach, liczne kotliny i nieduże rzeki. Spotkać tu można liczne zwierzęta i rośliny w tym gatunki endemityczne. Karpaty natomiast stanowią drugi co do powierzchni łańcuch górski Europy i dziesiąty pod względem wysokości. Występuje tu wiele gatunków zwierząt i roślin charakterystycznych dla gór wysokich. Organizowane są liczne imprezy sportowe oraz turystyczne.

Zamierzenia:

- Zdobycie Korony Gór Polski (25 szczytów z 28),
- Zdobycie kolejnej odznaki GOT PTTK,
- Zdobycie 9 dwutysięczników spośród 55 zawartych w regulaminie odznaki „Tatrzańskie Dwutysięczniki”,
- Zdobycie popularnej odznaki Korony Najwybitniejszych Szczytów Gór Polskich,
- Przejście najtrudniejszego w Polsce szlaku turystycznego - „Orla Perc”,
- Spędzenie 5 nocy pod namiotem, a pozostałych w schroniskach PTTK lub PTSM,
- Podczas pobytu w schroniskach/bazach/chatach propagowanie idei zdobywania odznak górskich oraz aktywnego spędzania wolnego czasu poprzez dostarczenie odpowiednich materiałów, zdjęć i relacji z wyprawy,
- Poznanie miejscowego folkloru poprzez rozmowy z rodowitymi mieszkańcami wiosek oraz zwiedzanie zapomnianych zabytków,
- Zdobycie nowych doświadczeń potrzebnych do zaplanowania kolejnych wypraw,
- Po odbyciu wyprawy zamieszczenie relacji na blogu „Metr Nad Poziomem Morza”

Zaplanowana przez nas wyprawa jest ciężka pod każdym względem. Począwszy od wielu kilometrów samochodem, bardzo ciężkiej trasy, gotowania w warunkach polowych, aż po zwiedzanie (po całym dniu chodzenia) i kolejne kilometry samochodem. Dla laika jest to wyprawa niemal niemożliwa, dlatego planujemy dodatkowe (oboje prowadzimy aktywny tryb życia na co dzień) przygotowanie kondycyjne oraz psychiczne. Nie ukrywamy, że będą to najbardziej wymagające 3 tygodnie w naszym życiu. Dlatego też potrzebujemy odpowiedniego sprzętu, który pozwoli nam bezpiecznie i szczęśliwie przeżyć ten czas. Uwzględniliśmy go w kosztorysie wyprawy.

3. HARMONOGRAM

DZIEŃ	SZCZYT Z KGP	Km autem w danym dniu	ODLEGŁOŚĆ (KM w obie strony) i CZAS (h w obie strony)	MIEJSCE WEJŚCIA I ZEJŚCIA	NOCLEG	PUNKTY WG REG.GOT	INNE ODZNAKI
1	-	706km Opłata autostradowa 36,2zł	-	-	Schronisko „Kochanówka”, Szklarska Poręba namiot	-	-
2.	Wysoka Kopa (1126)	10,8km	13,3 km, 4h	Rozdroże izerskie	Schronisko PTSM	12	
	Skopiec (724)	39,5km	1,7 km, 0,40h	Komarno	„Liczyrzepa”, Karpacz	9	-
	Chełmiec (869)	43,6km na nocleg 53,9km	8,1 km, 2,20h	Lubomin		14	-
	RAZEM:	147,8km	23,1 km, 7h		RAZEM:	35	
3.	Śnieżka (1602)	2km	12,3 km, 4h	Karpacz, Stacja ekologiczna	Schronisko PTTK „Andrzejówka”, Rybnica Leśna	22	KNSGP
	Skalnik (945)	12,6km na nocleg: 51,7km	6,7 km, 2,20h	Przełęcz pod średnicą		9	
	RAZEM:	66,3km	19 km, 6,20h		RAZEM:	31	
4.	Waligóra (936)	9,7km	7 km, 1,30 h	Sokołowisko	Schronisko PTTK	11	KNSGP
	Śleża (718)	54,9km na nocleg: 52km	5,9 km, 2,40h	Sulistrowice	„Zygmuntówka”, Jugów namiot	9	KNSGP
	RAZEM:	116,6km	12,9km,4,10h		RAZEM:	20	
5.	Wielka Sowa (1015)	29,1km	8,1 km, 3h	Walim	Schronisko PTTK „Jagodna, Bystrzyca Kłodzka - namiot	13	KNSGP
	Szczeliniec Wielki (919)	67,8km	2,7 km, 1h	Karłów		4	
	Orlica (1084)	22,4km	3,6 km, 1h	Kamień Rubartscha			
	RAZEM:	119,3km	14,4 km, 5h		RAZEM:		
6.	Jagodna (977)	21,2km	8,5 km, 2,30h	PTTK Jagodna	Schronisko „Janowa Chata”, Kletno	12	
	Śnieżnik (1425)	23,2km na nocleg: 28,5km	15,7 km, 5h	Międzygórze		21	KNSGP
	RAZEM:	72,9km	24,2km,7,30h		RAZEM:	33	
7.	Rudawiec (1112)	13km	27,6 km, 10h	Nowy Gieraltów	Schronisko „Janowa Chata”, Kletno	44	
	Kowadło (985)	13km					
	RAZEM:	26km	27,6 km, 10h		RAZEM:	44	
8.	Kłodzka Góra (765)	40,6km	5,7 km, 2h	Przełęcz Kłodzka	Schronisko PTTK „Stożek”, Wisła	7	
	Biskupia Kopa (889)	78,9km na nocleg: 185km	7,9 km, 3h	Jarnotłówek		13	
	RAZEM:	304,5km	13,6 km, 5h		RAZEM:	20	

9.	-	22,4km	-	Wisła (zwiedzanie+regeneracja)	Dom turysty PTTK, Szczyrk	-	-
10.	Skrzyczne (1257)	-	9,5 km, 4h	Szczyrk	PTTK „Markowe Szczawiny”, Zawoja	17	KNSGP
	Czupel (933)	24,1km na nocleg: 44km	7,5 km, 3,30h	Międzybrodzie bialski		14	KNSGP
	RAZEM:	68,1km	17 km, 7,30h		RAZEM:	31	
11.	Babia Góra (1725)	10,9km	8,6 km, 4 h	Markowe szczawiny	Schronisko PTSM, Lubomierz	27	KNSGP
	Lubomir (904)	70,7km	5,9 km, 2h	Przełęcz Jaworzycze		9	KNSGP
	RAZEM:	81,6km	14,5km, 6h		RAZEM:	36	
12.	Mogielica (1171)	24,7km	7,1km, 4h	Chyszówki	Schronisko Górskie ZHP „Głodówka”, Bukowina Tatrzańska	14	KNSGP
	Turbacz (1278)	30,1km na nocleg: 54,7km	15,2 km, 4h	Koninki		19	KNSGP
	RAZEM:	109,5km	22,3 km, 8h		RAZEM:	33	
14.	-	-		Zakopane (zwiedzanie i regeneracja sił)	Schronisko Górskie ZHP „Głodówka”, Bukowina Tatrzańska	-	
15.	Schronisko PTTK na Hali Gąsienicowej (1500)	15,7km x2= 31,4km	6,4 km, 2,30h	Murzasichle	Schronisko PTTK „Murowaniec, Hala Gąsienicowa	16	
16.	Schronisko PTTK na Hali Gąsienicowej->Czarny Staw Gąsienicowy ORLA PERĆ: Krzyżne	-	11,3km 10h		PTTK w Dolinie Pięciu Stawów	31	Mały Kozi Wierch (TD), Kozi Wierch (TD) Kozie Czuby (TD) Zadni Granat(TD) Pośredni Granat (TD)Skrajny Granat (TD), Mała Buczynowa Turnia (TD)
17.	Rysy (2499)	-	9,7km 6,30h	PTTK w Dolinie Pięciu Stawów	Chata Pod Rysami	22	KNSGP TD
18.	Chata pod Rysami-	-	10,8km, 6h	Chata Pod Rysami	PTTK w Roztoce	12	

	>PTTK w Roztoce						
19.	PTTK w Dolinie Roztoki-> Murzasichle	63,8km	10km, 4h	Murzasichle	Studencka Baza Namiotowa „Pod Wysoką” - namiot	18	
20.	Wysoka (1050)	256km	7,9km, 4h	Jaworki	PTSM Kalnica-namiot	19	
21	Tarnica (1346)	332km	8,6km, 2,30h	Wołosate		17	KNSGP
RAZEM							
		2524.2 km	253,3km 102h- 4 ¼ dnia marszu			435	

PLAN ZWIEDZANIA WISŁY I ZAKOPANEGO

WISŁA				
L.P.	ZABYTEK	CZAS ZWIEDZANIA	ADRES	GODZINY OTWARCIA I BILETY
1.	Muzeum Beskidzkie A. Podzorskiego	2 h	ul. p. steller 1, 43-460 wisła	3 zł wtorek, czwartek, piątek 9.00 -15.00 środa 9.00 -17.00 sobota, niedziela 9.00 – 13.00
2.	Kościół Ewangelicko-Augsburski	1 h	ul. 1 Maja 49	-
3.	Pałacyk Myśliwski Habsburgów	0,30h	Ul. Lipowa	-
4.	Zamek Prezydencki	2 h	ul. Zameczek 1 43-460 Wisła	od środy do soboty w godzinach: 11:00, 12:30, 14:00
5.	Kompleks skoczni narciarskich	1 h	Malinka, Wisła	-
	RAZEM:	6,5 h	RAZEM:	6 zł
ZAKOPANE				
1.	Muzeum Tatrzańskie im. Dra Tytusa Chałubińskiego Gmach Główny	2h	ul. Krupówki 10	5,5 zł środa - sobota 9:00 - 17:00 niedziela 9:00 - 15:00
2.	Neoromański kościół parafialny pw. Świętej Rodziny na Krupówkach	1,30h	Ul. Krupówki 1a	Msza + poznawanie historii
3.	Wielka Krokiew	1,30h	Skrzyżowanie ul. Piłsudskiego i ul. Czecha	12zł Codziennie 9-20
4.	Zwiedzanie Krupówek oraz poznawanie historii Zakopanego	2h	Krupówki	-
	RAZEM	7h	RAZEM	35zł

RAZEM			
		13,5h	41zł

:

4. WYKAZ SPRZĘTU

POSIADANY SPRZĘT	SPRZĘT JAKIEGO POTRZEBUJEMY
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Kijki trekkingowe (1 para) ➤ Plecaki 20-30l, 90l,100l ➤ Krzesiwo ➤ Siekierki Fiskars x5, x7 ➤ Menażki, kubki, niezbędniki ➤ Noże ➤ Pałatki ➤ Czołówka ➤ Karimaty ➤ Obuwie trekkingowe ➤ Ubrania trekkingowe ➤ Kompas ➤ Stuptuty ➤ Hamaki ➤ Kilka map turystycznych ➤ Aparat cyfrowy sony a360 ➤ Kamera sportowa SJ4000 ➤ Samochód ➤ Impregnaty ➤ Apteczka wraz z wyposażeniem ➤ Apteczki osobiste ➤ Mapnik ➤ Gwizdki ➤ Piła ➤ Pałatki wojskowe ➤ Puszki survivalowe ➤ Nawigacja GPS ➤ Paliwo turystyczne 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ plecaki 55 i 65 l ➤ namiot ➤ osłonka do butli ➤ palnik ➤ czołówka z dużą ilością lumenów ➤ liofilizaty ➤ lekkie śpiwory ➤ termos ➤ rękawiczki wspinaczkowe ➤ kaski ➤ kartusze ➤ mapy turystyczne zwiedzanych pasm górskich ➤ kijki trekkingowe (1 para)

Posiadamy także część sprzęt survivalowego zrobionego przez nas m.in.: pokrowce, puszki survivalowe, kuchenki, paski kompresyjne, bransoletki survivalowe itp.

5. KOSZTORYS

KOSZTY NOCLEGÓW		
DZIEŃ	MIEJSCE	CENA/os
1.	Szklarska Poręba	45 zł
2.	Karpacz	35 zł
3.	Rybnica Leśna	28 zł
4.	Jugów	35 zł
5.	Bystrzyca Kłodzka	25 zł

6.	Kletno	25 zł
7.	Kletno	25 zł
8.	Wisła	50 zł
9.	Szczyrk	25zł
10.	Zawoja	52 zł
11.	Lubomierz	13 zł
12.	Bukowina Tatrzańska	30 zł
13.	Bukowina Tatrzańska	30 zł
14.	Bukowina Tatrzańska	30 zł
15.	Hala Gąsienicowa	75 zł
16.	Dolina Pięciu Stawów	100 zł
17.	Chata pod rysami	100 zł
18.	Dolina Roztoki	50 zł
19.	Jaworki	10 zł
20.	Kalnica	17 zł
	RAZEM:	800zł
	PRZY 2 OSOBACH:	1600zł
KOSZTY PRZEJAZDÓW SAMOCHODEM		
	KM RAZEM:	2524.2
	STAWKA ZA KM:	0,6zł
	Autostrada	36,2zł
	RAZEM:	1550,72 zł
KOSZTY WYŻYWIENIA		
	STAWKA ŻYWIENIOWA(dzień/os):	25zł
	RAZEM:	1050zł
KOSZTY SPRZĘTU		
1	Plecak Deuter Aircontact 55-10	839zł
2	Plecak Deuter Aircontact 45-10	755zł
3	Namiot MSR Nook	1800zł
4	Oslonka: Windshield - vango	64zł
5	Palnik kovea scorpion	139zł
6	Czołówka: Climbing technology lumex pro	189zł
7	Liofilizaty różne smaki 10 szt.	250zł
8	Śpiwór deuter dreamlite 500-1 2szt.	626zł
9	Termos esbit olive vacuum	109zł
10	Rękawiczki ct half finger 2szt.	178zł
11	Kask elios petzl 2 szt.	374zł
12	Kartusz gosystem 445g 4szt	100zł
13	Mapy turystyczne(wszystkie zwiedzane pasma)	300zł
14	Kijki trekkingowe cober peak compact plus sa	228zł
	RAZEM:	5951zł
KOSZTY ZWIEDZANIA ZABYTEKÓW		
	RAZEM:	41zł

Całość : 10 192,72 zł

6. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

Założenia oraz cele wyprawy zostaną zrealizowane niezależnie od warunków atmosferycznych. Uczestnicy zastrzegają sobie jednak możliwość zmiany harmonogramu w przypadku nagłego załamania pogody, złego stanu zdrowia uczestników oraz wystąpienia nagłych sytuacji losowych.