



## Planinsko društvo Onger Trzin - Mladinski odsek

# MLADINSKI PLANINSKI TABOR PODVOLOVLJEK 2008



### SPISEK OPREME:

- nahrbtnik (primerne velikosti, s širokimi naramnicami),
- spalna vreča + odeja (noči znajo biti hladne!),
- zračna blazina ali armafleks (ležalna podloga) - armafleks je za bivanje obvezen,
- spodnje perilo,
- majice s kratkimi rokavi,
- srajca / majica z dolgimi rokavi,
- kratke hlače,
- trenirka ali pohodne hlače za izlete, trenirka za spanje,
- topel pulover,
- bunda oz. nek toplejši zgornji del,
- vetrovka,
- dežnik (in pelerina),
- kapa, rokavice,
- kapa s šiltom ali platnen klobuček (svetle barve!),
- kopalke,
- bombažne nogavice, planinske (debelejše) nogavice,
- **planinski čevlji (morajo segreti čez gležnje** - pohodniške superge niso pravilna planinska obutev!)



- superge, lahka platnena obutev (natikači), nepremočljiva obutev (v dežju se za hojo po taboru odlično obnesejo navadni gumijasti škornji),
- baterijska svetilka (in rezervni baterijski vložek),
- plastenka ali čutara (min. 1 liter; priporočamo liter in pol - lahko npr. 3 politrške plastenke),
- vrečka za smeti (za na izlete), vrečke za umazano perilo,
- pisalo, barvice, flomastri, škarje, lepilo, ...
- toaletni pribor - zobna pasta, zobna ščetka, milo, glavnik, toaletni papir, robčki, brisača (2 kom.), čistilni robčki,
- krema za sončenje,
- zaščitno sredstvo proti komarjem in klopotom,
- obliži,
- zdravila, ki jih otrok jemlje + navodilo,
- potrjena kartica zdravstvenega zavarovanja,
- planinska izkaznica oz. knjižica Mladi planinec (**obvezno plačana članarina PD Onger Trzin za leto 2008**),
- denar (max. 10 € za razglednice ipd.),
- pohodniške palice (kdor je vajen hoje z njimi),
- družabne igre, ljubkovalna igrača (predvsem za mlajše otroke), manjši glasbeni instrument (če ga želiš prinesiti).

- Pri izbiri toplejših oblačil mislite na to, da je dolina Podvolovljek 'zaprta' s treh strani z gorami in so lahko tam večeri (in noči) precej hladni, sploh v primeru slabšega vremena.
- Pri številu oblačil upoštevajte, da nimamo posebne možnosti pranja in v primeru dežja tudi ne sušenja, zato naj ima otrok s seboj kakšno rezervno oblačilo.
- Vse, kar boste zložili v nahrbtnik ali potovalko, naj bo v plastičnih vrečkah (zaščita pred vlago)!

### OSTALO:

- **Obiski** na taboru **niso zaželeni**, ker pri otrocih ponavadi povzročijo domotožje, hkrati pa zmotijo delo v taboru.
- **Taborno vodstvo** v času taborjenja praviloma **ni dosegljivo po telefonih**. Naj vas ne skrbi; če vam bomo morali kaj nujnega sporočiti v zvezi z vašim otrokom, vas bomo zagotovo poklicali.
- **Elektronske igrice**, mp3 predvajalnike ter discmani ne sodijo na planinski tabor, kjer želimo biti v stiku z naravo, kjer so te elektronske naprave »moteč element«.
- Razni nevarni predmeti (žepni noži, vžigalniki ...) ostanejo doma!
- **Dragocene stvari** (zlatnina) naj otrok **pusti doma**. Priporočamo, da otroci pustijo doma mobitele.
- Za denar, mobitele in ostalo, kar imajo otroci s seboj, ne odgovarjamo.
- **Stvari**, ki jih otroci vzamejo s seboj, naj bodo podpisane ali kako drugače **označene**. Otroku naj doma sodeluje pri pripravi svoje prtljage, da bo znal pred odhodom s tabora **sam** urediti svoje stvari.
- Pred odhodom na tabor naj otrok **planinske čevlje**, če so novi, dobro **uhodi**, sicer mu lahko žulji pokvarijo taborjenje. Velike težave lahko povzročijo premajhni čevlji, zato preverite, če ima otrok, ko obuže dvojne nogavice, še nekaj prostora (v palec ga ne sme tiščati). Prav tako niso primerni preveliki čevlji - nevarnost padca!
- Zadnja leta opažamo, da nekateri otroci prihajajo na tabor kondicijsko slabše pripravljeni. Da se bo otrok na izletih dobro počutil, **potrebuje nekaj kondicije**, zato proste trenutke izkoristite za hojo na bližnje vzpetine. Mlajši osnovnošolec naj bi do odhoda na tabor zmožel okrog dve uri vzpona (v umirjenem tempu in z nekaj počitki, seveda).
- Obvezno nas **opozorite o otrokovih posebnostih in morebitnih zdravstvenih težavah!**
- Če boste kupovali planinske čevlje in drugo planinsko opremo, ima vsak s plačano članarino **popust v določenih planinskih trgovinah**. Več o popustih si oglejte na spletni strani <http://onger.org>.