

## НЯКОИ ПРАВИЛА ЗА БЕЗОПАСЕН ПЕШЕХОДЕН ТУРИЗЪМ В ПЛАНИНТЕ

**МОТО** : понякога трябва да се откажете от това, което искате, за го получите

### **Предварително:**

1. Сключете индивидуална или групова планинска застраховка - годишна.
2. Осведомете се и се съобразете с метеорологичната прогноза.
3. Запомнете спешни телефони - ПСС, полиция, близки хижи и др.
4. Заредете батериите на уредите, необходими за пешеходния преход.
5. Уведомете близките си за вашия маршрут.

### **Екипировката:**

1. Съобразете я с терена и сезона.
2. Задължително носете: сгъваеми щеки, топографска карта, бусула, GSM.  
свирка, по възможност CPS, запалка /кибрит/, свещ, челник и др., фенерче.  
джобно ножче, обичайните медикаменти, лично предписаните ви  
лекарства, нещо сладко за хапване и вода!
3. Не носете излишни неща, а нещата в раницата наредете балансирано.
4. Групата трябва да си разпреди общите неща за носене.

### **Групата:**

1. Не тръгвайте сами - да сте поне трима - четирима.

2. Подбирайте участниците да са с приблизително еднакви възможности -

физически,технически и психически.

3. При движение по малко познат маршрут е препоръчително да сте с

квалифициран /опитен/ водач, а при непознат маршрут - е задължително !

### **Начало на пешеходния преход :**

1. Не тръгвайте при явно лошо време; изчакайте или отложете

ходенето. По-добре среща в механата, а не в болницата!

2. Преди тръгване от хижа- уведомете хижаря за вашия маршрут.

3. Тръгвайте рано сутрин - до обяд времето е по-стабилно.

4. Съобразявайте планинарските си познания и умения с действителните

опасности по маршрута и особено с лавинната опасност.

5. Повишавайте умението си за правилно "четене" на маркировката и др.

знаци.

6. Внимателно преценявайте какви компромиси може да направите с

правилата и знаците по маршрута.

7. Не отказвайте помощ в планината!

8. Не оставайте емоциите да замъглят здравия ви разум /ако го има/.

*За приятелите-планинари подбра Петър*

М.О.