

RAJAC, Zimovanje
IV Planinarski kamp za
decu i roditelje
10 - 17. februar 2018
 Vođa akcije je **Ranko Kralj**



Program



Tim instruktora osnovne planinarske obuke po programu PSS:

- Svakodnevne pešačke akcije na Rajcu
- Osnovna planinarska obuka po programu PSS
- Demonstracija i uvežbavanje planinarskih veština
- Projekcija dugometražnih filmova sa temom planinarenje
- Projekcija video zapisa sa uspona PK Pobeda
- Takmičenje u društvenim igrama
- Slikarska kolonija
- Škola plesa (salsa, twist rock n roll, kolo...)
- Žurke, Maskenbal, Timske igre

Vladislav Matković, Boris Mičić, Milan Lončar, Bobiša Marinović, Mrgud Pajko i Boro Milosavljević. Koordinator obuke Ranko Kralj

Nedelja 10.02.2019



- 10.00 Polazak iz Skerličeve ulice (ispod biblioteke kod hrama Svetog Save)
- 12.00 Dolazak i smeštaj po sobama.
- 13.00 Šetnja do vrha Rajca. Dužina 4km uspon 200m.
- 15.00 Ručak
- 16.00 Upoznavanje sa pravilima boravka u domu. Određivanje pomoćnika dežurnog za vreme smene. Podela radnih sveski.
- Raspoređivanje u grupe za turnire u društvenim igrama (šah, jumb, ne ljuti se čoveče, stoni tenis)
- 16.30 Predavanje – istorija planinarstva (program PSS)
- 17.30 Početak turnira u društvenim igrama. Slobodno vreme
- 19.00 Večera
- 20.00 Dugometražni film na temu planinarenja ili projekcija sa nekog uspona

Ponedeljak 11.02.2019



- 07.45 Pevanje himne
- 08.00 – 09.00 Doručak
- 09.00 – 12.00 Pešačka tura do šumareve kuće i nazad. Dužina 6km uspon 200m
- 12.00 – 13.00 Predavanje o planinarskoj organizaciji. Kategorizacija sportista u planinarstvu. (program PSS)
- 14.00 – 15.00 Ručak
- 15.00 – 17.00 Turniri u društvenim igrama, Slobodno vreme.
- 17.00 – 18.00 Predavanje o pripremi za odlazak u planininu (program PSS).
- 18.00 – 19.00 Prezentacija planinarske opreme i demonstracija upotrebe (program PSS)
- 19.00 – 20.00 Večera
- 20.00 – 21.00 Škola plesa, žurka

Utorak 12.02.2019



07.45 Pevanje himne
08.00 – 09.00 Doručak
09.00 – 13.00 Pešačka tura „Rajskom stazom“. U toku ture obuka na temu kretanja u planini (program PSS)
13.00 – 14.30 Obuka u vezivanju i upotrebi planinarskih čvorova (osmica, prusikov, lađarac, čvor za nastavljanje i pakovanje prusika)
14.30 – 15.30 Ručak
16.00 - 18.00 Popunjavanje radne sveske, turniri u društvenim igrama, odmor.
18.00 – 19.00 Osnove meteorologije (program PSS)
19.00 – 20.00 Večera
20.00 – 21.00 Škola plesa
21.00 – 22.00 Razmena planinarske opreme

Sreda 13.02.2019



07.45 Pevanje himne
08.00 – 09.00 Doručak
09.00 – 12.30 Pešačka tura do vodopada. Dužina 6km uspon u povratku 300m
13.00 – 14.00 Planinarska etika, zaštita prirode, pravilnik o bezbednosti (program PSS)
14.00 – 15.00 Ručak
15.00 – 18.00 Popunjavanje radne sveske, slikarska kolonija, turniri u društvenim igrama, odmor
18.00 – 19.00 Opasnosti u planini (program PSS)
19.00 – 20.00 Večera
20.00 – 21.00 Škola plesa
21.00 – 22.00 Timski zadaci i igre

Četvrtak 14.02.2019





07.45 Pevanje himne
08.00 – 09.00 Doručak
09.00 – 16.00 Pešačka tura do planinarske kuće Dobra voda i nazad. Dužina 12 km. Uspon 300m. Praktično korišćenje planinarske opreme. Demonstracija kretanja u navezi, korišćenje pojasa, prusika i karabinjera, kretanje uz improvizovani gilender. Za ručak lunch paket
16.00 – 18.00 Popunjavanje radne sveske, društvene igre, odmor.
18.00 – 19.00 Prva pomoć (program PSS)
19.00 – 20.00 Večera
20.00 – 23.00 Škola plesa i maskenbal

Petak 15.02.2019



07.45 Pevanje himne
08.00 – 09.00 Doručak
09.00 – 14.00 Pešačka tura do Kojića koma. Praktična vežba razapinjanja šatora, oprema za kampovanje, pravljenje improvizovanih skloništa. Praktična vežba pružanja prve pomoći (program PSS)
14.00 – 15.00 Ručak
15.00 – 17.00 Popunjavanje radne sveske, društvene igre, odmor
17.00 – 19.00 Osnove topografije (program PSS) i osnove planinarske orijentacije. Čitanje karte, korišćenje kompasa i GPS-a, određivanje stajne tačke i pravca kretanja, pronalaženje zadate tačke na karti, određivanje azimuta.
19.00 – 20.00 Večera
20.00 – 22.00 Škola plesa, projekcija filma sa nekog uspona

<p>Subota 16.02.2019</p> 	<p>07.45 Pevanje himne 08.00 – 09.00 Doručak 09.00 – 14.00 Praktična vežba planinarske orijentacije. Rešavanje zadatka i pronalaženje na karti zadatih kontrolnih tačaka. Planiranje rute. Kretanje uz pomoć karte i kompasa, pronalaženje u prirodi kontrolnih tačaka. Vežba orijentacije uz pomoć priručnih sredstava. 14.00 – 15.00 Ručak 15.00 – 17.00 Popunjavanje radne sveske, društvene igre, odmor. 17.00 – 19.00 Polaganje pismenog testa iz programa osnovne planinarske obuke (PSS) 19.00 – 20.00 Večera 20.00 – 24.00 Škola plesa, Logorska vatra, Oproštajna žurka</p>
<p>Nedelja 17.02.2019</p>	<p>09.00 – 11.00 Doručak 11.00 – 13.00 Vreme za individualne šetnje po Rajcu 13.00 – 14.30 Dodela uverenja i diploma. Overa i potpisivanje planinarske radne sveske. 15.00 Polazak za Beograd</p>
<p>Cena:</p>	<p>Sedam punih pansiona i prevoz 11,500 dinara. Sedam punih pansiona (dečji obroci) i prevoz 9,610 dinara. Majice (prilikom prijave dati broj) 1000 dinara za odrasle, 800 za decu. Radne sveske – bićete naknadno obavešteni ukoliko budu gotove do početka smene</p>
<p>Smeštaj</p> 	<p>Dvokrevetne – 12, Trokrevetne – 6, Četvorokrevetne – 2. Smeštaj u potkrovlju samo ako je ostatak doma popunjen (10 mesta) U domu ima čista posteljina, nije potrebno nositi vreće. Po dva kupatila (muško i žensko) na svakom spratu. U potkrovlju takodje dva kupatila. Kupatila su čista i nova. U prizemlju sala/restoran za obroke i večernje druženje, Na međuspratu zajedničke prostorije za društvene igre i TV sala. Biblioteka Sve sobe imaju radijatore. Grejanje je preko naše kotlarnice (na pelat). U domu ima internet. U blizini tereni za košarku i mali fudbal.</p>
<p>Napomene:</p>	<p>Vođa akcije ima pravo na promenu programa po danima ili u potpunosti u zavisnosti od vremenskih uslova na terenu ali i broja i strukture prijavljenih učesnika. Odeća i obuća: Dugačak donji veš, tople čarape, rukavice x 2, kape x 2, duksevi, polari, zimske jakne, pantalone, duboke cipele x2, papuče za dom, štapovi za pešačenje, baterijska lampa, pribor za ličnu higijenu, peškiri, manji ranac za pešačenje, flaše sa vodom... odelo za maskenbal, olovka i drvene bojice, sanke ili klisko. Tehničku opremu obezbeđuje PK Pobeda (užad, pojasevi, kacige, prusici, karabinjeri, oprema za kampovanje, kompasi...) Ostalo: Lična dokumenta, zdravstvene knjižica, plaćena članarina za 2019 Deca bez pratnje starijih se mogu prijaviti uz ovlašćenje roditelja. Razmena planinarske opreme: Ponesite (čistu) planinarsku odeću i obuću koju zelite da razmenite ili prodate Vremenski uslovi: Ukoliko bude bilo snega pravićemo iglo, „vučju jamu“ i sl.</p>
<p>Vođa smene Instruktor i vodič Dežurni u domu i vodič</p>	<p>Ranko Kralj (PSS 428) Tel: 069 72 75 74; email: kraljiking@gmail.com Boro Milosavljević (PSS 036) Tel: 2468 824 Branka Šikić 064 9895 722</p>
<p>Recepcija (prijave i uplate)</p>	<p>Goca Spasić 064 187 8051</p>