



Studencki Klub Przewodników Turystyki Górskiej
Koło nr 23 przy OM PTTK w Warszawie



Rowerowa wyprawa wzdłuż podlaskiego przełomu Bugu

Uwaga!

*Ze względu na konieczność wcześniejszego zakupu biletów (ograniczona liczba miejsc do przewozu rowerów) proszę o **zgłoszenia i zaliczki w wysokości 60 zł do 23 sierpnia do końca dnia!***

Plan wyjazdu:

Wyjazd:

Zbiórka w sobotę, 31 sierpnia 2013 r. o godz. **6:30** na **Dworcu PKP Warszawa Zachodnia** na peronie II

Jedziemy pociągiem z Warszawy Zachodniej do Terespoła (pociąg TLK 11101 odjazd 6:55)

Powrót:

W niedzielę, 1 września 2013 r. o godz. 21:18 na **Dworzec PKP Warszawa Zachodnia**.

Bilety:

Bilety na przejazd kupuje organizator.

Charakter wyjazdu:

Kolarski

Program:

sobota: Terespol – Koroszczyń – Malowa Góra - rez. Szwajcaria Podlaska – Pratulim – rez. Las Łęgowy – Janów Podlaski (ok. 50 km)

niedziela: Janów Podlaski - Gnojno – Zabuże – Mielnik – Radziwiłłówka – Grabarka – Sycze (ok. 40 km)

Atrakcje:

Główne atrakcje:

- Park Krajobrazowy Podlaski Przełom Bugu wraz z licznymi rezerwatami
- Stadnina koni w Janowie Podlaskim
- Zabytki Mielnika
- Święta góra Grabarka i liczne zabytki prawosławia

Szacunkowy koszt:

normalny: ok. 180 zł, ulgowy: 140 zł

Cena obejmuje dojazd, nocleg, wyżywienie bez tzw. wydatków własnych.



Studencki Klub Przodowników Turystyki Górskiej
Koło nr 23 przy OM PTTK w Warszawie



Ekwipunek:

Sprzęt

- sprawny rower przystosowany do turystyki wraz z oświetleniem
- kask rowerowy i rękawiczki rowerowe
- sakwy lub plecak o pojemności 35-40 l
- dwie dętki pasujące do obręczy roweru uczestnika (zgodność szerokości i wentyla)
- pompka rowerowa dostosowana do wentyli roweru uczestnika
- komplet łałek rowerowych
- łyżki do opon
- zapinka rowerowa
- scyzoryk

Ubranie

- odzież dostosowana do turystyki rowerowej uwzględniająca różne warunki pogodowe
- strój do spania, spodnie dresowe
- kurtka przeciwdeszczowa lub peleryna
- bielizna, skarpety
- czapka, szalik, rękawiczki, okulary przeciwsłoneczne
- chustka lub czapeczka chroniąca przed słońcem (dla osób nieposiadających kasku)

Inne

- pieniądze
- dokumenty uprawniające zniżek np. legitymacja studencka, legitymacja PTTK,
- leki osobiste
- kosmetyczka (tylko nie za ciężka), ręcznik
- papier toaletowy, chusteczki higieniczne
- latarka z dodatkową zmianą baterii (najwygodniejsza „czołówka”)
- kompas i mapa (polecana mapa 1:100 000 Nadbużańskie Podlasie wyd. Agencja TD)
- aparat fotograficzny
- klapki lub sandały
- książeczki KOT i oraz innych odznak turystycznych

Jedzenie

- kanapki na sobotę (dopiero wieczorem przewidziany ciepły posiłek)
- napoje lub woda na trasę pierwszego dnia

Kontakt:

Małgorzata Gładys-Kwatek (510 002 570 m_gladys@wp.pl)

W związku z wcześniejszym zakupem biletów proszę o wpłatę zaliczki 60 zł do piątku 23 sierpnia.