

SLOVENSKA PLANINSKA POT

OD MARIBORA DO ANKARANA V 38 DNEH

Letošnje poletje sem se odločila za nekoliko aktivnejši dopust in se preko hribov ter gora podala po Slovenski planinski poti (SPP) vse od štajerske prestolnice do morja. Na svoji poti sem obiskala 44 vrhov in 46 planinskih koč, prehodila približno 450 kilometrov in pri tem opravila približno 30.000 metrov vzpona in spusta ter na kontrolnih točkah v Dnevniku s SPP zbrala 80 žigov. Na pot sem se podala sama, vendar le redko ostala brez družbe, saj so se mi pogosto pridružili prijatelji ali pa sem nova poznanstva stkala na poti.

V VSAKDANJEM UDOBJU POGOSTO POZABIMO NA SVOJE RESNIČNE ZMOŽNOSTI

Za SPP sem se odločila, ker sem želela kakovostno preživeti daljše obdobje prostih dni, ki jih imam kot psihologinja na osnovni šoli poleti na voljo. Znova sem se želela izzvati do meja svojih zmožnosti in obuditi zavedanje o svojih resničnih močeh. Nisem pričakovala posebnih osebnih spoznanj in transformacij, želela sem predvsem izkusiti nekaj vrhunskih občutkov, ki sem jih v preteklosti že doživela ob svojih priljubljenih dejavnostih – hoji, plezanju, premagovanju naporov in odkrivanju lepote narave. Te dejavnosti mi skupaj z občutkom, da dosegam nekaj, kar me presega, dajejo občutke živosti in svobode. Poleg tega takšna odprava obeta mnogo družabnih dogodivščin.

PRED ODPRAVO V ZMERNI TELESNI PRIPRAVLJENOSTI

Že od malega sem občasno zahajala v gore, kot študentka eno leto obiskovala športno plezanje, bila na trekingih v tujini in premagala nekaj ferat. Vendar se za odpravo nisem posebej pripravljala in pred odhodom svojo kondicijo vzdrževala predvsem s sprehodi in vikend izleti.

Ne morem reči, da sem pred tem bila zelo pogosto v gorah, glede na svoje izkušnje pa sem vedela, da se ne bojim višine, jeklenic, klinov, izpostavljenih poti, manj ugodnega vremena in biti zgolj sama s sabo ter se zanašati na lastne odločitve in rešitve v situacijah na poti. Ravno odsotnost strahov pa se mi zdi še pomembnejša od kondicijske pripravljenosti – verjamem namreč, da kondicija v neki meri pride sproti, če telesu postopoma doziramo obremenitev in začnemo s krajšimi dnevnimi etapami, ki jih nato podaljšujemo.

SKOZI GOZDOVE DO PRVIH KLINOV IN JEKLENIC

Prvi del SPP me je vodil od Maribora preko Pohorja, Kamniško-Savinjskih Alp in Karavank, vse do Mojstrane.

Poti, ki so čez Pohorje večinoma gozdne, so bile kot nalašč za ogrevanje pred višjimi vzponi. V začetnih dneh nisem pretiravala z dolžino dnevnih etap, kar je verjetno botrovalo temu, da mi jo je uspelo odnesti brez žuljev. Na območju Pohorja se mi je zdel izjemno lep jutranji sprehod mimo Lovrenških jezer pri Rogli. Nadaljevala sem proti smučišču Kope in sestopila v Slovenj Gradcu, kjer sem po nekaj dneh hribolazenja imela možnost obiskati trgovino in okrepiti svoje zaloge v nahrbtniku. Sledili so vzponi na Uršljo goro, Smrekovec in Raduho, kjer sem občasno dobila nekaj družbe prijateljic domačink. Spoznala sem tudi Madžarko, s katero sva prehodila del poti. Prešla sem na območje Kamniško-Savinjskih Alp in se iz Robanovega kota vzpela proti Korošici ter nadaljevala proti množici dvatiso-

čakov: Ojstrici, Planjavi, Koroški Rinki, Skuti, Grintavcu in Jezerski Kočni. Sestopila sem do Jezerskega, od koder sem s prijateljem preko Storžiča in Kriške gore dosegla Tržič. Na Dobrči so nama postregli z odličnimi štruklji, pot pa se je vila dalje čez del slovenskih Karavank: Begunjščice, Stola in po krasni panoramski poti do Golice. Po točno treh tednih sem dosegla Mojstrano, kjer sem si privoščila obisk Slovenskega planinskega muzeja z izredno zanimivo zbirko in se z brezplačnim avtobusom odpeljala v dolino Vrata. V Aljaževem domu sem si čez noč nabrala novih moči, nato pa v sončnem jutru s prijateljico nadaljevala proti drugemu delu SPP.

ČEZ NAJVIŠJE SLOVENSKE VRHOVE

Že v začetku drugega dela SPP, ki vodi čez Julijske Alpe, sem obiskala najvišjo slovensko goro, Triglav. Vreme je bilo večino dni jasno, rahel dež me je na poti ujel zgolj petkrat, k sreči pa nikoli ni prišlo do nevihte. Pred dežjem sem se zaščitila s pelerino, nahrbtnik pa prekrila z nepremočljivo prevleko, kar me je v vseh primerih obvarovalo pred mokroto. Po sestopu s Triglava sem nadaljevala čez Bovški Gamsovec do Kriških podov, nato pa čez Razor in Prisojnik do Vršiča. Tam sva se ponovno združili s prijateljico Madžarko in želeli nadaljevati proti Jalovcu, vendar bili primorani zaradi neugodnega vremena dvakrat prespati v Zavetišču pod Špičkom. Prost dan sva izkoristili za počitek, družabne igre ter celo ponudili pomoč oskrbnicam, s katerimi sva preživeli krasen skupni dan. Tako se je dan, ki niti malo ni šel po načrtih, izkazal za enega tistih, ki ga gotovo omenim vedno, kadar navdušeno razlagam o svojih vtisih s poti. Pa tudi na sončen dan, ki se je naredil naslednje jutro, se je splačalo počakati, saj je razgled z Jalovca v jasnem vremenu naravnost čudovit! Po sestopu v Trento sva se vzpeli proti Prehodavcem, Triglavskim jezerom, dosegli Krn ter nato preko Planine Razor nadaljevali na Vogel in v izredno vetrovnem vremenu v družbi prijateljev, ki sta naju držala v zavetrju pred sunki vetra, dosegli Črno prst.

TEŽKO PRIČAKOVAN SKOK V MORJE

Tretji del SPP me je vodil čez Cerkljansko hribovje, kraške planote in primorski kras vse do slovenskega morja. Porezen sem dosegla še v družbi prijateljev, nato pa spet nekaj časa nadaljevala sama. Potem ko sem ostala brez družbe, sem prijatelje precej pogrešala, saj se nam poti v družbi zdijo krajše in lažje, vendar je lahko čas, ko se v samoti udobno počutimo, tudi zelo rodovit, poln ustvarjalnih

SPREHAJALCI.SI

Teja tudi sicer rada in veliko hodi. Ustvarja tudi spletno stran sprehajalci.si, na kateri objavlja intervjuje, ki jih z različnimi sogovorniki opravi na sprehodih.

idej in domislic. Ko sem zapuščala Ermanovec, sem ugotovila, da bi mi glede na predlagane dnevne etape v vodnikih Planinske zveze do zaključka poti zmanjkalo zgolj dva dni. Nikoli poprej se na svoji poti nisem obremenjevala s tem, ali jo bom resnično uspela dokončati do konca dopusta, da bi jo prekinila tik pred morjem, pa mi res ne bi bilo prijetno. Kontaktirala sem svoje prijatelje in jim opisala svojo situacijo. Takoj so me spodbudili, naj zaključim pot, in mi obljubili, da mi bodo pri tem nekoliko pomagali. To je pomenilo, da so mi ponudili prenočišča v krajih v bližini moje poti in se z mano odpravili na dnevne izlete, pri čemer smo nekoliko hodili, nekoliko pa se tudi zapeljali z avtom. Kljub temu, da sem v zadnjem delu poti imela pomoč, mislim, da lahko rečem, da sem opravila SPP. Tudi to je bil namreč namen mojega popotovanja: vzpostaviti medsebojne vezi, kar se je v zadnjem delu poti lepo pokazalo, ko so mi novi in stari prijatelji pomagali pri doseganju osebne cilja – dokončanju poti. Poleg tega je bil to res lep, zabaven zaključek poti, poln praznovanja in veselja, ki ga resnično začutimo šele, ko ga delimo z drugimi.

NIKDAR NE POTISKAJMO TELESA K CILJU NA SILO, TEMVEČ VZTRAJNO ČAKAJMO, DA SE NAŠE ZMOŽNOSTI UGLASIJO NA NAŠ CILJ

Takšna odprava ponuja mnogo spoznanj za življenje. Kadar se lotimo česa, kar je nekoliko »nad nami«, je pomembno, da se na začetku ne zaletimo pretirano k cilju in ne pretiravamo z obremenitvijo. Bistveno je znati oceniti, kje so naše resnične telesne meje. Poleg tega je koristno, da kdaj odmislimo končni cilj in se osredotočimo na manjše, dnevne, obvladljive cilje, hkrati pa verjamemo, da se s svojo dnevno aktivnostjo krepimo v veččinah za doseganje končnega, velikega cilja. S takšno naravnostjo bomo lahko uspešni pri doseganju ciljev na marsikaterem področju svojega življenja.

Teja Štefanič

