



PD Planinorci

Kondicijska izdržljivost	Tehnička zahtijevnost
K1 – LAGANO; <4h hoda	T1 – NE ZAHTJEVNO; hodnja, bez upotrebe ruku i pomagala
K2 – UMJERENO TEŠKO; 4h do 6h	T2 – UMJERENO ZAHTJEVNO; hodnja+povremena upotreba ruku, lagano penjanje
K3 – TEŠKO; 6h do 8h	T3 - ZAHTJEVNO; povremeno penjanje uz upotrebu ruku i pomagala (klinovi i čelična užad) ZIMA: upotreba dereza i cepina po potrebi
K4 – VRLO TEŠKO; >8h	T4 – VRLO ZAHTJEVNO; duže i zahtjevnije dionice osiguranih putova, ozbiljnije penjanje ZIMA: konstantna upotreba dereza i cepina

Visinska razlika

- VR1** – uspon 250 m. Lagano
- VR2** - uspon 500 m. Umjereno lagano
- VR3** - uspon 750 m. Umjereno zahtjevno
- VR4** – uspon 1000 m. Zahtjevno
- VR5** - uspon više od 1000 m Vrlo zahtjevno

Napomena: vrijeme hoda je bez pauze!

Planinarsko pravilo je da se svakih 1h radi pauza od 5min do 10min, a nakon 3h hoda duža pauza (po potrebi skupine).

Planinarsko društvo Planinorci, Velikogorička 26., 10000 Zagreb,
OIB: 79811148938, IBAN: HR6023600001102285853

