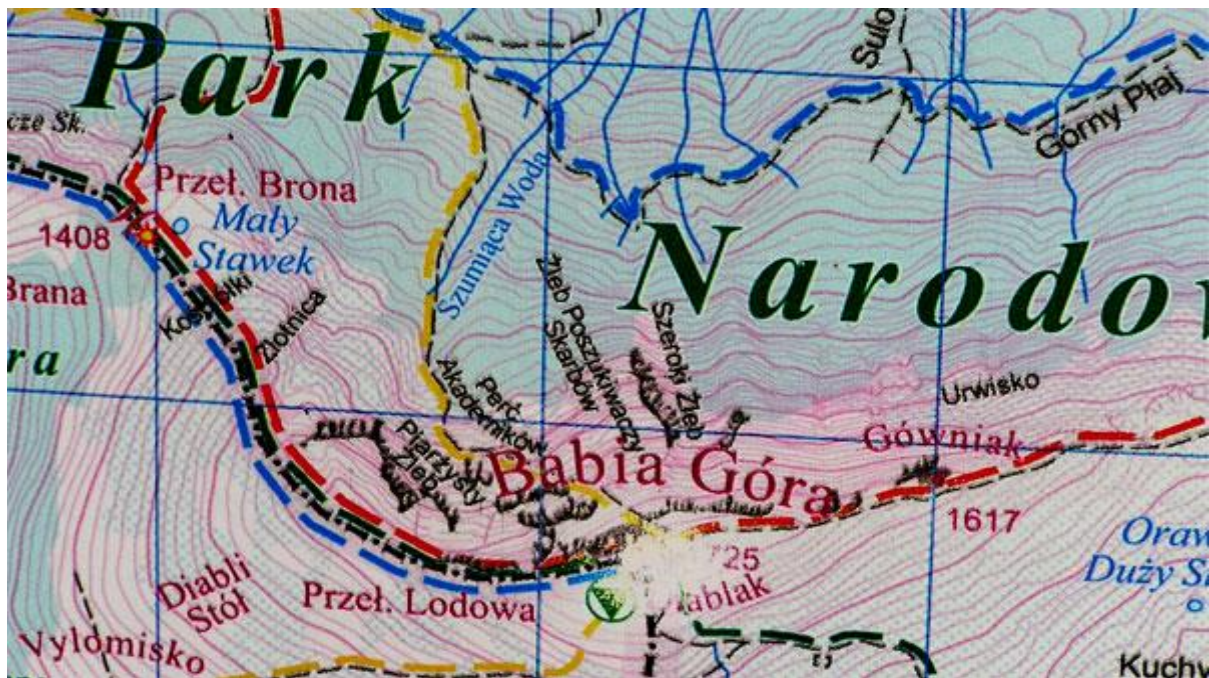


Babia Góra - Trening przed Nepalem - 7.08.2005

Zapraszam Cię na górską wycieczkę, którą potraktuję jako szlifowanie formy, gdyż w przyszłym miesiącu czeka mnie wielka przygoda - trekking w Himalajach. Przewodnik mojej nepalskiej grupy, Mariusz Dec, powiedział mi, że sobie poradzę, ale też dodał, że należy wykorzystać każdą okazję, żeby trenować kondycję. Podczas wychodzenia pod górę nie powinno się za wiele mówić, bo kruca bomba człowiek szybko się męczy. Teraz jednak nie jestem na szlaku, lecz w domu przy komputerze i chętnie Ci napiszę, czego się dowiedziałam z tej beskidzkiej wycieczki. Może te informacje przydadzą się Tobie lub Twoim znajomym. Wyruszamy.



Wierzbówka kiprzyca - tworzy różowe dywany na górskich polanach.



Nasza beskidzka grupa.



Instrukcja jest prosta: na górę najpierw się wychodzi, a potem z niej schodzi. Tyle wystarczy wiedzieć oraz to, że na taki wypad należy mieć odpowiednie ubranie, wygodne buty, a potem iść ostrożnie, by nie skręcić nogi. Stopnie z bali i kamieni ułatwiają zdobywanie wysokości. To pierwsze strome podejście przez gęsty las.



Mamy wrażliwe dusze i wykorzystamy ten wyjazd, aby podziwiać polską przyrodę i słuchać głosów jej mieszkańców.
Idziemy szlakiem czerwonym.



Kamienne schody oraz kopiec ze słupkiem pomagający odnaleźć drogę, gdy na szlaku zaskoczy turystę gęsta mgła.



Pogoda na Babiej często się załamuje. Błękitne niebo po kilku minutach potrafi ustąpić miejsca zbliżającym się czarnym chmurom. Może uda się nam uniknąć ulewy. Burza w górach jest bardzo niebezpieczna.



Poruszamy się na przemian lasem i po otwartych przestrzeniach, a na szczycie będziemy zdani na łaskę niebios.



Kikuty drzew pamiętających uderzenia pioruna.



W 1954 roku w paśmie Babiej Góry - wraz ze szczytem Diablak - utworzono Babiogórski Park Narodowy, który w 1977 został uznany przez UNESCO za światowy rezerwat biosfery.

To dzwonek drobny, roślina górską. Porasta skalne szczeliny. Ma niebieskie kwiaty w kształcie wiszących kubeczków.



Widok z tego miejsca jest przepastny i oszałamiający.



Panorama beskidzkich dolin i leśnych przecinek robi wrażenie.



Na Babią Górę prowadzą 3 szlaki oznaczone kolorami:

 Główny Szlak Beskidzki. Markowe Szczawiny - Przełęcz Brona - Babia Góra - Sokolica - Przełęcz Lipnicka.

 Przełęcz Jałowiecka - Mała Babia Góra - Przełęcz Brona - Babia Góra - Leśniczówka Stańcowa - Kiczory.

 Markowe Szczawiny - Perć Akademików - Babia Góra - Chata Slaná Voda na Słowacji.

Po drodze deszcz pada, słońce świeci, Baba Jaga masło kleci.



Ten wyjazd to był świetny pomysł. W moim mieście za 20 zł wykupujesz całodzienną wycieczkę z Koła Taterników. Wyjazd jest o 6 rano, a powrót o 19. Autokar zawiezie i przywiezie nas z powrotem. Jadąc swoim samochodem, trzeba ze szczytu zejść w to samo miejsce, gdzie jest zaparkowane auto. Natomiast w przypadku tego wyjazdu wychodziliśmy jednym, a schodziliśmy innym szlakiem. Tak więc można było więcej zobaczyć. Nasza kondycja była średnia, żadnych alpinistów, szły osoby, które lubią spokojne turystyczne górskie wycieczki.



Wędrujemy babiogórskim grzbietem. Ścieżka wije się do celu.



Mijamy innych piechurów. W górach panuje zwyczaj pozdrawiania się przez „Dzień dobry” - to jest sympatyczne.



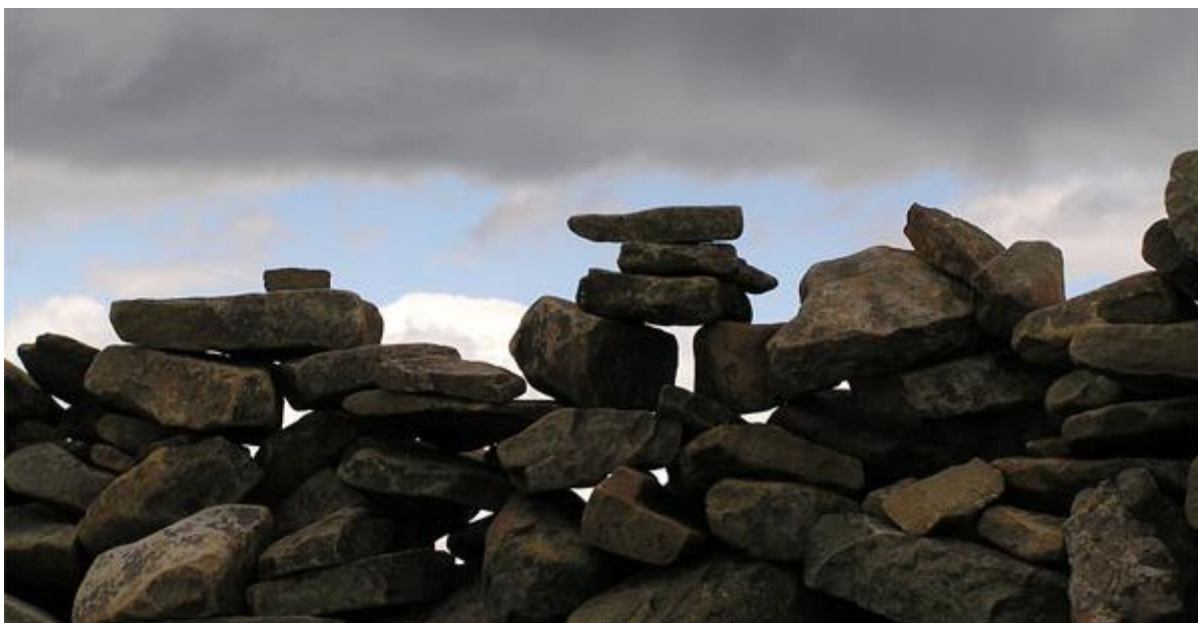
Babia Góra - nazywana Królową Beskidów - to najwyższy szczyt Beskidów Zachodnich. Pasma ma 10 km długości i słynie z unikatowych gatunków chronionych zwierząt i roślin, z których 4 figurują w Czerwonej Księdze: jad mocny, rogownica alpejska, okrzyn jeleni i gnidosz Hacqueta.

Spośród zwierząt najliczniejszą grupę stanowią ptaki, między innymi skowronek, dzięcioł, myszołów, trznadel, dzwonec, sroka, czajka, cietrzew, głuszek, puszczyk i sóweczka. Z płazów traszka, salamandra i ropucha. Z gadów padalec, zaskroniec, żmija i jaszczurka. Ze ssaków jeż, nietoperz, wiewiórka, niedźwiedź, ryś, lis, borsuk, wydra, kuna, tchórz, wilk, jelen i sarna.

Występuje tu 5 pięter klimatyczno-roślinnych: piętro pogórza do 700 m n.p.m, regiel dolny od 700 do 1150 m n.p.m, regiel górny od 1150 do 1360 m n.p.m, piętro kosodrzewiny od 1360 do 1650 m n.p.m i piętro alpejskie od 1650 do 1725 m. Wraz ze wzrostem wysokości drastycznie zmieniają się tu warunki klimatyczne, a średnia temperatura roczna spada od 6°C u podnóża do 1°C na szczycie.

Docieramy na najwyższy punkt Babiej Góry, czyli Diablak. Wieje tu mocno i jest zimno. Z rozkoszą pijemy gorącą herbatę z termosy, wsuwamy kanapki i zachwy-
camy się otaczającymi nas widokami.





Pamiętkowe zdjęcie z naszym przewodnikiem.



Lektura jest dobra na wszystko :)



To ten rodzaj zmęczenia, który wyzwala dobre emocje spełnionego celu oraz pokonania własnych ograniczeń. Przyjemne uczucie.

Na szczycie spędziliśmy godzinę na pogawędkach i na radości z przebywania w takim ciekawym miejscu.

Ruszamy w powrotną drogę.

Różeniec górski - cenny okaz.



Rdest węzownik ma różowe kłosy porastające babiogórskie zbocza.



A to węgierski obelisk na Diablaku, blisko najwyższego punktu. Pomnik upamiętnia wejście na szczyt arcyksięcia Józefa Antoniego Habsburga w 1806 roku. Powstał z inicjatywy Węgrów, ponieważ południowe stoki Babiej Góry należały wówczas do Królestwa Węgier w ramach Cesarstwa Austriackiego.



Zejsście jest niebezpieczne i trzeba poruszać się ostrożnie.



Gołoborze na Babiej Górze to zjawisko geomorfologiczne. Te rozległe rumowiska powstały w wyniku wietrzenia piaskowców podczas ostatniego zlodowacenia. Usypiska znajdują się na północnym stoku Diablaka, tuż pod szczytem. Surowy, kamienisty krajobraz pozbawiony jest roślinności i ostro kontrastuje z niżej położonymi piętrami kosodrzewiny i lasów reglowych.



Wspinaczka po rumowisku nie jest łatwa. Ten etap zejścia wymaga sporej uwagi. Kolorowe znaki na kamieniach informują o rodzaju szlaku.



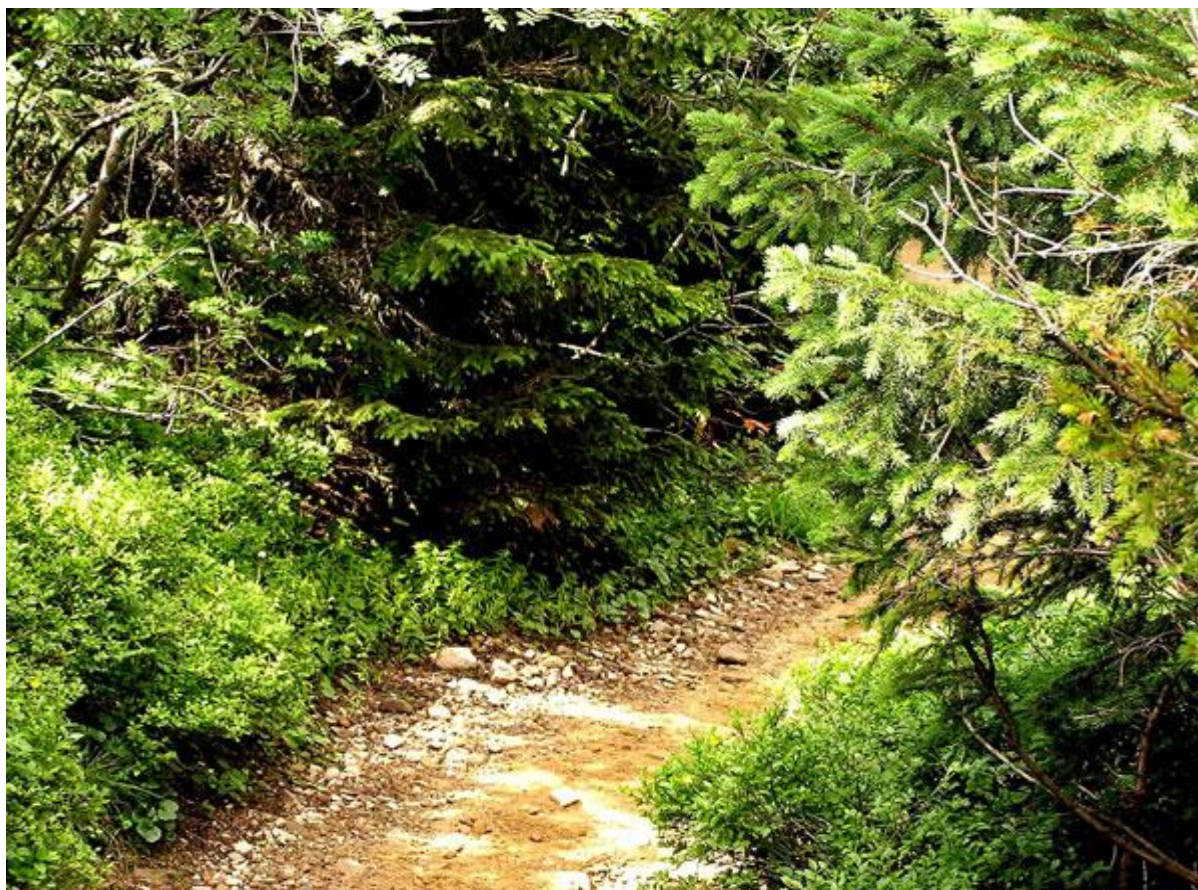
A to kosodrzewina - gęste, wiecznie zielone zarośla karłowatej sosny górskiej.



Na niebie na przemian raz pochmurno, raz słonecznie, raz deszczowo, ale widoki wynagradzają nam pogodowy dyskomfort.



Drzewa i roślinność układają się w klasyczny układ piętrowy, który zmienia się wraz z wysokością nad poziomem morza. Strukturę leśną Babiogórskiego Parku Narodowego tworzą głównie trzy gatunki: świerk pospolity, buk zwyczajny i jodła pospolita.



Miłosna górńska - wysokie ziołorośle o sercowatych liściach.



Orzeźwiający i krystalicznie czysty strumień w leśnej głuszy.



Powoli zbliżamy się do schroniska.



Tu zatrzymamy się na dłuższy odpoczynek, a potem mamy jeszcze 1,5 godziny drogi do parkingu.



Drogowskazy szlaków. Tabliczki wskazują kierunki i czas przejścia do poszczególnych punktów w Beskidach. Można stąd dojść do miejscowości Zawoja Lajkonik przez Ryzowaną, do Górskiej Bazy Namiotowej Polana Głuchaczki, na Mędralową oraz Przełęcz Jałowiecką.



Czuję zapach ściętych pni i powoli żegnam się z urokiem tego szlaku.



Stąd pojedziemy do domu.



Przyznam, że ledwo doszłam na parking. Miałam dopasowane buty i to był błąd, powinny być o pół numeru większe.

Wracam zmęczona fizycznie, ale z głową pełną pozytywnych wrażeń. Ten niedzielny trening zaliczam do udanych. Cały dzień spędzony w otoczeniu przyrody pozwolił mi naładować życiowe baterie. Taki wyjazd to nie tylko dawka zdrowego ruchu, ale też czas na poukładanie, a nawet zresetowanie własnych myśli.

Życzę Ci równie ciekawych wycieczek i pozdrawiam Cię serdecznie.

Renata Bednarz - Zielona Gałązka

www.renatabednarz.pl

