



# HPD »ZAGREB-MATICA«

Petrićeva 4/II ♦ tel. 01/48-10-833 (18,00-20,30 h)

www.zagreb-matica.hr

## 42. PLANINARSKA ŠKOLA

**3.04 – 5.06. 2019.**



### PLAN PREDAVANJA I IZLETA 2019

No.	Predavanje / Aktivnost	Predavač	Od	Termin
1.	UVODNO O PLANINARSKOJ ŠKOLI <i>Podjela literatura od 18:40</i>	<b>Bruno Šibl</b> <i>Voditelj planinarske škole</i>	19 sati	SRIJEDA
2.	PRIPREMA ZA ODLAZAK U PLANINU	<b>Marko Ebenspanger</b> <i>Instruktor planinarske škole</i>	20 sati	<b>3.04.2019.</b> 19-22 sata
3.	PLANINARSKA OPREMA	<b>Ivor Altaras Penda</b> <i>Autor "Abecede hrv. vrhova"</i>	21 sat	
<b>1 – MEDVEDNICA – sa zagorske strane u beli Zagreb grad – 7.04.2019.- nedjelja, iznajmljeni bus</b>				
4.	POVIJEST PLANINARSTVA I PLANINARSKA ORGANIZACIJA	<b>prof. dr. Željko Poljak</b> <i>Planinarski pisac i publicist</i>	19 sati	SRIJEDA <b>10.04.2019.</b>
5.	PLANINARSKA ORIJENTACIJA 1 <i>klasična orijentacija: karta i kompas...</i>	<b>Mladen Fliss</b> <i>Dipl. ing. geofizike</i>	20,30	19-22 sata
<b>2 – SAMOBORSKO GORJE – uhodavanje planinarske škole - 14.04.2019., nedjelja, javni prijevoz + osobna vozila</b>				
6.	KRETANJE I BORAVAK U PLANINI	<b>Marko Ebenspanger</b> <i>Instruktor planinarske škole</i>	19 sati	SRIJEDA
7.	PLANINARSKI PUTEVI I MARKACIJE	<b>Mato Šimičić</b> <i>Markacist-voditelj</i>	20 sati	<b>17.04.2019.</b> 19-22 sata
8.	PREHRANA PLANINARA I TJELESNA PRIPREMA	<b>Miroslav Kralj</b> <i>Kineziolog i petobojac</i>	21 sat	
<b>3 – ISTRA – ČIĆARIJA Korita – Brajkov vrh – Županj vrh - 22.04.2018., Uskršnjji ponedjeljak – jednodnevni izlet - bus</b>				
9.	ZAŠTITA PLANINSKE PRIRODE	<b>Slavko Ferina-Mrva</b> <i>Pročelnik Komisije za zaštitu prirode HPS-a</i>	19 sati	SRIJEDA <b>24.04.2019.</b>
10.	OPASNOSTI U PLANINI	<b>Marko Ebenspanger</b> <i>Instruktor planinarske škole</i>	20 sati	19-22 sata
11.	METEOROLOGIJA ZA PLANINARE	<b>Dipl. Ing. Radovan Čepelak</b> <i>Meteorolog - amater</i>	21 sat	
<b>4 – GORSKI KOTAR – KRK - Platak - KLEK – 27./28.04.2019, subota/nedjelja, 2-dnevni izlet busom</b>				
12.	OSNOVE SPELEOLOGIJE <i>Prijava za pokaznu vježbu na Žumberku</i>	<b>Dipl. Ing. Vlado Božić</b> <i>Instruktor speleologije HPS-a</i>	19 sati	<b>UTORAK</b> <b>30.04.2019.</b>
13.	PLANINARSKA ORIJENTACIJA 2 <i>satelitska orijentacija: GNNS + Internet</i>	<b>Mladen Fliss</b> <i>Autor priručnika „Orijentacija za planinare“</i>	20,15 sat	19-22 sata
<b>5 – ŽUMBERAK &amp; ŠPILJA VRLOVKA - Pokazna vježba iz speleologije i planin. orijentacije, 5.05.2018. nedjelja, bus</b>				

# PLAN PREDAVANJA I IZLETA 2019

No.	Predavanje /Aktivnost	Predavač	Od	Termin
14.	<b>PLANINARSKA MEDICINA, FIZIOLOGIJA I PREHRANA</b>	<b>prof.dr. Željko Poljak</b> <i>Prof. Medicinskog fakulteta u mirovini</i>	19 sati	SRIJEDA <b>8.05.2019.</b> 19-22 sata
15.	<b>PRVA POMOĆ</b> OŽIVLJAVANJE - ZAUSTAVLJANJE KRVARENJA – OPEKLINE - STRUJNI /ELEKTRIČNI UDAR UDAR GROMA - SUSTAV KRETANJA: PRIJELOMI, IŠČAŠENJA,UGANUĆA – IMOBILIZACIJA - ŠOK	<b>Prim.mr.sc. Branislava Resanović, dr.med.</b> <i>Voditeljica centra za preventivnu medicinu NZJZ Dr.Andrija Štampar.</i>	20,15 sati	
16.	<b>ASTRONOMSKA ORIJENTACIJA U PRIRODI – POMOĆU NEBESKIH TIJELA</b> <i>Satanak ispred ulaza u zgradu Tehničkog muzeja</i>	<b>Ante Radonić</b> <i>Vas vodi u Planetarij</i>	Okupljanje od 17h do 17,15 h	<b>ČETVRTAK</b> <b>9.05.2019.</b> <b>u 17,15 h</b>
<b>6 – SREDNJI VELEBIT – V.Sadikovac – 11. 05. 2019.. subota, 1-dnevni izlet busom (zbog lošeg vremena u nedjelju)</b>				
17.	<b>OSNOVE ALPINIZMA</b>	<b>AO HPD ZGM</b> <i>Alpinistički odsjek</i>	19 sati	SRIJEDA <b>15.05.2019.</b> 19-22 sata
18.	<b>KORIŠTENJE TEHNIČKE OPREME U ALPINIZMU</b>	<b>AO HPD Zagreb-Matica</b>	20 sati	
19.	<b>OSNOVE ČVOROLOGIJE</b> Korištenje užeta i čvorova /uzlova	<b>Marko Ebenspanger</b> <i>Instruktor planinarske škole</i>	21 sat	
<b>7– Pokazna vježba iz alpinizma – OKIĆ – Samoborsko gorje, 18.05.2019. SUBOTA, 1 dan, javni prijevoz + osobni auti</b>				
20.	<b>PLANINE SVIJETA I EKSPEDICIONIZAM</b>	<b>Darko Berljak</b> <i>Vođa himalajskih ekspedicija</i>	19 sati	SRIJEDA <b>22.05.2019.</b> 19-22 sata
21.	<b>OSNOVE SPAŠAVANJA</b>	<b>Darko Berljak</b> <i>Tajnik HGSS, publicist</i>	20 sati	
22.	<b>HRVATSKA GORSKA SLUŽBA SPAŠAVANJA (HGSS)</b>	<b>Darko Berljak</b> <i>Tajnik HGSS-a</i>	21 sat	
<b>8 – DINARA – Poštak 25-26.5.2019. , Na “krovu Hrvatske” ; subota-nedjelja, 2-dnevni izlet, autobus ; noćenje u Kijevu</b>				
23.	<b>USMENI ISPIT (dolazak 17,30 –18 sati)</b>  <i>doći sa planinarskom i osobnom iskaznicom, svojim planinarskim dnevnikom, literaturom i svojim zabilješkama, kartom GPP-a i kompasom; ponijeti radni list iz orijentacijske vježbe na Žumberku, te pribor za rad na karti</i>	<b>Ispitivači</b> su predavači pl.škole, instruktori i plan. vodiči	<b>17,30 h</b>	SRIJEDA <b>29.05.2019.</b> ISPIT traje od 17,30-20 h
<b>ZAVRŠETAK PLANINARSKE ŠKOLE</b>				
24.	<b>DODJELA DIPLOMA HPS-a o ZAVRŠENOJ PLANINARSKOJ ŠKOLI</b>  <b>DOMJENAK I VESELICA PL.ŠKOLE</b> završno druženje priređuju polaznici planinarske škole	<b>Voditelj pl. škole</b>  <b>Polaznici planinarske škole priređuju domjenak i zabavu</b>	Početak u 20 sati	SRIJEDA <b>5.06.2019.</b> 20-24 sata

Napomena : Za izlazak na usmeni ispit (radi diplome HPS-a) potrebno je odraditi 5 dana izleta, te pokazne vježbe iz orijentacije i alpinizma (7 dana terena =70%). Ukupno ima 10 dana izleta. Potrebno odslušati 70% predavanja. Pokazati zalaganje...

Dodatni rok za usmeni ispit za one koji opravdano ne mogu pristupiti završnom ispitu 29.05. je u srijedu 5.06. u 19 sati.

Za ovaj dodatni rok potrebno se je najaviti.

Plan predavanja i izleta pripremio : Bruno Šibl, voditelj pl.škole (03-2019) ; Kontakt mob. (novi broj) 091 410 55 33

R3/05/2019.---