

# Varnost pri kolesarjenju v gorah



# Gorsko kolesarstvo (Mountain biking oz. MTB) je vožnja kolesa izven tlakovanih cest.

Tekmovalne discipline gorskega kolesarstva:

- Kros (cross country)
- Spust (downhill)
- Dirt jumping
- Freeride
- Trial



# Turno kolesarstvo

je načrtovana vožnja po poteh v naravnem okolju



# Značilnosti turnega kolesarstva

- načrtovana vožnja z določenim ciljem - tura
- vožnja po poteh, predvsem tam kamor motorizirani promet ne seže
- osnovni motiv - doživetje v naravnem okolju
- zadovoljstvo v fizični aktivnosti in dinamiki gibanja (vzpon in spust)
- brez hitrostnih tekmovalnih ciljev

SSKJ: tura – navadno daljša, napornejša pot, potovanje z določenim ciljem



# Koliko je turnih kolesarjev

## Tujina:

- Francija – CAF: 285 društev, v 74 turno kolesarstvo
- Italija - CAI: 490 društev, v 96 turno kolesarstvo
- Švica – SAC: 1/3 članov turno kolesari
- Nemčija – 20 mio. kolesarjev (cestni in gorski)
- Avstrija – kolesarstvo je najbolj množična športna aktivnost domačih turistov v gorskem okolju (2,4 mio.)

## Slovenija:

250.000 prodanih gorskih koles v zadnjih petih letih  
(Vir: Eurostat in Bike magazine)

# Zakaj je potrebno organizirati turne kolesarje v okviru PZS:

- ker veliko članov PZS kolesari,
- ker lahko tako prispevamo k vzpostavitvi primernih odnosov z drugimi uporabniki gorskega sveta,
- ker lahko z vzgojnimi akcijami povečamo varnost udeležencev,
- ker želimo prispevati k naravovarstvenemu osveščanju obiskovalcev.

# *Komisija za turno kolesarstvo*



## Dejavnosti KTK PZS:

- Uveljavitev priporočil turnega kolesarstva
- Kolesarske ture
- Tečaji za turnokolesarske vodnike
- Kolesarski tabori
- Promocijske aktivnosti (predavanja, zgibanka, domača stran KTK, članki, ...)
- Sodelovanje z markacisti

# Priporočila turnim kolesarjem



- Kolesari samo po dovoljenih poteh
- Ne puščaj sledi
- Ne plaši živali
- Obvladuj kolo
- Spoštuj druge obiskovalce
- Ture načrtuj vnaprej



# Izobraževanje turnokolesarskih vodnikov

- Prvo izobraževanje v okviru PZS leta 2008
- 20 udeležencev letno
- Udeleženci iz planinskih društev PZS in turističnega gospodarstva
- Letos prvo izobraževanje tudi v okviru predmeta Turno kolesarstvo na Fakulteti za šport
- Turnokolesarski vodniki PZS imajo licenco Strokovnega sveta za šport R Slovenije, TKV I (strokovni delavec v športu I, 46 ur) in TKV II (strokovni delavec v športu II, 267 ur)

# Preventiva

- Vodenje in varnost skupine
- Tehnika vožnje
- Oprema turnega kolesarja
- Orientacija in načrtovanje ture
- Prva pomoč





## Tehnika vožnje



## Zaščitna oprema:

- Čelada
- Rokavice
- Zaščitna očala
- Ščitniki





**Orientacija**

Prva  
pomoč



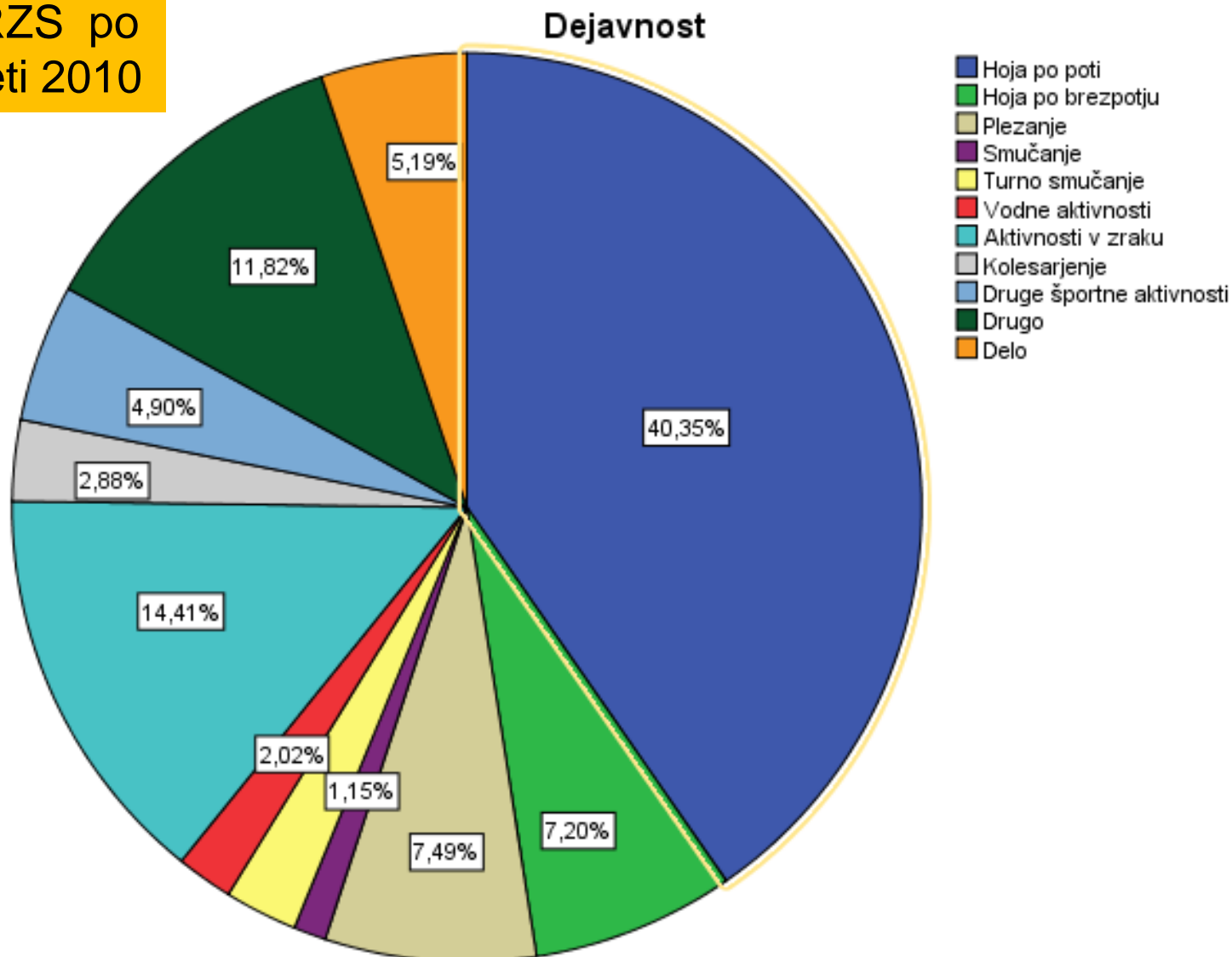
## Vzroki nesreč pri turnem kolesarstvu:

- pomanjkljiva tehnika vožnje
- neprilagojena hitrost
- izbira neprimerne opreme
- okvara kolesa
- trki z motornimi vozili
- trki s pešci in z živalmi



# Koliko je nesreč pri turnem kolesarstvu?

Intervencije GRZS po dejavnostih v leti 2010



Cases weighted by Frekvenca

Leto	Št. int.
2006	3
2007	5
2008	5
2009	10
2010	10
2011	8



Zbirni podatki na domači strani GRZS niso zadostni za odgovor na naslednja vprašanja:

- koliko intervencij je bilo pri turnem kolesarstvu?
- kakšne poškodbe so utrpeli kolesarji?
- kako stari so bili ponesrečenci?

Nesreč pri turnem kolesarstvu je precej več, kot jih zajemajo podatki GRZS:

- poškodbe običajno niso hude (odrgnine, zvini, zlom ključnice), poškodovanec lahko sam ali ob pomoči tovarišev pride do poti dostopne z motornim vozilom in nato v medicinsko oskrbo
- večina turnega kolesarstva poteka po poteh, prevoznih z motornimi vozili



# Preventiva

