



# Zielona Szkoła po Polesiu Lubelskim rowerem i w kajaku

13-17.06.2016

12.06.2016		
16:00	Odbiór rowerów i bagaży uczestników	Gimnazjum Przymierza Rodzin, ul. Grzegorzewskiej 10, Warszawa
13.06.2016		
10:20	Przyjazd uczestników do Lublina	
10:30	Wyjazd busem z Lublina do Parczewa <b>Tel. do kierowcy: Wojtek Krzemiński 604 410 620</b>	Plac przy Dworcu PKP
11:30	Przyjazd do Parczewa	Plac przy Bazylice
11:30-13:00	Zwiedzanie Bazyliki Mniejszej w Parczewie i wg uznania obiad po podróży (we własnym zakresie, menu Pizzerii Imperial na stronie <a href="http://www.pizzeriaimperial.pl/#menu">http://www.pizzeriaimperial.pl/#menu</a> )	
13:00-13:15	Krótkie szkolenie na temat zasad jazdy rowerem w grupie	
13:15-16:00	Przejazd trasą z Parczewa przez Lasy Parczewskie do Sosnowicy	Trasa przejazdu rowerem - 28 km
16:00-17:00	Odoczynek w Sosnowicy	
17:00-19:00	Przejazd trasą Sosnowica-trasa rowerowa Mietiułka w Poleskim PN-Wytyczno	Trasa przejazdu rowerem - 20 km
19:00-20:00	Obiadokolacja i zakwaterowanie	Dom Rekolekcyjno-Wypoczynkowy Sióstr Nazaretanek w Wytycznie
14.06.2016		
08:00-09:00	Śniadanie	
09:30-13:00	Przejazd trasą z Wytyczna przez Poleski PN do Dubeczna	Trasa przejazdu rowerem – 35 km

13:00-15:00	Odoczynek w Dubecznie połączony ze zwiedzaniem Huty Szkła i lekkim posiłkiem (możliwość indywidualnych zakupów w sklepie)	
15:00-17:00	Przejazd trasą z Dubeczna do Okuninki	Trasa przejazdu rowerem – 15 km
17:00-18:00	Obiadokolacja w Okunince	
18:00-20:00	Zakwaterowanie	Szkolne Schronisko Młodzieżowe „Krokodyl” w Okunince nad Jeziorem Białym
20:00-22:00	Ognisko połączone z kolacją	
<b>15.06.2016</b>		
07:00-08:00	Śniadanie	
08:30-09:30	Przejazd trasą z Okuninki do Włodawy	Trasa przejazdu rowerem – 10 km
09:30-12:00	Zwiedzanie Włodawy wraz z przewodnikiem	
12:00-12:15	Krótkie szkolenie na temat zasad pływania kajakiem w grupie	
12:15-14:00	Spływ kajakowy Bugiem na odcinku Włodawa-Różanka wraz z ratownikiem	Trasa spływu-10 km
14:00-15:00	Odoczynek przy stacji kajakowej w Różance (możliwość indywidualnych zakupów w sklepie)	
15:00-16:00	Spływ kajakowy Bugiem na odcinku Różanka-Pawłuki wraz z ratownikiem	Trasa spływu-8 km
16:00-16:30	Odoczynek w Pawlukach (możliwość indywidualnych zakupów w sklepie)	
16:30-17:30	Przejazd z Pawluk do Hanny trasą rowerową GreenVelo	Trasa przejazdu rowerem – 10 km
17:30-18:00	Zwiedzanie byłej cerkwi unickiej śś. Piotra i Pawła w Hannie	
18:00-19:30	Przejazd z Hanny do Jablecznej trasą rowerową GreenVelo	Trasa przejazdu rowerem – 20 km
19:30-20:30	Obiadokolacja i zakwaterowanie	Dom Pielgrzyma przy Prawosławnym Monasterze św. Onufrego w Jablecznej
<b>16.06.2016</b>		
08:00-09:00	Śniadanie	
09:00-09:30	Zwiedzanie monastynu	
09:30-11:00	Spływ kajakowy Bugiem na odcinku Jableczna-Szostaki wraz z ratownikiem	Trasa spływu-8 km

11:00-13:00	Odpoczynek na piaszczystej plaży w Szostakach i ognisko z posiłkiem	
13:00-16:00	Spływ kajakowy Bugiem na odcinku Szostaki-Kodeń wraz z ratownikiem	Trasa spływu-15 km
16:00-18:00	Zwiedzanie Bazyliki w Kodniu i Kalwarii oraz odpoczynek	
18:00-19:00	Przejazd trasą rowerową GreenVelo z Kodnia do Kostomłot	Trasa przejazdu rowerem – 8 km
19:00-20:00	Obiadokolacja i zakwaterowanie	Cerkiew Neounicka św. Nikity w Kostomłotach
21:00-23:00	Mecz piłkarski Polska-Niemcy w TV	
<b>17.06.2016</b>		
10:00-11:00	Śniadanie	
11:00-11:30	Zwiedzanie Cerkwi Neounickiej w Kostomłotach	
11:30-14:00	Przejazd trasą rowerową GreenVelo z Kostomłot do Terespoła, po drodze zwiedzimy forty Twierdzy Brzeskiej oraz cmentarz tatarski w Lebidziewie	Trasa przejazdu rowerem – 20 km
14:00-15:00	Możliwość obiadu w Terespolu (we własnym zakresie)	
15:50	Wyjazd uczestników do Warszawy	Dworzec PKP
18:00	Odbiór rowerów i bagaży	Gimnazjum Przymierza Rodzin, ul. Grzegorzewskiej 10, Warszawa

### Informacje praktyczne

**Pilot:**

Grzegorz Kwiatek, tel. 607 328 093

**Kierowca i serwis rowerów:**

Krzysztof Kwiatek, tel. 601 679 387

**Organizator spływów kajakowych:**

Centrum Turystyki Aktywnej "KaJaKi 4u", tel. 505 514 813

**Bagaż uczestników:**

Prosimy o to, aby bagaże uczestników miały wagę do 15 kg oraz łączny wymiar (długość, wysokość, szerokość) do 150 cm. Wycieczkę asekurować będzie auto techniczne wraz z przyczepą wiozącą bagaże nie ma więc potrzeby zabierania ze sobą dodatkowego bagażu na rower (sakw czy plecaków, chyba, że małą torbę np. na kierownicę lub bagażnik do bagażu podręcznego).

## **Rowery:**

Uczestnicy wycieczki muszą posiadać rowery sprawne technicznie (najważniejsze elementy to: sprawne hamulce, dopompowane opony, sprawne przerzutki). Rower powinien być przygotowany do transportu, tzn. „goły”, bez toreb i sakw, które przeszkadzać będą w ich transporcie.

## **Dodatkowo wymagane wyposażenie:**

- kask i czapka lub inne nakrycie głowy na czas spływu kajakiem
- strój przeciwdeszczowy
- zapasowa dętka odpowiednia do rodzaju kół
- na spływ kajakowy warto zaopatrzyć się w większy woreczek z zapięciem strunowym do zabezpieczenia przed wodą bagażu podręcznego w czasie spływu

## **Podczas jazdy rowerem przestrzegamy następujących zasad:**

- każdy uczestnik wycieczki ma ze sobą podpisaną zgodę rodzica lub prawnego opiekuna na udział osoby niepełnoletniej w wycieczce rowerowej
- każdy uczestnik wycieczki rowerowej jest obowiązany do znajomości i przestrzegania podstawowych przepisów ruchu drogowego
- nie wyprzedzamy przewodnika
- nie jedziemy za osobą zamykającą
- jeździmy trzymając kierownicę oburącz (poza sygnalizacją skrętu)
- nie używamy telefonów podczas jazdy
- jeździmy jeden za drugim zachowując bezpieczny odstęp od siebie (2-3 metry)
- interesujemy się innymi uczestnikami wycieczki i nie przejeżdżamy obojętnie obok osoby, której np. zepsuł się rower
- zawsze ustępujemy pierwszeństwa osobom pieszym
- tempo narzuca przewodnik grupy

## **Podczas spływu kajakiem przestrzegamy następujących zasad:**

- nie wyprzedzamy przewodnika
- nie płniemy za osobą zamykającą spływ
- wszyscy uczestnicy spływu zobowiązani są do pływnięcia w zapiętej kamizelce (kamizelka powinna być założona prawidłowo i ściśle przylegać do ciała). Nie dopuszczalne jest zdejmowanie kamizelki podczas spływu!
- każdy uczestnik "nie umiejący pływać" i nie mający doświadczenia w spływach kajakowych powinien płynąć w kajaku z osobą umiejącą pływać
- nie wolno wstawać lub siadać na burtach kajaka, kołysać się na boki lub odpychać wiosłami inne kajaki
- podczas spływu dużym i bezpiecznym łukiem omijamy wszystkie przeszkody
- będziemy spływać rzeką graniczną dlatego ważne jest aby płynąć po lewej stronie rzeki, nie przekraczając jej środka, który stanowi granicę Państwa
- zabezpieczamy się od słońca!