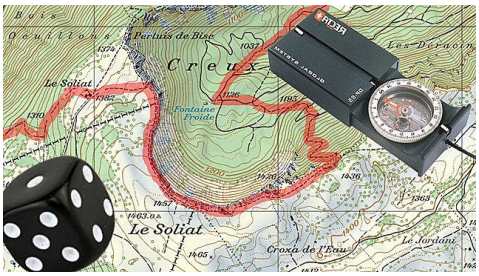


WYSŁANE PRZEZ
jsschinznach

ON
23.11.2011

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

# Rodzaje trekkingu




Trekking obejmuje bardzo wiele różnych form aktywności. Obejmuje on wszystko – od marszów z określonym celem po trekking rzeczny. Często motywację uczestników można zwiększyć poprzez zastosowanie konkretnej formy trekkingu. W niniejszym artykule zebrano wszystkie możliwe formy trekkingu.

## Rodzaje trekkingu

- **12- i 24-godzinne wyprawy trekkingowe**
  W ciągu 12 lub 24 godzin należy dotrzeć jak najdalej w grupach; możliwe są również nocne wędrówki. Odpowiednie wyłącznie dla starszych uczestników. Szczególnie podczas 24-godzinnych aktywności ważne jest, aby grupy nie przemęczały się i aby każdy miał wspaniałe wrażenia (w tym najwolniejsi uczestnicy).
- **24-godzinny projekt wędrówkowy**
  Małe grupy pokonują trasę, która może zostać ogłoszona dopiero dzień wcześniej. Grupy muszą same znaleźć miejsca na nocleg (na gospodarstwie lub w biwaku). Zajęcia te mogą być prowadzone albo pod nadzorem prowadzącego każdą grupę, albo wyłącznie z udziałem starszych uczestników.
- **Wędrówka kontemplacyjna**
  Spokojna (i ewentualnie bardziej indywidualna) wędrówka, podczas której uczestnicy otrzymują wskazówki do refleksji i kontemplacji (np. po nabożeństwie). Nadaje się również jako wędrówka z pochodniami. Najbardziej odpowiednia dla starszych uczestników.
- **„Direttissima” (dokładne podążanie wzdłuż linii)**
  Podążaj jak najbliżej granicy, współrzędnych, linii konturowej, grzbietu lub samodzielnie wytyczonej linii, nie zbaczając z trasy. Uwaga: bezpieczeństwo jest najważniejsze.
- **Wędrówka wzdłuż rzeki**
  Podążaj wzdłuż cieku wodnego tak blisko niego, jak to możliwe, i tak długo, jak to możliwe. Na przykład od źródła do ujścia rzeki lub podobnej trasy. Uwaga: bezpieczeństwo jest najważniejsze / Nie zaleca się trekkingu w strojach kąpielowych lub mokrych ubraniach
- **Nocna wędrówka**
  Wędrówka nocna zorientowana na doświadczenie. Nacisk kładziony jest na samą wędrówkę; uczestnicy nie powinni czuć się onieśmieleni ani odczuwać podobnych emocji.
- **Wędrówka projektowa**
  Podczas wędrówki należy zgłębiać projekty z zakresu geografii, historii lokalnej, historii naturalnej, projektów historycznych itp.
- **Poszukiwanie skarbów**
  Podczas rozpoznania trasy prowadzący zakopują jeden lub więcej skarbów w małych drewnianych skrzynkach, które są następnie odkopywane podczas samej wędrówki (1–3 miesiące później). Ważne: Należy dokładnie udokumentować lokalizację skarbu za pomocą zdjęć itp. Doświadczenie pokazuje, że ponowne odnalezienie skarbów jest dość trudne. Nie należy zakopywać żadnych

wartościowych przedmiotów.

- **Wędrówka gwiaździsta**
  Różne grupy wyruszają z różnych punktów startowych i spotykają się w miejscu docelowym.
- **Wędrówka przy pełni księżyca**
  Podobna do *wędrówki nocnej*, ale bez latarek – wyłącznie przy świetle księżyca. Możliwa tylko na łatwym terenie i przy bezchmurnym niebie.
- **Wędrówka z zadaniami orientacyjnymi**
  Dzieci muszą podążać trasą, korzystając ze współrzędnych, szkiców, śladów, zdjęć, kompasu itp.
- **Wędrówka zkostką (wędrówka „Five-Liber”)**
  W określonym czasie uczestnicy rzucają **kostką lub**monetą na każdym skrzyżowaniu, aby ustalić, w którą stronę iść. Można ją również zorganizować jako zawody (kto dotrze najdalej itp.) --> gra losowa. Ten rodzaj wędrówki nie jest odpowiedni dla (przed)Alp.

## Źródło

- Zdjęcie na okładce: dzięki uprzejmości Jungschar Schinznach / Manuel Meier
- Spis treści: zawiera broszurę J+S „Trekking – w ruchu”

### Weitere Informationen

*Kategorie*
Technologia i aktywność na świeżym powietrzu

*Tagi*
Trekking

*Wiek*
Brak dostępnych danych.

*Liczba uczestników*
1–20
20–30
30 – 100

*Biblia*
Brakuje tej informacji.

*Materiał*
Mnóstwo pracy

*Pobieranie plików*
Brak pobierania plików

*KI Generierter Inhalt*
Zawartość
Kategorie
Tagi
Wiek
Liczba uczestników
Biblia
Materiał

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/pl/wiki/art/rodzaje-trekkingu