

GOJZARJI

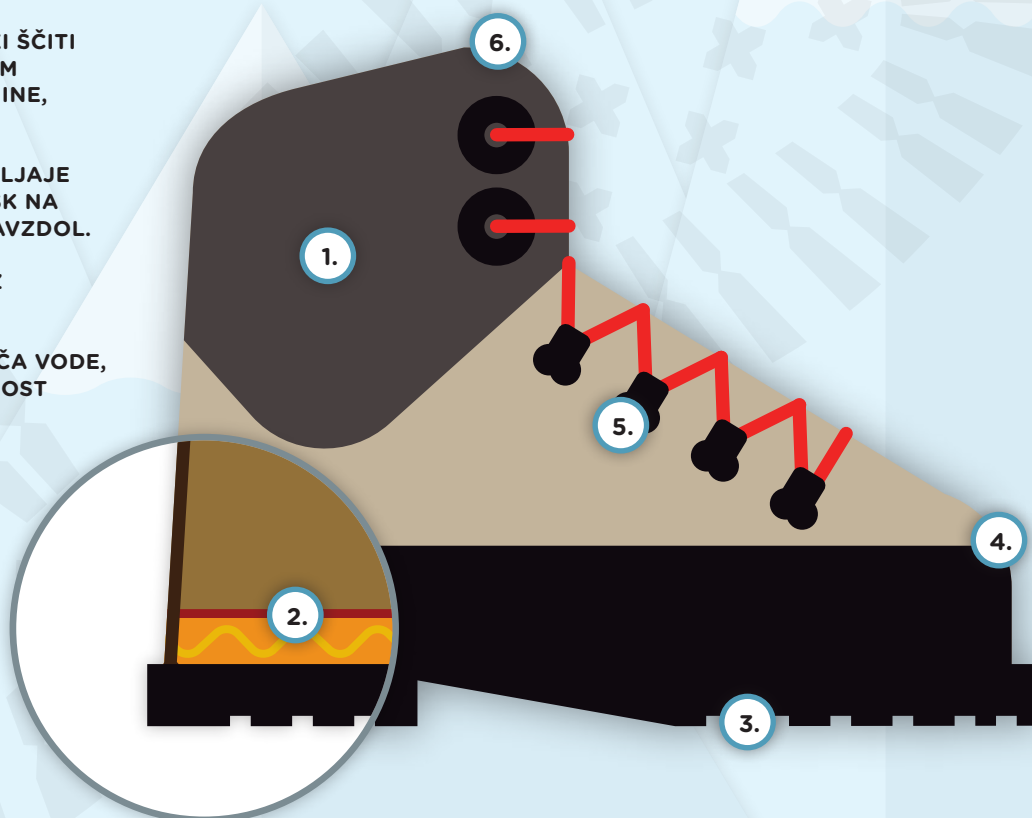


Planinsko znanje
in veščine

**NAHRBTNIK
ZNAJJA**

Sestavni del osebne opreme vsakega obiskovalca gora so gojzarji in nahrbtnik. O tem, da so čevlji najpomembnejši del osebne opreme ni dvoma. Za varnejšo in udobnejšo hojo morajo biti dovolj veliki, visoki, segajo naj čez gleženj, podplati naj bodo iz narezane gume. Z njimi kar najbolje tipamo na gubano obličje gore. In kdor ima v glavi, ima tudi na nogah – kakovostne, zase in svoje cilje primerne gojzarje!

1. **USNJENA ŠKOLJKA, KI ŠČITI PRED VLAGO, MRAZOM IN UDARCI OB KORENINE, KAMENJE.**
2. **PLAST, KI BLAŽI TRESLJAJE IN ZMANJŠUJE PRITISK NA STOPALO PRI HOJI NAVZDOL.**
3. **TRPEŽEN PODPLAT IZ NAREZANE GUME.**
4. **PLAST, KI NE PREPUŠČA VODE, OMOGOČA PA ZRAČNOST ČEVLJA.**
5. **ZAVIRALNE KLJUKICE ZA ZAVEZOVANJE VEZALK.**
6. **OBLAZINJENI JEZIK OMOGOČA DIHANJE IN PRAVILNO DRŽO STOPALA.**



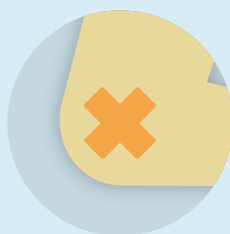
**OBUI EN PAR
GORNŠKIH
NOGAVIC.**



**PRED IZLETOM
OSTRIŽI NOHTE
NA NOGAH.**



**GOJZARJE KUPUJ
POZNO POPOLDNE
ALI ZVEČER, KO JE
NOGA ŽE OTEČENA
IN UTRUJENA.**



**TAKOJ, KO
ZAČUTIMO
TIŠČANJE, NALEPI
NA BOLEČE
MESTO OBLIŽ.**



**ZA HOJO PO
LEDU NAMESTIMO
DEREZE.**