

Kolarstwo górskie to piękny sport, ale trzeba mierzyć siły

Data publikacji: 21.04.2023 7:30

Jest coraz więcej zieleni i coraz cieplej... Nic więc dziwnego, że przybywa tych, którzy potrzebują adrenaliny na górskich szlakach. Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe przestrzega i poleca brać siły na zamiary. Szczególnie na górskich szlakach.



Zdjęcie przedstawia turystę rowerowego w górach fot. ARC OX.PL

Kolarstwo górskie od kilku lat zyskuje na popularności nie tylko w Beskidach. Jednak im więcej miłośników tej aktywności, tym więcej także wypadków.

W górach jest miejsce na rower, trzeba tylko jeździć z głową i to niekoniecznie po szlakach turystycznych. Powstaje dużo ścieżek, których wybór powinien być adekwatny do naszych umiejętności – informują ratownicy GOPR.

Bezpieczeństwo na rowerze w górach rozpoczyna się od przygotowania się do wyjazdu o czym przypominają ratownicy GOPR. Kolarstwo górskie ma piękne walory, jednak bywa także niebezpieczne. ***- Zawsze musimy pamiętać o swoim bezpieczeństwie trenując w górach. Dobrze mieć rozwiązanie na każdy możliwy scenariusz. Każde kolarstwo to piękny sport, ale bywa także niebezpieczne. Szczególnie wtedy, kiedy trenujemy w pojedynkę. Bezpieczeństwo przede wszystkim, a wtedy łatwiej jest osiągnąć kolejny szczyt*** – mówi Sławomir Kohut, olimpijczyk z Aten, wielokrotnym mistrz polski w kolarstwie pochodzący z Pogorza.

KOD