

TREKKING W TURCJI

Informacje praktyczne dla uczestników wyjazdu



Wnętrze domku w jednym z pensjonatów



Woda będzie wystarczająco ciepła do kąpiei, szczególnie jesienią

Charakter wyjazdu - warunki na trasie

Noclegi

- Antalya: hotel 3***, pokoje 2-osobowe z łazienkami.
- Çıralı, okolice Kaş, Kabak: ośrodek wypoczynkowy (pokoje-domki 2-os. z łazienkami)
- Istnieje możliwość zakwaterowania w pokoju jednoosobowym. Dopłata wynosi 300 EUR.

Transport

- Przejazdy mikrobusami na całej trasie.

Wyżywienie

- Śniadania i kolacje - zgodnie z programem.
- W hotelach śniadania w restauracjach hotelowych, zwykle w formie bufetu.
- W połowie dnia przerwy na piknik albo obiad w lokalnej knajpce.
- Kolacje w sprawdzonych lokalach serwujących lokalne jedzenie.

Pogoda

Wiosna i jesień to najlepszy czas na trekking w Turcji. Nie doskwierają wówczas letnie upały ani zimowe deszcze. Na przełomie kwietnia i maja oraz października i listopada temperatura w ciągu dnia zwykle nieco przekracza 20°C, w nocy nie spada poniżej 10°C. Temperatura wody wiosną ok. 18°C, a jesienią powyżej 20°C umożliwia kąpiele. Przeważnie jest słonecznie, sporadyczne deszcze bywają intensywne, ale krótkotrwałe.



Mocna turecka herbata to nieodłączny element posiłków

Na szlaku należy zachowywać ostrożność, nie oddalać się od grupy i stosować się do zaleceń pilota oraz przewodnika.

Ruch uliczny w miastach jest bardzo chaotyczny, a pieszych z reguły się nie przepuszcza. Przy przekraczaniu ulic za każdym razem trzeba zachować szczególną czujność i rozglądać się we wszystkie strony.

Pieniądze

Kursy i wymiana

Walutą obowiązującą w Turcji jest lira turecka.

Aktualny (09.10.2023) kurs liry (TRY):

1 PLN = ok. 7 TRY, 1 EUR = ok. 30 TRY, 1 USD = ok. 28 TRY.

Punkty wymiany walut i bankomaty będą dostępne w Antalyi, Kaş i Ölüdeniz.

Do Turcji najlepiej zabrać z Polski dolary lub euro i na miejscu wymienić na lokalną walutę. Alternatywnie można wypłacać pieniądze z bankomatu (przed wyjazdem warto sprawdzić prowizje i limity w swoim banku).

Ceny i wydatki

Ceny podstawowych artykułów i usług w Turcji są zbliżone do tych w Polsce. Dotyczy to również lokali, w których będziemy zatrzymywać się na posiłki.

Na własne potrzeby (posiłki niezawarte w cenie, kawę, piwo, pamiątki) należy mieć dodatkowo sumę ok. 100 EUR. Albo więcej - w zależności od apetytu, pasji kolekcjonerskich czy szczodrości w obdarowywaniu krewnych i znajomych.

Telefony i internet

W Turcji są dostępne lokalne sieci komórkowe, z którymi polscy operatorzy mają umowy roamingowe.

Przed wyjazdem warto zapoznać się z taryfami swojego operatora (opłaty za połączenie mogą przekraczać 10 zł/min.)

Zasięgu może brakować na szlakach, w oddaleniu od miejscowości.

Hotele, w których będziemy się zatrzymywać, na ogół udostępniają gościom bezpłatnie dostęp do internetu.

Wiele kawiarni i restauracji udostępnia klientom bezpłatnie dostęp do internetu.

Poza tym internet dostępny wyłącznie przez telefon, tam gdzie będzie zasięg.

Bezpieczeństwo

Ogólne

W czasie tego wyjazdu nie będziemy podróżować po terenach uznawanych za szczególnie niebezpieczne.

Zdrowie

Nie są wymagane żadne szczepienia obowiązkowe.

Ekwipunek i bagaż

Co zabrać?

Najważniejszy będzie odpowiedni zestaw odzieży "na cebulkę", który sprawdzi się przy każdej pogodzie, jednocześnie zapewniając nam komfort i wygodę podczas podróży.

Każdy powinien mieć ze sobą:

- sprawdzone pełne buty trekkingowe sięgające za kostkę
- kurtkę membranową (nieprzemakalną i nieprzewiewną)
- ciepły polar, ewentualnie bluzę lub sweter
- koszulki (najlepiej oddychające)
- wygodne spodnie, np. trekkingowe - najlepiej sprawdzają się takie z lekkich szybkoschnących materiałów
- spodnie zewnętrzne, membranowe (nieprzemakalne oraz nieprzewiewne)
- bieliznę
- czapkę z daszkiem lub kapelusz
- grube skarpetki (np. trekkingowe)
- strój kąpielowy
- krem z filtrem UV
- ręcznik - najlepiej lekki turystyczny
- plecak (około 30l)

W ekwipunku powinny znaleźć się także:

- okulary przeciwsłoneczne
- przybory toaletowe
- mały termos lub bidon
- osobista apteczka
- lekkie buty sportowe lub sandały
- kijki trekkingowe



Odpinane nogawki doskonale zdają egzamin przy zmiennej pogodzie



Kijki trekkingowe pomagają na szlaku

Zabrania się przewożenia m.in. baterii, e-papierosów, zapalniczek benzynowych oraz zapalek kowbojskich w bagażu rejestrowanym. Listę przedmiotów, których nie wolno przewozić, należy sprawdzić przed każdym przelotem.

Rzeczy, które mogą się przydać:

- powerbank (trzeba go przewozić w bagażu podręcznym, w trakcie lotu musi być odłączony; dopuszczalne jest przewożenie jednego powerbanku o mocy maks. 300 Wh lub dwóch – do 160 Wh każdy)
- latarka czołówka (zakładana na głowę) i zapasowe baterie
- scyzoryk
- klapki

Apteczka

Warto dobrze wyposażyć osobistą apteczkę, tym bardziej, że z wielu miejsc do najbliższej apteki lub ambulatorium jest daleko. Powinna ona zawierać:

- plastry
- kilka opatrunków z gazy
- bandaż zwykły i elastyczny
- chustę trójkątną
- środek dezynfekujący
- sól fizjologiczną
- rękawiczki lateksowe
- środki przeciwbólowe (w tym na stłuczenia) i przeciwgorączkowe
- leki przeciwbiegunkowe
- koc ratowniczy (folia NRC)

Jak się spakować?

Bagaż główny do 23 kg, maksymalna suma wymiarów (długość, wysokość, szerokość) do 158 cm.

Bagaż podręczny do 8 kg, o maksymalnych wymiarach 55x40x23 cm.

Najlepszym rozwiązaniem będzie duży plecak (50 - 70 litrów), ewentualnie torba podróżna. Plecak warto zabezpieczyć na czas lotu. Sprawdzają się duże worki, np. z cordury, albo innego wytrzymałego materiału, np. firmy Wisport.

Na bagaż podręczny najlepiej zabrać mały plecak, w którym zmieszczą się termos, aparat fotograficzny, butelka wody itp.

Dodatkowe informacje

W razie jakichkolwiek wątpliwości, co do odzieży i ekwipunku, prosimy o kontakt z nami przed wyjazdem. Odpowiedni ekwipunek na tej trasie jest niezbędny, a w trakcie podróży nie będzie możliwości dokupowania brakującego sprzętu.

Z myślą o górskich wędrówkach warto zabrać swoje ulubione batoniki energetyczne (inne przekąski i prowiant na całodniowe wyjścia kupimy na miejscu).

Polecamy

Polecamy kilka książek, które pozwolą przed wyjazdem zagłębić się w tematykę odwiedzanych terenów i trochę lepiej zrozumieć rzeczywistość, w której będziemy się poruszać.



"Wróżąc z fusów" - reportaże z Turcji Marceliny Szumer-Brysz

Duży wybór literatury podróżniczej znajdziecie w naszym sklepie internetowym na stronie sklep.szzerokietory.pl.

Lektura nieobowiązkowa

- Marcelina Szumer-Brysz, "Wróżąc z fusów. Reportaże z Turcji" – od zawsze w rozdarciu - między Europą a Azją, islamem a świeckością, tradycją a nowoczesnością - również dziś Turcja stoi na rozdrożu. Nie tylko politycznie, bo to również producent docenianych seriali telewizyjnych, nowy dom dla uchodźców, kraj tolerancyjny, ulubiony cel podróży, być może nowy potentat turystyki religijnej. Warto zatem odrzucić stereotypy i spojrzeć w twarz prawdziwej Turcji.

- Witold Szablowski, "Merhaba. Reportaże z tomu "Zabójca z miasta moreli" i osobisty słownik turecko-polski" – wielowątkowa opowieść o Turcji rozdartej. Imigranci z Afryki, młode dziewczyny uciekające przed widmem zabójstw honorowych, Ali Ağca – to zaledwie ułamek bajecznie kolorowego, choć niekoniecznie bajkowego korowodu, który prowadzi nas w głąb Turcji, do serca narodu, który – zainfekowany europejskością – gubi swój miarowy, tradycyjny rytm.

- Bartek Kieżun, "Stambuł do zjedzenia" – Stambuł. İstanbul. Constantinopolis. Trzy różne nazwy, jedno niesamowite miasto. Autor dociera do zakamarków nieznanych turystom i historii zapomnianych nawet przez mieszkańców metropolii. I właśnie dzięki temu powstała książka kucharska pełna opowieści o wielkiej historii, pachnąca olejkiem różanym, karmelem i miodem, wyjątkowa jak turecki dywan.

Filmy
