**PREDLOGI ZA DRUŽINSKI IZLET V NARAVO**

**OSOJNICA**

Na Osojnico imamo več dostopov:

* Iz smeri Gradec – zanimiva točka Repniki, kjer je stalen izvir vode. V največjih sušah so ljudje hodili v izvir po vodo
* Iz smeri Petelinj
* Iz smeri Pivka
* Iz smeri Kal- zanimiva točka je Cesarjev gaj z nasadom starih tis in izvirom vode

Na Osojnici je pod glavnim vrhom tudi ruševina cerkvice.

**SV. TROJICA ALI LONICA**

V starih zapiskih se je pojavljalo ime Lonica, sedaj pa rečemo Sv. Trojica. Nekateri poznavalci rečejo glavnemu vrhu (betonski steber z žigom) Lonica, nižji vzpetini, kjer je cerkvica pa S. Trojica.

Na Trojico imamo dva glavna dostopa:

* S trnske ceste – Vlačno (daljša pot)
* Z avtom do severne strani (krajša pot)
* Lahko tudi peš iz Petelinj mimo Petelinjskega jezera

Zanimive točke: Petelinjsko jezero, Trnska jama, velika ravnina pod Vlačnim, kjer sta leta 1911 dva Slovenca- Renčelj in Kjuder- naredila eno prvih motornih letal na slovenskem in pa razvalina starodavne vasice Vrh pod Sv.Trojico, iz katere naj bi bil Martin Krpan. Po pričevanjih, se je velika večina vaščanov utopila v Petelinjskem jezeru. V tistih časih so k nedeljskim mašam ljudje hodili v Slavino. Pri prečenju zamrznjenega Petelinjskega jezera se je led udrl. Starejši vaščani in otroci so se kasneje razselili, ostale so razvaline vasi.

**PRIMOŽ**

Ena najbolj markantna vzpetina, s katere imamo pogled na celo pivško dolino.

Primož je znan po ohranjenih utrdbah zapuščine Alpskega zidu, ki ga je z **namenom utrjevanja meje v tridesetih letih prejšnjega stoletja zgradila Kraljevina Italija. Na Primožu so znane tudi energetske točke za »zdravljenje« raznoraznih bolezni.**

**Dostop na Primož:**

* S parkirišča pred mostom v Hrastju
* Z želežniške postaje – pot gre pod Kerinom
* Iz Radohove vasi
* Iz Parij

Označena pa je tudi pešpot na Tabor.

**ŠILENTABOR**

Šilentabor je znan po razvalinah gradu in lepim pogledom proti Primorski in Javorniško-snežniškim gozdovom. Zgodovina Šilentabora je stara več kot dve tisočletji….

Dostop:

* Kot sem omenil, s Primoža
* Narina
* Drskovč
* Zagorja
* Možnost tudi iz Parij proti Primožu in nato levo proti Šilentabru

**KRŠIČEVEC**

Leži nad Juriščami, od koder je tudi markirana pot.

**DRUGE ZANIMIVE TOČKE**

* Petelinjsko jezero
* Palško jezero (Matjeva jama)
* Parsko in Drskovško jezero
* Parska golobina
* Razvalina starega mlina pri Parskem jezeru
* Ledene jame na cesti Palčje- Koren
* Vrh Korena
* Nova in stara bajta na Korenu

**Nekaj navodil:**

* Upoštevajte varnostna navodila NIJZ in vlade
* Tempo hoje prilagodite najšibkejšemu
* S seboj vzemite pohodne, lahko tudi smučarske palice. Delale bodo tudi roke in ramenski obroč, kolena bodo razbremenjena! Ne pozabite vode.
* Po prihodu na cilj si izmerite pulz
* Naredite kakšen zanimiv posnetek
* Po prihodu domov si s pametnega telefona v dnevnik dela (naredite sami) vpišete število korakov in čas( odštejte počitek). V okviru možnosti se lahko poslužite tudi pametne ure, mobilne aplikacije ENDOMONDO (osnovno, ne plačniško)……
* Po prihodu domov naredite raztezne vaje
* OBVEZNO SE PREGLEJTE, ČE IMATE KAKŠNEGA KLOPA!
* Zaključimo s tuširanjem

Pošljite mi zahtevane podatke, zanimivost, slikico….Marsikatera neznana stvar bo tudi zame zanimiva.

Veliko užitka pri raziskovanju in dobre volje….

Dnevnik dela:

Priporočam, da si vsak naredi dnevnik (lahko je navaden list, star zvezek) in si v njega vpisuje podatke- datum, kraj, čas, število korakov, srčni utrip.

LP

Miran