

תואר ראשון תואר שני הכשרת אקדמאים מכינות רפואה משלימה הסמכה בספורט תיירות ופנאי אתגרי תעודה והשתלמויות

כיצד להתכונן ל"טרק" בטבע

ארץ ישראל משופעת במסלולים איכותיים, כאלה שמושכים אליהם מטיילים מכל קצוות הארץ, בין אם מדובר בכאלה שהינם מיטיבי לכת ובין אם בכאלה שלא נוהגים לטייל בדרך כלל. אך רגע אחרי שבחרים את המסלול המועדף, וכמה רגעים לפני שיוצאים לדרך, חשוב לערוך רשימה מסודרת שתעזור לכם להתכונן לקראת הטיול.

הדרך הטובה ביותר להתכונן ל"טרק" - לשאול בוגר קורס מורי דרך של וינגייט

רוב האנשים אמנם לא יודעים כיצד להתכונן לקראת טיול, אך בדיוק בשביל זה יש עם מי להיוועץ - מורי דרך שעברו הכשרה במכון וינגייט. מכון וינגייט מכשיר את מורי הדרך הטובים ביותר בישראל, זאת באמצעות קורסים תיאורטיים ענפים ותרגולים בשטח, כך שאין בוגר של הקורס שלא יידע לנווט בשטח, לא יידע להסתדר במהלך טיול ובוודאי שלא יוצר מצב בו בוגר קורס מורי דרך של וינגייט, לא יידע כיצד להתכונן ל"טרק" בטבע.

מה חשוב לזכור בטרם יוצאים אל ה"טרק"?

אם תשאלו כל מורה דרך שכזה, בעיניו הרשימה תכלול מספר דברים. ראשית, היא תכלול מעבר על המפה של האיזור בו אתם מתעתדים לטייל. חשוב מאוד להכין את עצמכם ולהכיר אתה הדרכים בהם תלכו, עוד בטרם יוצאים אל המסלול, על מנת שתוכלו לנווט בבטחה אל היעד אליו בסופו של דבר אתם מעוניינים להגיע. הדבר השני אותו יש לעשות, הוא לסמן על המפה את כל המקומות בהם אתם יכולים לעשות עצירה ללילה. זו יכולה להיות אכסניה שמצויה על הדרך בה אתם צועדים, זה יכול להיות בית של אנשים שמארחים בו מטיילים ללילה, וזה יכול להיות גם מקום בתוך חורשה או סמוך למאגר מים כלשהו, שם הקמתם [אוהל ללינה בטבע](#). יחד עם זאת, ולמרות חשיבות כל ההכנות הללו, יש דבר אחד שחשוב יותר מהכל, והוא רשימת הציוד אותו תסחבו יחד איתכם.

מהו הציוד החשוב ביותר ל"טרק"?

כל מטייל, בטרם הוא יוצא אל ה"טרק" שבחר, חייב להתכונן אליו בצורה הטובה ביותר, ולא משנה אם מדובר במסלול קצר בתחומי מדינת ישראל או במסלול ארוך באחת ממדינות דרום אמריקה. כמובן שעבור כל מסלול יהיה את הציוד המיוחד אותו כל מטייל יקח יחד איתו, ציוד שקשור בתנאי הדרך ובתנאי מזג האוויר, אך בהחלט ניתן לומר שרוב הציוד הינו פחות או יותר זהה. כך לדוגמא, נעליים נוחות זהו דבר משמעותי מאין כמוהו לקראת הליכה מרובה. נעליים סגורות עם סוליה מחוספסת גם יקבעו את הרגל בצורה טובה וחזקה יותר מכל נעל אחרת, גם ימנעו החלקה במהלך הדרך, וגם יתאימו הן למסלולים יבשים והן למסלולים שמשלבים מים. מזון ושתיה הוא עוד דבר שחשוב מאוד לקחת בחשבון, בעיקר כשיוצאים למסלולים ארוכים. גם לגבי המזון וגם לגבי השתיה, מלבד הכמות איתה תצאו מהבית, חשוב לדאוג שבמהלך הדרך תהא בידכם האפשרות למלא את המאגר. דבר חשוב נוסף הוא שק שינה או אוהל ללינה בטבע, כשלפחות אחד מהם חשוב לקחת יחד איתכם, כמובן בהנחה שהתכונן שלכם הוא לבלות לילה אחד או יותר תחת כיפת השמיים.