



• vremenske razmere — veter in preprih odpih-neta tenko plast toplega zraka iznad spalne vreče, seveda pa ob močnejšem vetru ta pro-dre v vrečo skozi polnilo, vlaga pa se pospeši prevajanje toplote navzven;

• višina — količina kisika vpliva na toplotno stopnjevanje;

• obleka — vlažna in mokra obleka zmanjša zadrževanje toplote;

• prevleke za spalno vrečo — zapolni prostor med spalno vrečo in telesom, obenem pa služi, da se vreča ne umaže;

• kapuca — velika izguba telesne toplote je prek tilnika, kjer so arterije tik pod površjem kože. Spalne vreče morajo biti ali s kapuco ali pa dovolj velike, da zaščitijo vrat;

• čistoča — osebna higiena in čistoča spalne vreče imata velik vpliv na toplotno izolacijo. Čimbolj je vreča umazana, tembolj je hladna; to še posebno velja za puhaste. Telesni znoj in soli pronicajo v notranjost in zamastijo polnilo, ki postane lepljivo in manj izolativno;

• vlaga — voda prevaja toploto zelo dobro. Vlažna vreča zahteva veliko večjo količino telesne toplote. Vreče iz umetnih vlaken imajo prednost, da se z vlago ne stanjšajo. Da to preprečimo, je najbolje, da se izogibamo uporabi spalne vreče v vlagi.

Priporočljivo je (če je le mogoče), da spalno vrečo po uporabi zjutraj prezračimo.

ALPINISTI SE BODO POGOVARJALI O MARIČI FRANTAR

## PRVO SREČANJE NA OKREŠLJU NAD LOGARSKO DOLINO

ALENKA JAMNIK

Že tri leta je minilo od vzpona **Marije Frantar** in **Jožeta Rozmana** prek 4200 metrov visoke južne stene na vrh 8125 metrov visokega Nanga Parbata v Pakistanu. To je bil prvi ženski vzpon z Rupalske strani prek najvišje stene na svetu; z Diamirske strani jih je bilo pred njo na vrhu gore le šest. Vzpon je trajal pet dni, in sicer brez uporabe dodatnega kisika. To je bil četrti slovenski poskus plezanja na vrh Nanga Parbata.

*Marija Frantar je študirala geografijo in se je že v študentskih letih prvič seznanila z alpinizmom. Leta 1978, ko je začela plezati, ni bilo pri nas veliko deklet, ki bi se ukvarjale s tem športom in s to dejavnostjo. Že leto dni pozneje se je udeležila svoje prve odprave, v Pami, nato pa so sledile številne druge.*

Leta 1991 je z Jožetom Rozmanom stala 150 metrov pod vrhom himalajske Kangčendzenge.

Mariča v baznem taboru pod Nanga Parbatom v družbi s prijatelji

Foto: Jože Rozman



V neugodnih vremenskih razmerah sta poskušala osvojiti vrh, vendar sta pri tem prepozno spoznala, da bi se morala prej obrniti. Zadnjič sta se izpod vrha te gore oglasila po radijski zvezi, ko sta povedala: »Ne veva, kje sva in kam greva...« To so bile njune zadnje besede. Naslednji dan so ju prijatelji našli na pobočju in ju pokopali na gori.

Ob obletnici tega dogodka in v spomin na prijateljico in soplezalko Marijo Sabolek Frantar - Maričo vabim vse prijatelje, znance, soplezalce, posnemovalce, občudovalce in druge na 1. spominsko srečanje na Okrešlju nad Logarsko dolino. Čutim dolžnost, da povabim vse, ki ste jo poznali, s katerimi je plezala, s katerimi se je družila, katere je učila ali katere je kako drugače obogatila s svojo osebnostjo in drobnimi prigodami: zapišite si spomine in mi jih pošljite. Morda bo prav z vašo pomočjo lahko njena hčerka Marjeta listala po knjigi o svoji mami, ki jo je nekega dne pustila samo doma in se ni več vrnila iz Himalaje. Morda bo takrat lažje razumela, zakaj se je to zgodilo. Vse njene otroške prošnje, naj ne gre, niso zalegle. Morala je oditi. Le kaj jo je gnalo? Prepričana sem, da je bila njena zadnja misel v steni Kangčendzenge namenjena prav Marjetki.

Poglejte tudi po svojih predalih, kjer imate shranjene fotografije in diapozitive! Ali imate v tej zbirki morda njeno sliko, fotografijo, diapozitiv, filmski trak? Prinesite to s seboj na Okrešelj in s tem še kakšen spomin na to, kako ste bili skupaj z njo, kako ste jo spoznali in kako ste z njo preživeli drobec svojega življenja.

Njena življenjska energija, miselnost, nenehno gibanje, hitro življenje, volja, zagnanost, trma in predanost alpinizmu so pripeljali do tragičnega razpleta. Toda če bi imela še enkrat možnost živeti, skoraj gotovo ne bi zamenjala enega dneva življenja leva za sto dni življenja ovce.

Vsak od nas jo je doživel po svoje, vsakemu se je v srce zapisala na svoj način. Celota teh spominov bo morda lahko njeni Marjetki, njeni Miški, kot jo je klicala, odgovorila na nerazrešena vprašanja o njeni materi.

Članke in zapise o Mariči Frantar na disketi ali na papirju — enako kot diapozitive — lahko pošljete na naslov: Alenka Jamnik, Plevančeva 16, SLO — 61000 Ljubljana.

Upam, da bo nekega dne izšlo knjižno delo o naši alpinistki, vodji uspešne ženske odprave v Pamir na Pik Komunizma in prve ženske odprave v Himalajo, o ženski, ki je leta 1990 pozimi preplezala slovito steno Eigerja in še istega leta Nanga Parbat. Ogromno njenih idej pa je ostalo neuresničenih. O njih bomo poklepotali v topli poletni noči na Okrešlju od 28. julija do 2. avgusta 1993.

PREDLOG ZA IZLET Z GORSKIM KOLESOM

## ŠENTVIŠKA PLANOTA

IGOR MAHER

Šentviška planota ali kratko Planota je uravnan, dolinski očem odmaknjen svet med dolino Idrijce in Baško grapo. Planotast svet se prične na nadmorski višini približno 650 metrov. Proti severozahodu se rahlo dviguje in doseže najvišjo točko v 974 metrov visokem Črvovem vrhu. Kameninska zgradba je apnenčasta, zato je površje zakraselo. Posledica tega je revnost površinskih vodotokov. Planoto



v osnovi poraščajo smrekovo-bukovi gozdovi, ki pa jih je v stoletjih človek na mnogih mestih posekal, da si je ustvaril travnike in njive, ki so mu omogočali preživetje.

Uravnan površina planote je že zgodaj privabila ljudi, da so se tu naselili. Arheološke najdbe nas popeljejo celo v železno dobo. Planota je bila pogosto pribežališče staroselcev iz dolin pred priseljenci. Prvič so kraji na Planoti omenjeni konec 12. stoletja v cerkvenih listinah. Danes največji naselji, Ponikve in Šentviška gora, sta med najstarejšimi na Tolminskem.

Tako kot v mnogih odročnih predelih je tudi na Planoti po drugi svetovni vojni prišlo do močnega upada števila prebivalstva. Predvsem je odseljevanje močno v severnem delu planote, kjer so slabši pogoji za kmetijstvo in slabše prometne povezave. Zanimiv in grozljiv je primer naselja Gorski vrh, ki je raztreseno na pobočjih Črvovega vrha. Še ob koncu prejšnjega stoletja je tu prebivalo več kot 130 prebivalcev, ob zadnjem štetju leta 1991 pa so jih našli samo še 11. Propadajoče domačije ostajajo neme priče preteklosti in žalostnih usod. Kmečke hiše na Planoti so (bile) močnejše, značilnega škofjeloško-cerkljanskega tipa. Prav tako so značilni dvojni kozolci, imenovani »kozol«, z močnimi zidanimi opornimi