

3TH SUP REGATTA

LOVE X WAR
ISLANDS

16-18.6.2023.



NOVI SAD

DANUBE RIVER

101 km



BELGRADE

Dragan, Dejan & Crew

WWW.SUPDASKE.COM



SUP REGATA

SUP regata "Od ljubavi do rata" održaće se 3 put. Za razliku od prethodna dva puta kada je bila više lokalnog karaktera, ove godine imamo priliku da prvi put ugostimo učesnike iz 5 okolnih zemalja. Pored veslača iz Srbije dolazak su najavili gosti iz Slovenije, Severne Makedonije, Mađarske, Rumunije i BIH. Procena je da će odziv biti veliki ove godine, očekuje se veliki broj veslača. Ova manifestacija održava se u slavu Dana Dunava koja se zvanično obeležava krajem juna. Dan Dunava se obeležava tokom celog toka Dunava, a sama proslava odaje počast važnoj ulozi koju Dunav i njegove pritoke igraju u životu ljudi: obezbeđenje vode za piće, rekreaciju, industriju, poljoprivredu, ribarstvo, plovidbu i dr. Dan Dunava je integralni deo saradnje podunavskih zemalja i proslavlja se kako bi se podigla svest za očuvanje reke kod što većeg broja pojedinaca i kako bi se apelovalo na racionalnu upotrebu vodnih resursa.



PRAVILA SUP REGATE

- SUP Regata ima rekreativni karakter bez elemenata takmičenja.
- Na regati mogu učestvovati samo sportska plovila na vesla.
- Maksimalan broj osoba na plovilu ne sme biti veći od dozvoljenog broja za dato plovilo.
- Maloletna lica ne mogu učestovati na regati.
- Zabranjuje se upotreba alkohola i psihotaktivnih supstanci u toku trajanja regate i preporučuje se učesnicima da sa sobom ponesu potrebne količine vode za piće.
- Učesnici regate moraju da budu plivači i obavezno nose pojase za spasavanje u vreme boravka na vodi.
- Učesnici regate su dužni da poštuju javni red i mir, kao i da izbegavaju incidentne situacije.
- Svaki pojedinac učestvuje na sopstvenu odgovornost. Organizator nije odgovoran za ličnu imovinu niti eventualne povrede učesnika.
- Učesnici bez popunjenoj prijavnoj obrazca ne smatraju se učesnicima regate.
- Svi učesnici evidentirani na evidencionom kartonu organizatora kreću sa veslanjem na znak organizatora.
- Svi učesnici su obavezni da tokom trajanja regate slede uputstva organizatora, kao i uputstva drugih lica zaduženih za obezbeđenje.
- Nije dozvoljeno isticanje drugih simbola izuzev zastava privrednih subjekata, sportskih klubova, kao i zvaničnih simbola država i entiteta iz kojih pojedini učesnici regate dolaze.
- Svaki učesnik regate je lično odgovoran za svoje ponašanje i eventualno ugrožavanje ili nanetu štetu drugim licima za vreme trajanja regate.
- Učesnicima regate je zabranjeno bacanje smeća u reku ili na obalu Dunava. Odlaganje smeća vrši se u odgovarajuće plastične kese koje je potrebno imati za navedeno, a koje će nakon pristajanja na obalu biti odložene na mestu primereno za to.
- Svaki učesnik, ukoliko se ne pridržava navedenih pravila regate biće isključeni, ukoliko dobronomerno upozorenje organizatora ostane bez željenog efekta.
- Svi učesnici dobrovoljno učestvuju na regati.
- Učesnici regate su saglasni da budu snimljeni i fotografisani od strane organizatora ili drugih učesnika, a sve u promotivne svrhe regate. Snimljeni foto i video sadržaji se mogu deliti na društvenim mrežama kao i sajtu supdaske.com ili u druge promotivne svrhe koje organizator odobri, bez objava imena lica na foto i video materijalu ili drugih ličnih podataka. Zabranjeno je neovlašćeno korišćenje foto i video materijala regate.

PRIPREMA

JE POLA POSLA

Pored daske i vesla neophodno je poneti osnovne stvari koje će vam biti neophodne tokom ovog poduhvata. Znajte da sve lične stvari nosite na vašoj dasci, stoga je dobra procena neophodnih stvari od velikog značaja. U nastavku je lista koje može da posluži kao polazna osnova.

SUP Regata

Lista za poneti

- Voda
- Bonžita, konzerva hrane
- Sigurnosni prsluk i vezica
- Suva vreća
- Aktivna garderoba, obuća
- Zaštita od sunca
- Treking šator
- Vreća za spavanje
- Zaštita od komaraca
- Britva švajcarac
- Baterijska lampa
- Vodootporna zaštita za tel.
- Tableta analgetika

»»—————««

PRIPREMA JE POLA POSLA

VODA

Poneti dovoljnu količinu vode je veoma važna stvar obzirom da je veslanje u okviru regate tokom letnjih dana. Za celodnevnu izloženost suncu dovoljna hidratacija je okolnost koju ne treba zanemariti. Ipak, daska ne bi trebalo da se pretvori u ploveći tank. Stoga imajte na umu da nove zalihe vode možete dopuniti u Slankamenu. A biće mogućnost da se uzme voda i iz plovila koja nas prate. Ipak, pokušajte 2-3 litre vode da ponesite sa sobom



HRANA

Kao najbolja opcija pokazalo se nošenje konzervirane hrane. Bonžita i slični proizvodi su se pokazali kao dobra opcija da vas energetski podigne. U Slankamenu je planiran topli obrok na čardi. A narednog dana i doručak ko želi. Tokom dana biće pristajanje u vreme ručka na čardu u okolini Starih Banovaca "Bašta pustolova". Po dolasku u BG, na splavu "Daska i veslo" biće služeno osveženje i mogući obrok. Takođe u prodavnici u Slankamenu možete i neku hranu dokupiti. Ovim su date jasne smernice kako po pitanju hrane da se postavite.

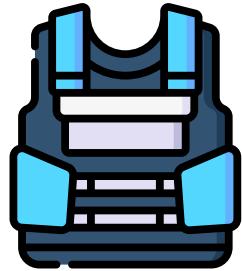


PRIPREMA

JE POLA POSLA

SIGURNOSNI PRSLUK I LIŠ

Kako pravila regate nalažu prsluk je obavezan. Bez prsluka nećete moći da krenete na regatu. Ukoliko nemate sopstveni nabavite ga ili iznajmite za ovaj događaj. Suludo je davati bilo kakva dodatna objašnjenja po pitanju neophodnosti prsluka. Liš (Leash) je preporučeno da bude zakačen za nogu. Obzirom da ste na tekućoj vodi, trebalo bi da ga koristite.



SUVA VREĆA

Suva vreća je veoma važan deo opreme, koja obezbeđuje da odeća i oprema koju nosite sa sobom ostane suva u slučaju vlažnog vremena, prevrtanja ili zapluskivanja talasa. Ove vreće dolaze u različitim veličinama (izraženo zapremski u litrama). Preporuka je da imate jednu veću glavnu vreću gde ćete ubaciti opremu za kampovanje, rezervnu odeću i druge stvari koje su vam neophodne po okončanju veslanja. Ako ste u mogućnosti, preporuka je da imate još jednu manju suvu vreću gde ćete čuvati stvari koje će vam zatrebatи tokom samog veslanja.



PRIPREMA JE POLA POSLA

AKTIVNA GARDEROBA I OBUĆA

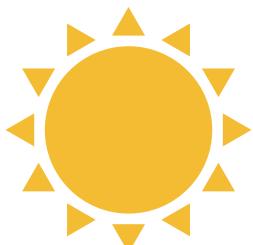
Tokom veslanja neophodno je imati garderobu koja se lako suši. Preporuka je da imate garderobu u kojoj se dobro osećate ali i koja štiti od sunca (anti UV).

Takođe imajte na umu da ponesete rezervnu garderobu, kao i neki komad tople odeće s obzirom na to da se kampuje. Što se obuće tiče nešto udobno, npr. mogu sandale koje su praktične u ovakvim okolnostima. Obavezno ponesite neku buf maramu kačket ili šešir. Ne zaboravite sportske anti UV naočare. Dobro je imati gel rukavice koje će sprečiti pojavu žuljeva na dlanovima. Neoprenska odeća nije neophodna. Imajte kabanicu spakovanu koju možete navući u slučaju kiše.



ZAŠTITA OD SUNCA

Iako se pominje zaštita od sunca, treba imati na umu da može biti i vetra i kiše. Za zaštitu od sunca poneti adekvatnu kremu, labelo za usne, naočare, maramu, kačket ili šešir. U slučaju kiše najbolje je imati neku poliester kabanicu, koju ćete lako obući. Obzirom da su u ovo doba godine mogući pljuskovi, veslanje po kiši tada nije preporučivo, već se privremeno obustavlja do poboljšanja uslova.



PRIPREMA JE POLA POSLA

ŠATOR

Šator vam je neophodan jer će vam to biti smeštaj tokom noćnog odmora. Prilikom odabira, najbolja opcija je trekking šator za jednu do dve osobe, koji se odlikuje malim dimenzijama ali i malom masom. Šator bi trebao da ima zaštitnu mrežu protiv insekata. Prostirka koja ide u šator treba da vam obezbedi izolaciju i mekoću, obično su na naduvavanje. Kvalitet šatora se meri koliki vodeni stub može da izdrži tokom padavina.

Preporuka je vodeni stub tende:

3000 mm, a vodeni stub

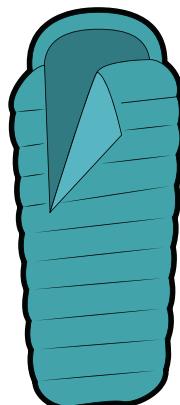


poda: 5000 mm. Ko ne želi šator sigurno je već rezervisao smeštaj u Starom Slankamenu.,.



VREĆA ZA SPAVANJE

Vreća za spavanje treba da bude u skladu sa vašim gabaritima, dakle bitna je visina. Postoje ljudi kojima je za kampovanje u letnjim mesecima potrebna samo vreća i dobra podloga, ako spadate u takvu grupaciju onda eliminišite šator i molite se da ne pada kiša. Ali kako postoji verovatnoća za kišu, eliminišite spavanje na otvorenom kao opciju. Letnje vreće su pogodne za temperature od 0 stepeni celzijusa i više. One su lakše jer imaju manje izolacija, što znači da imaju i manju masu. Često su veličine poput veće dinje ili manje lubenice. Da bi ste mogli njen konfor da iskoristite, mora biti suva. Zato je dobro zaštitite i upakujte u suvu vreću. Kao jastuk možete iskoristiti naduvanu suvu vreću.

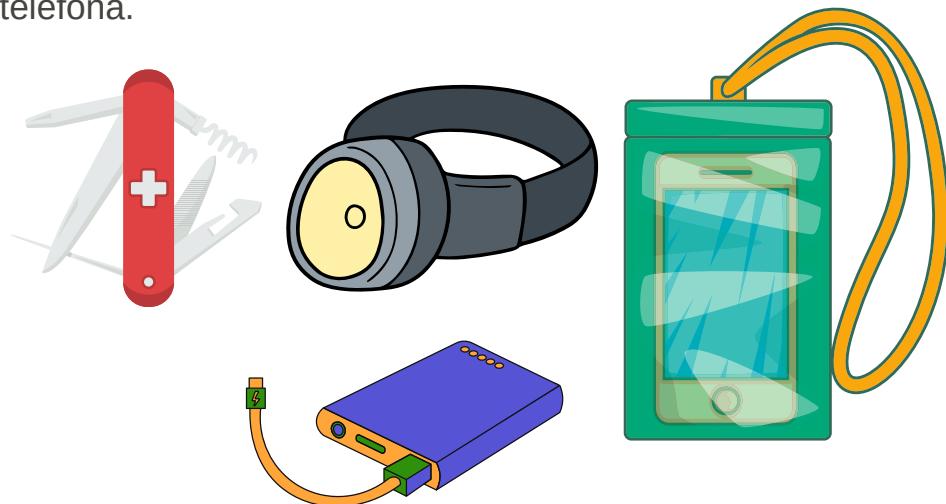


PRIPREMA

JE POLA POSLA

PRIBOR

Uvek je dobro imati jedan švajcarac, koji ima multifunkcijski pribor ukoliko vam zatreba za bilo kakvu namenu tokom putovanja. Čeona baterijska lampa za na glavu je neophodna obzirom da noć provodimo kampujući, po mogućству da bude vodootporna. Mobilni telefon je potrebno imati zbog komunikacije ili nekih nepredviđenih okolnosti, fotografisanje je na začelju prioriteta. Potrebno je nabaviti vodootpornu zaštitnu vrećicu za telefon, da ga sačuvate od vlage. Pre starta omogućiti deljenje lokacije sa gmail nalogom organizatora ko želi. Poneti manju USB bateriju za dopunu telefona.



TABLETA

Korisno je imati neku tabletu protiv glavobolje (analgetik), koja vam može dobro doći i zbog upale mišića. Posle veslanja dobro je rastvoriti i jednu šumeću mineralno vitaminsku tabletu da nadoknadite neophodne nutrijente (magnezijum).



PROGRAM REGATE

Petak 16.6.2023. Okupljanje

- Okupljanje i dolasci od 12 časova pa tokom celog dana. Lokacija je u Kampu „**Porodica avantura**“, koja se nalazi na Kameničkoj adi u blizini Novg Sada. Tačna lokacija <https://goo.gl/maps/gBjrP5uXDkh9D7iPA>
- U kampu je pripremljen je deo za postavljanje šatora kao i za parking automobila. U centralnom delu biće desk za prijave, šank i deo za druženje.



Tokom popodneva goste će zabavljati DJ ShiCu (Dušica Stojković), koja je i učesnik regate.

PLAN REGATE

Petak 16.6.2023. Okupljanje

- U 18 časova predviđena je jedinstvena tura obilaska katamaranom (opciono po specijalno niskoj ceni)
- Od 20 časova planirana su dva predavanja na temu:
 1. *Danube island SUPort Action*; Beukovic D.
 2. *Bezbednost na vodi*; Gavrilović Đ.
- Od 20.30 pa Večera grill (besplatno za učesnike u cenu uračunato i jedno piće po izboru)

Za veslače koji su iz NS, preporuka je da dođu na dogovor uveče, a da nam se potom narednog dana ujutru priključe na startu regate.



- Tokom večeri muziku pušta
- DJ Madness Factory**



PLAN REGATE

Subota, 17.06.2023. Prvi dan regate

Start regate je u 10 časova sa plaže „Oficirac“ kod Novog Sada
1254 km plovnog puta Tačna lokacija
<https://goo.gl/maps/rg1W1x1bp5cNnqpP8>



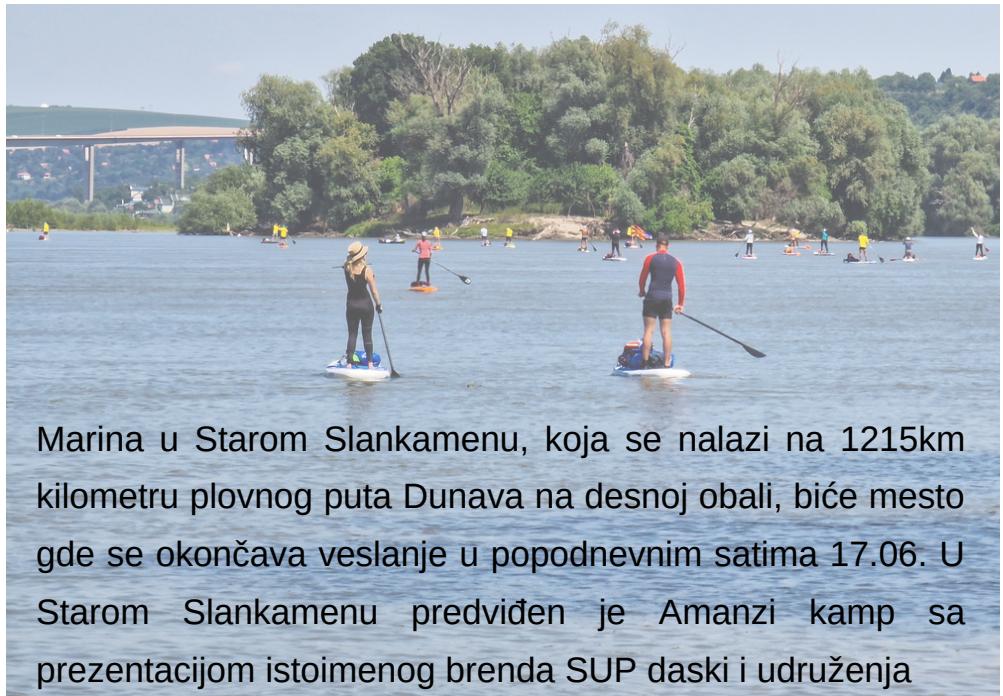
Veslanje i zaustavljanja na:

- Karlovačkoj adi (Kočang ostrvo),
- Plaža Čortanovaci (opciono),
prolazak ispod Beščanskog mosta,
opciono stajanje na Krčedinskoj adi
(srpska Kapadokija)



PLAN REGATE

Subota, 17.06.2023. Prvi dan regate



Pored kampa nalazi se ugostiteljski objekat gde je moguće večerati (Gulaš sa prilogom, 650 rsd ili 5,5eur; Roštilj sa prilogom 700rsd ili 6 eur).

Noćenje u kampu u vašim šatorima ili neka druga vaša opcija smeštaja.



PLAN REGATE

Nedelja, 18.06.2023. Drugi dan regate

Narednog dana polazak je do 9 časova. U ugostiteljskom objektu pored kampa postoji mogućnost da se doručkuje (Pečena jaja sa slaninom ili kobasicom. (350 rsd 3eur)

Nastavlja se veslanje, ka Beogradu, predviđeno je nekoliko relaks plutajućih pauza pored glisera koji nas prati. Pristajanje po potrebi. U Starim Banovcima predviđeno je pristajanje za ručak u „Bašti Pustolova“

Primer menija



1. Čorba meni

Riblja čorba, hleb,
1 piće, 1 kafa ☕

800 rsd



2. Čorba/ riba meni

Riblja čorba, dimljeni
tolstolobik, hleb, salata,
1 piće, 1 kafa



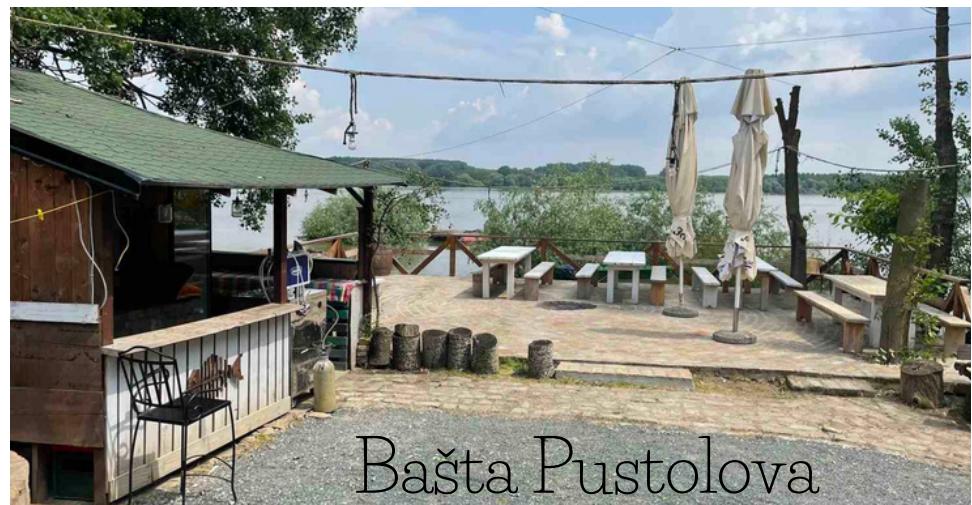
1.200 rsd

3. Čorba / kobasice meni

Riblja čorba, kobasice,
hleb, salata,
1 piće, 1 kafa



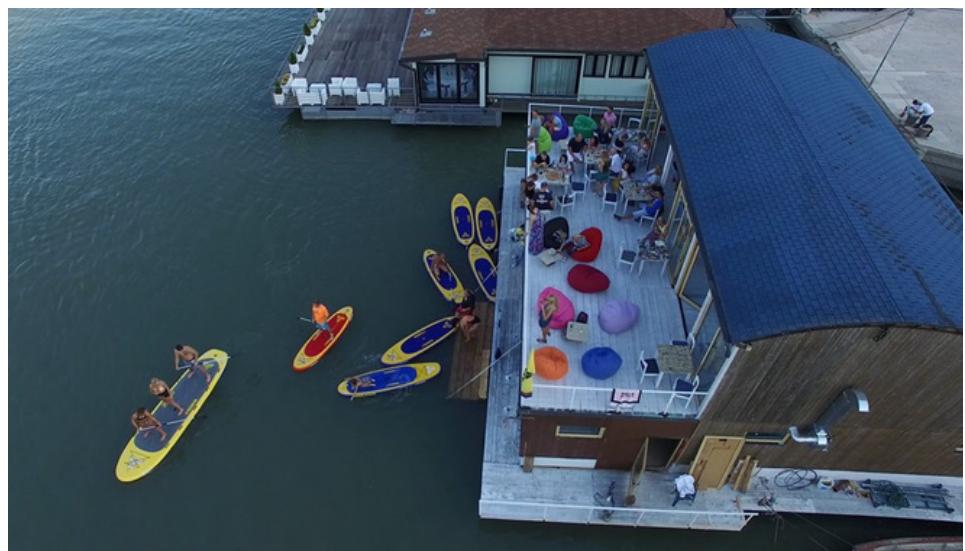
1.200 rsd



PLAN REGATE

Nastavak veslanja, nekoliko relaks plutajućih pauza pored glisera koji nas prati uz mogućnost stajanja u slučaju potrebe. Po prolasku ispod Pupinovog mosta završnica ulaska ka Zemunskom keju i Ratnom ostrvu. Završetak akcije je kod Splava „Daska i Veslo“ u blizini hotela Jugoslavija. Osveženje na splavu.
<https://goo.gl/maps/q4tXWUeMGm6nnXvm7>

Povratak za Novi Sad organizovanim autobuskim prevozom (besplatno).



EDUKATIVNA TEMA REGATE

SUP regata "Od ljubavi do rata", ove godine pored veslanja ima za cilj i promociju edukativnih tema koje su vezane za zaštitu prirode u Dunavskom basenu.

Danube Islands SUPport Action je veslačka akcija na SUP daskama u kojoj će veslači tokom akcije obilaziti neka od ostrva i močvarnih rukavaca na ovom delu Dunava. Tihom i kradomice, ne ometajući životinjski i biljni svet, zavirićemo u ove značajne dunavske niše. Suštinski cilj je promovisanje značaja zelenih ostrvskih divljih oaza na plavoj liniji Dunava.

Akcija SUPport Dunavskih ostrva biće najveća veslačka akcija na SUP daskama na ovom delu Dunava. Tokom veslanja proći ćemo pored 36 ostrva na Dunavu i dosta rukavaca. Poenta je da se promovišu ostrvske divlje oaze kao zelene tačke duž Dunava koje su stanište mnogih retkih i zaštićenih divljih životinja. Noć pre veslanja organizovaćemo predavanje na temu Dunavske akcije podrške, za učesnike i javnost.



EDUKATIVNA TEMA REGATE

Dunav

Sliv reke Dunav (DRB) pokriva više od 800.000 kvadratnih kilometara – 10% kontinentalne Evrope, i prostire se na teritoriji 19 zemalja. To ga čini najinternacionalnijim rečnim sливом на свету.

Dunavska ostrva

Ostrvo ljubavi nalazi se u blizini Novog Sada, a Ratno ostrvo na ušću reke Save u Dunav kod Beograda. Ova dva ostrva su polazna i završna tačka pomenute regate. Nastali kao nanosi Dunava, danas su naseljeni florom i faunom i obiluju različitim retkim vrstama. Na Ratnom ostrvu, oko dve trećine ostrva se koristi kao rezervat prirode za 196 vrsta ptica, od kojih su mnoge ugrožene. Na severnom delu ostrva je mala peščana plaža (Lido), dok je ostatak ostrva zaštićen zakonom i njegova urbanizacija nije dozvoljena. Oba ostrva pripadaju očuvanim močvarama koje se nalaze na Dunavu i predstavljaju biser u biodiverzitetu i obilju životinjskih vrsta, posebno ptica i biljnih vrsta vezanih za močvarna staništa.

Akcija je zasnovana na temeljima Dunavske strategije, koja obuhvata zalaganje za održivi kvalitet vode u slivu Dunava, očuvanje biodiverziteta i prirodnih rezervata, unapređenje povezanosti sa Dunavskim regionom kroz unapređenje mobilnosti i promovisanje korišćenja održive energije. Želimo da promovišemo kulturu SUP veslanja u javnosti i podstaknemo javnost da koristi ovu vrstu aktivnosti, koja je najtiši i najintimniji način da se približi divljini dunavskih ostrva i ritova.

EDUKATIVNA TEMA REGATE

„Koviljsko-petrovaradinski rit“ kompleks močvare

Tokom veslanja posetićemo Koviljsko-petrovaradinski rit. To je kompleks barsko-močvarnih i šumskih ekosistema u poplavnoj ravnici srednjeg toka Dunava. Karakteristike koje ovu močvaru čine značajnim su očuvanost i raznovrsnost hidrografskih oblika ritova (ade, rukavci, meandri, čorsokaci), biljnih zajednica ritova (bačvarske šume ispresecane barama, ritovima, livadama i trščanim koritima) i posebno raznovrsnost i bogatstvo faune, ptica močvarica...

Ranije su bile mnogo rasprostranjenije poplavne ravnice oko Dunava. U poslednjih 100 godina, oko 80% takvih površina je nestalo, uglavnom zbog izgradnje odbrambenih sredstava od poplava i drenaže za poljoprivredne svrhe. Ipak, duž Dunava kroz Srbiju i dalje postoji oko 70 mesta koja predstavljaju značajna staništa za brojne biljne i životinjske zajednice, od kojih je Koviljsko-petrovaradinski rit najveće stanište. Verujemo da SUP veslanje najbolje može da približi ljudi divljim dunavskim ostrvima, bez narušavanja mira na ostrvu, bez bučnih motora čamaca, čak i bez iskrcavanja. Čari divljine je moguće osetiti samo sa SUP daske, kako ne bi uz nemiravalni divlje stanovnike Dunavskih ostrva. Sa pozicije SUP-a moguć je najbolji pogled na surovost ljudske vrste u pogledu plutajućeg đubreta i plastike, ali i u smislu urbiciđnog fenomena koji je prisutan na obalama Dunava.

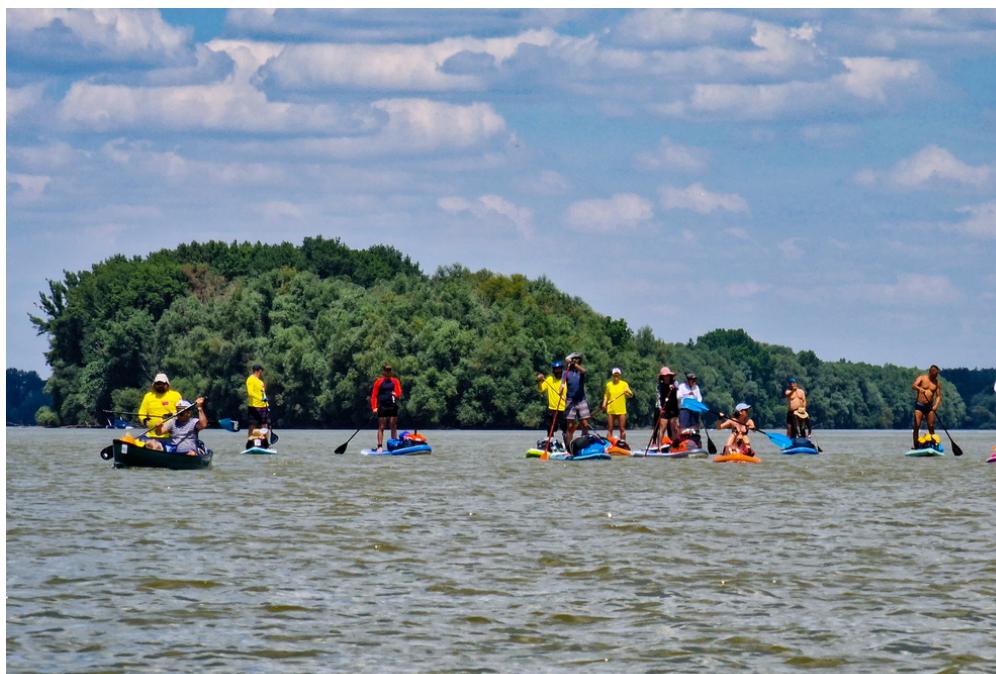


EDUKATIVNA TEMA REGATE

Koorganizator akcije Danube SUPport je GAMEST. NVO, dobrovoljno, neprofitno, profesionalno, naučno, nezavisno, društvo koje je osnovano širom sveta.



Ciljevi društva su unapređenje istraživanja, organizacija obrazovnih sadržaja i objavljivanje rezultata istraživanja u održivom upravljanju divljači



AMBER ALERT

Organizatori SUP regate žele da iskažu i svoj stavu kojim podržavaju kampanju za uvođenje Amber Alerta u Srbiju.

Amber Alert predstavlja model širenja i objavljivanja informacija javnosti u specifičnim slučajevima nestale dece.

Objave putem različitih medija – televizijskih i radio emisija, Interneta, SMS poruka, ekrana na bankomatima, autoputevima itd. mogu da dopru do građana koji će zapamtiti lice deteta i potencijalno ga uočiti ili imati validne informacije koje policiji mogu da pomognu u potrazi.

Oko 95% Amber alert slučajeva se reši u roku od 72 sata.

Svaka država ima slobodu da uvede svoje kriterijume, u odnosu na potrebe koje proizilaze iz sopstvene prakse. Ovo su najčešći kriterijumi država u Evropi:

- Potraga se vrši za maloletnom osobom (osobom mlađom od 18 godina);
- Postoji potvrda od strane policije da objava alarma neće ugroziti život deteta;
- Postoji sumnja da otmičar ima nameru da povredi dete;
- Dostupnost osnovnih informacija (npr. kako dete izgleda);
- Sumnja da nestanak ima potencijalno ugrožavajuće posledice po život deteta;
- Nepoznate okolnosti nestanka



PRIJATELJI SUP REGATE

SUPDASKE.COM
SAJT / BLOG O SUP VESLANJU

