

Biçiklizmi

Biçiklizmi është bërë gjithashtu një nga aktivitetet fizike më të preferuara, dhe sot gjithnjë e më shumë njerëz planifikojnë rrugëtimet e tyre në përputhje me shtigjet interesante për biçikleta. Plava ofron disa shtigje, kryesisht për biçiklizëm malor, nga ato më sfiduese deri tek ato më të lehta – por secila prej tyre ju çon përmes peizazheve spektakolare.

Përveç shtigjeve që çojnë deri tek disa nga atraksionet kryesore të Plavës – Liqeni i Hridit dhe ai i Visitorit, duke kaluar përmes katuneve dhe luginave, ka edhe shtigje që shkojnë në majat prej nga hapet pamje mbi Plavën dhe liqenin e saj. Organizata Turistike promovon biçiklizmin dhe stilin e shëndetshëm të jetesës përmes organizimit të ngjarjeve dhe garave të ndryshme. Ndër më të rëndësishmet janë gara e biçikletave „Osmica” dhe biçiklizmi malor në Kofilaçë dhe në Visitor.

Gara e biçikletave „Osmica” nisët nga Plava dhe zhvillohet përgjatë rrugës me asfalt nëpër Brezojevice, nëpër Sharkinaj dhe Latak deri në fshatin Martinaj. Aty çiklistët kalojnë mbi urën e vetme mbi lumin Luça. Më pas, në anën tjetër, vazhdojnë drejt burimeve të Ali Pashës, duke kaluar nëpër fshatrat Vishnjevë, Krushevë dhe Kolenoviq.

Nga Gucia, gara vazhdon përmes Dosugjes, përsëri deri në Martinaj, ku sërish kalohet lumi Luça, për të arritur në Plavë përmes Fshatit Hakaj dhe Ushtarak. Meqë kalimi mbi urë bëhet dy herë dhe shtegu formon një formë tetëshe (8), gara ka marrë emrin „Osmica” (tetëshe).

Biçiklizmi malor në Kofilaçë ka një diferencë lartësie prej 800 metrash, me pikënisje nga 1800 m (Kofilaça) dhe përfundim në Bogajiqë në 1000 m.

Biçiklizmi malor në Visitor ka një diferencë lartësie prej 900 metrash, me pikënisje në katunin Mramorje në 1800 m, deri në fshatin Brezojevicë në 900 m.

Këto shtigje janë shumë tërheqëse sepse kalojnë nëpër zonat pyjore, prej nga hapen pamje të mrekullueshme panoramike mbi rajonin Plavë-Guci.



Istražite Plav

Planinarenje i biçiklizam

Hiking dhe biçiklizmi



MONTE NEGRO

Planinarenje

Plavska opština se može pohvaliti bogatom ponudom outdoors aktivnosti : planinarenjem, biciklizmom, raftingom, kajakingom, paraglajdingom u ljetnjem periodu, i turno skijanjem, hodanjem na krpljama i skijanjem na mini žičari (sajla dužine oko 300 m) tokom zime.

Kada je planinarenje u pitanju, najznačajnija planinarska staza u Plavu je međunarodna staza Peaks of the Balkans, duga 192 km. To je staza koja nam dovodi najviše inostranih turista i zbog toga je smatramo najboljim promoterom Plava i Prokletija.

Najposjećenije prirodne atrakcije planinarima su Hridsko (1.970 mnv), Visitorsko (1.735 mnv) i Abdijino jezero (2.054 mnv) do kojih su markirane staze. Takođe, popularan je vrh Tromeda (2.366 mnv) koji predstavlja tačku spajanja granica tri države – Crne Gore, Albanije i Kosova.

Na površini Plavskog jezera ogledaju se planine Visitor (2.211 mnv) i Kofiljača (1.826 mnv) koje okružuju Plav, na čije vrhove možete krenuti odmah nakon doručka ili ispijanja jutarnje kafe u nekom od lokalnih kafića. Tokom uspona otvara se lijep pogled na jezero i čaršiju, kao i na doline koje grade rijeke Ljuča i Lim.

Ukoliko ste više ljubitelji lagane rekreativne šetnje onda su obližnja brda oko Plava – Završ, Vardište i Skič idealni vidikovci za vas. Do njih se može doći nakon sat vremena lagane šetnje, a sa svakog od njih pruža se lijep pogled na grad i okolinu. Bliža okolina Plava istovremeno je idealna za aktivni odmor u prirodi, i kada su u pitanju rekreativne šetnje, ali i ozbiljno planinarenje.

Turistička organizacija Plav organizuje nekoliko planinarskih tura tokom godine koje podrazumijevaju upoznavanje učesnika tura sa prirodnim atrakcijama, vidikovcima, katunima i najatraktivnijim vrhovima.



H I K I N G

Komuna e Plavës mund të krenohet me një ofertë të pasur të aktiviteteve në natyrë: ecje malore, biçiklizëm, rafting, vozitje me kajak, paraglajding gjatë verës, si dhe ski alpin, ecje me dërrasa dëbore (krpla) dhe ski në një teleski të vogël (teleshkëputëse me gjatësi rreth 300 metra) gjatë dimrit.

Sa i përket ecjes malore, shtigja më e rëndësishme në Plavë është shtigja ndërkombëtare Peaks of the Balkans, e gjatë 192 km. Kjo është shtigja që sjell numrin më të madh të turistëve të huaj, prandaj konsiderohet si promovuesi më i mirë i Plavës dhe i Bjeshkëve të Nemuna

Ndër atraksionet natyrore më të vizituara nga alpinistët janë Liqeni i Hridit (1.970 m lmd), Liqeni i Visitorit (1.735 m lmd), Liqeni i Abdisë (2.054 m lmd), të cilat mund të arrihen përmes shtigjeve të shënuara. Gjithashtu, shumë i njohur është edhe maja Trekufiri (2.366 m lmd), që paraqet pikën ku takohen kufijtë e tri shteteve – Malit të Zi, Shqipërisë dhe Kosovës.

Në sipërfaqen e liqenit të Plavës pasqyrohen malet Visitor (2.211 m lmd) dhe Kofiljaça (1.826 m lmd), të cilat e rrethojnë Plavën dhe në majat e të cilave mund të nisesht për ecje menjëherë pas mëngjesit ose pasi ke pirë një kafe të mëngjesit në ndonjë nga kafenetë lokale. Gjatë ngjitjes ofrohet një pamje e bukur mbi liqenin, qendrën e qytetit dhe luginat e lumenjve Ljuça dhe Lim.

Nëse jeni më shumë adhurues të shëtitjeve të lehta rekreative, kodrat përreth Plavës – Zavrsh, Vardishte dhe Skiç – janë vendet ideale për ju. Mund të arrihen përmes një ecjeje të lehtë njëorëshe dhe nga secila prej tyre ofrohet një pamje panoramike mbi qytetin dhe rrethinën. Rrethina e afërt e Plavës është ideale për pushim aktiv në natyrë, si për ecje të lehta, ashtu edhe për alpinizëm serioz.

Organizata Turistike e Plavës organizon disa tura malore gjatë vitit, të cilat përfshijnë njohjen e pjesëmarrësve me atraksione natyrore, pika panoramike, katune dhe majat më atraktive.

Biciklizam

Biciklizam je takođe postao jedna od omiljenih fizičkih aktivnosti i danas sve veći broj osoba planira svoje rute putovanja u skladu sa zanimljivim biciklističkim stazama. Plav nudi više staza, uglavnom za brdski biciklizam, od onih izazovnijih do onih lakših, ali svaka vas vodi kroz spektakularne pejzaže.

Pored staza koje vode do jednih od glavnih atrakcija Plava, Hridskog i Visitorskog jezera prolazeći kroz katune i doline, tu su i staze do vrhova sa kojih se pruža pogled na Plav i Plavsko jezero.

Turistička organizacija promovise biciklizam i zdrave stilove života kroz organizovanje raznih manifestacija i takmičenja. Izdvajaju se biciklistička trka Osmica i Mountain Biking na Kofiljači i Visitoru.

Biciklistička trka „Osmica“ kreće iz Plava i vozi se asfaltnim putem kroz Brezojevice, preko Šarkinovića Latka do sela Martinoviće. Tu biciklisti prelaze jedini most preko rijeke Ljuče. Onda drugom stranom dolaze do Ali-pašinih izvora, prolazeći kroz zaseoke Višnjevo, Kruševo, Koljenoviće.

Iz Gusinja se trka nastavlja kroz Dosude, ponovo do Martinovića, i tu se opet prelazi rijeka Ljuča, da bi se preko Hakanja i Vojnog Sela stiglo u Plav. Prelaskom dva puta preko mosta, staza se ukršta i pravi se osmica (8), pa otuda i naziv same trke.

Planinski biciklizam na Kofiljači sa visinskom razlikom od 800 metara nadmorske visine, sa početnom tačkom od 1800 metara Kofiljača i završnom tačkom u Bogajiću 1.000m. Planinski biciklizam na Visitoru sa visinskom razlikom od 900 metara nadmorske visine, sa početnom tačkom na katunu Mramorje 1800m. pa sve do sela Brezojevice na 900m. Ove staze su jako atraktivne jer prolaze kroz šumska predjela s kojih se pruža prelijepa panorama na plavsko-gusinjski kraj.

