

Проект: Кон
алтернативен туризам
Проектот е финансиран
од Европската Унија



МАКЕДОНСКА РАЗВОЈНА
ФОНДАЦИЈА ЗА ПРЕТПРИЈАТИЈА



ЛОКАЛНА
АГЕНЦИЈА ЗА
РАЗВОЈ
СТРУГА

БИДИ ТУКА



ИЗЛЕЗИ ВО
ПРИРОДА,
ВЛЕЗИ ВО
АВАНТУРА!

ЕЈА КËТУ



ЕЈА НË
НАТУРË,
РËРЈЕТО
АВЕНТУРËН!

BE HERE



GO OUT
IN NATURE,
GO INTO
ADVENTURE!







НАМЕСТО ВОВЕД

Дојдете во Македонија, земјата на планините и езерата, земјата полна со недопрени природни убавини, вашето прибежиште од бучниот и комерцијализираниот свет.

Искусете несекојдневно доживување. Возете велосипед по полињата или по падините на планините, освојте ги високите врвови на Јабланица, Галичица, Плаќенска Планина, полетајте од нив на крилјата на параглајдерот или разладете ги нозете во чистите речни и езерски води, со трска в рака.

NË VEND TË HYRJES

Ejani në Maqedoni, vendin e maleve dhe liqeneve, vend plot me bukuri të paprekura natyrore, strehimin tuaj nga bota e zhurmshme dhe e komercializuar.

Shijoni përjetim jo të përditshëm. Vozitni biçikletë nëpër fusha ose nëpër shpatet e maleve, pushtoni majat më të larta të Jablanicës, Galiçicës, Malit Plakenska, fluturoni prej tyre në krahët e paraglajderit ose freskoni këmbët në ujërat e pastra të lumenjve ose liqeneve, me kallamin në dorë.

INSTEAD OF INTRODUCTION

Come to Macedonia, the country of mountains and lakes, country full of untouched natural beauty, your refuge from the noise and commercialized world.

Experience extraordinary adventure. Biking in the fields or on the slopes of the mountains; conquer the high peaks of Jablanica, Galichica, Plakenska Mountain; fly on the wings of paraglide or chill your feet in clean river and lake water, with fishing rod in your hand.





Ќе ви ја раскажеме приказната за само еден дел од Македонија. За регионот на Охрид, Струга, Вевчани и Дебрца и за можностите што ги нудат за велосипедистите, планинарите, параглајдеристите и рибарите. За културата, природата и за храната, онаа подзаборавената, традиционалната.

Do t'ua rrëfjëmë tregimin vetëm për një pjesë të Maqedonisë. Për regjionin e Ohrit, Strugës, Vevçanit dhe Debarcës dhe për mundësitë që i ofrojnë për çiklistët, alpinistët, paraglajdistët dhe peshkatarët. Për kulturën, natyrën dhe për ushqimin, ajo e harruara, tradicionalja.


We shall tell you the story of just one part of Macedonia. The region of Ohrid, Struga, Vevçani and Debrca and opportunities offered for cyclists, climbers, paragliding pilots and fishermen. About the culture, nature and food, the one that has been almost forgotten - the traditional one.



Подготвени сте за нови, алтернативни форми на туризам, имате потреба од поинаков, поактивен одмор? Ако помисливте на Македонија, не згрешивте, тоа е вистинската дестинација за вас!

Jeni gati për forma të reja, alternative të turizmit, keni nevojë për një pushim më ndryshe, më aktiv? Nëse menduat për Maqedoninë, nuk gaboheni, ky është destinacioni i vërtetë për ju!

Ready for new, alternative forms of tourism? Do you need a different, more active holiday? If you thought of Macedonia, you are not wrong. This is the right destination for you!



БИСЕРЕН
РЕГИОН СО
НЕОГРАНИЧЕНИ
МОЖНОСТИ ЗА
АЛТЕРНАТИВЕН
ТУРИЗАМ

REGJION
MARGARITAR
ME MUNDËSI TË
PAKUFISHME PËR
TURIZMIN
ALTERNATIV

REGION OF
PEARLS WITH
UNLIMITED
POSSIBILITIES FOR
ALTERNATIVE
TOURISM

Во планината, спокојот
навира да ја истражи
сопствената висина.
Во езерото, движењето
мирува за да размисли
за своја длабочина.

Rabindranat Tagore

Në mal, qetësia tenton
ta hulumtojë të vër-
tetën e vet.
Në liqen, lëvizja rri e
qetë që të mendojë për
thellësinë e vet.

Rabindranat Tagora

In the mountain, still-
ness surges up to ex-
plore its own height.
In the lake, movement
stands still to contem-
plate its own depth.

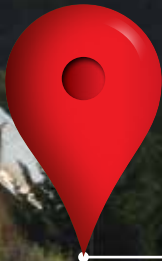
Rabindranath Tagore



МАКЕДОНИЈА е богата со природни убавини, реткости, растителни и животински ендемски видови, чиста и недопрена природа. Бројните планини, шуми, реки и езера се вистинска можност за едно ново доживување, тие ја чинат Македонија вистинска туристичка атракција, правејќи ја посебно и вистинско место за алтернативен туризам. Земјата е богата со извори на вода, како и со тектонски, глечерски и вештачки езера. Високите планини со својата дивост овенчана од спектакуларните пејсажи и нескротената убавина, гордо доминираат над девственото синило на езерските води.

MAQEDONIA është e pasur me bukuri natyrore, raritete, lloje endemike bimore dhe shtazore, natyrë e pastër dhe e paprekur. Malet, pyjet, lumenjtë dhe liqenet e shumta janë mundësi të vërteta për një përjetim të ri, ato e bëjnë Maqedoninë atraksion të vërtetë turistik, duke e bërë vend të veçantë dhe të vërtetë për turizëm alternativ. Vend i pasur me burime të ujit, si dhe me liqene tektonike, akullnaje dhe artificiale. Malet e larta me bukurinë e tyre të kurorëzuar nga peizazhet spektakolare dhe bukurinë e pazbutur, me krenari dominojnë mbi kaltërsinë e virgjër të ujërave të liqeneve.

MACEDONIA is rich in natural beauty, resources, endemic plants and animals, clean and untouched nature. Numerous mountains, forests, rivers and lakes are a real opportunity for a new experience - they make Macedonia to be real tourist attraction, special and right place for alternative tourism. The country is rich in water sources, as well as tectonic, glacial and artificial lakes. High mountains in its wildness crowned by spectacular landscapes and untamed beauty proudly dominate the pristine blue lakes.





Посебна приказна која едноставно предизвикува да се доживее, која лесно влегува во крвотокот на сите кои ја сакаат природата и спојот на дивите планински сртови и бесконечно мирните сини езерски води е пределот на југозападна Македонија. Релјефот на овој регион е планински и котлински, со планини чија надморска височина е и над 2000 метри. Вистински предизвик за планинарите, за љубителите на природата, велосипредистите... Планините Јабланица и Галичица се поставени како природен венец околу Охридско - Струшката котлина која во еден дел е исполнета со Охридското Езеро. Регионот е еден од најшумовитите во Република Македонија, тоа е еден совршен спој на водени површини, зелени шуми и високи планини.

Tregim i veçantë, i cili thjesht nxitë të përjetohet, i cili lehtë hynë në gjakun e të gjithë atyre që e duan natyrën dhe lidhjen e shpateve të egra malore dhe ujërat e qetë të pafund të liqeneve është pjesa e Maqedonisë Jugperëndimore. Relievi në këtë regjion është malor dhe me lugina, me male, lartësia mbidetare e të cilëve është mbi 2000 metra. Sfidë e vërtetë për alpinistët, për adhuruesit e natyrës, çiklistët... Mali Jablanicë dhe Galicicë janë vendosur si kurorë natyrore rreth luginës së Ohrit – Strugës, e cila në një pjesë është e mbushur me Liqenin e Ohrit. Regjioni është një nga më të pasurit me pyje në Republikën e Maqedonisë, kjo është një lidhje e përsosur e sipërfaqeve të ujit, pyjeve të gjelbra dhe maleve të larta.

A special story that simply lures you to experience it, one that easily comes under the veins of all nature lovers. The fusion of wild mountain ridges and infinite calm blue lakes is the landscape of southwestern Macedonia. The relief of this region is consisted of mountains and valleys, with peaks reaching over 2000 meters above sea level. Real challenge for climbers, for nature lovers, bikers ... The mounts of Jablanica and Galichica are set as a natural wreath around Ohrid - Struga valley, one part of which is consisted of the Ohrid Lake. The region is one of the most tree-covered in the country, it is a perfect blend of water surfaces, green forests and high mountains.



Специфичната географска поставеност, местоположбата, климата, недопрениот биодиверзитет, односно богатството од животински и растителни видови на едно место, ги прават регионите на Охрид, Струга, Дебарца и Вевчани различни и атрактивни.

Тука, во овие планини, спокојот навира да ја истражи сопствената висина. Тука, во овие езера, движењето мирува да размисли за своја длабочина.

Vendosja specifike gjeografike, pozita, klima, biodiversiteti i paprekur, gjegjesisht pasuri me lloje të shtazëve dhe bimëve në një vend, e bëjnë regjionin e Ohrit, Strugës, Debarcës dhe Vevçanit, të ndryshëm dhe atraktiv.

Në mal, qetësia tenton ta hulumtojë të vërtetën e vet. Në liqen, lëvizja rri e qetë, që të mendojë për thellësinë e vet.

The specific geographic position, location, climate, intact biodiversity, i.e. the wealth of flora and fauna in one place, make the regions of Ohrid, Struga, Debarca and Vevçani so different and attractive.

Here, in these mountains, stillness surges up to explore its own height. Here, in these lakes, movement stands still to contemplate its own depth.



За да ја доживеете душата на Македонија, за да ги наполните очите со убавина, дамарите со смиреност, за да слушнете безбројвистинити приказни, задложително треба да ги посетите Охрид, Струга Дебарца и Вевчани - **четирите охридски бисери** распослани околу Охридското Езеро, сместено во преграатките на Галичица, езеро кое е како капка роса на зелен лист.

И кога адреналиној си го чини своето, кога се буди по потреба од освојување на височините, а кога самокојој навира да ја истражи сојсвевената висина, високиите планини кои се издигаат над езерото едноставно ве мамат да ги освоите.

Që ta përjetoni shpirtin e Maqedonisë, që t'i mbushni sytë me bukuri, shpirtin me qetësi, që të dëgjoni tregime të shumta të vërteta, medoemos duhet ta vizitoni Ohrin, Strugën, Debarcën dhe Vevçanin – **katër margaritarët e Ohrit** të shpërndarë rreth Liqenit të Ohrit, të vendosur në përfaqimin e Galicicës, liqen i cili është si pikë uji në gjethin e gjelbër.

Dhe kur adrenalina e bënë të vetën, kur zgjohet nevoja nga pushtimi i lartësive, dhe kur qetësia tenton ta hulumtojë lartësinë e vet, malet e larta, kur ngritën mbi liqenin thjesht ju mashtrojnë që t'i pushtoni.

To experience the soul of Macedonia to fill your eyes with beauty, your soul with calmness, to hear countless true stories you should definitely visit Ohrid, Struga, Debarca and Vevçani - **four Ohrid pearls** spread around the Ohrid Lake, located in the arms of Galichica, this lake is like a dew on a green leaf.

And when adrenaline takes its toll, when the need wakes to conquer the heights and when stillness surges up to explore its own height, high mountains that rise above the lake simply lure you to triumph over them.



„ИЛЕЗИ ВО ПРИРОДА, ВЛЕЗИ ВО АВАНТУРА“

Високите и над 2000 метри шумовити планински врвови, широките пасишта, солидни планинарски и пешачки патеки и богатото културно наследство го прават овој предел спој на физичкото и духовното кој треба да се искуси.

Националниот парк Галичица се наоѓа меѓу двете древни езера Охридското и Преспанското. Галичица е прогласена за национален парк поради многу големата биоразноликост, екстремно богатата флора и фауна и исклучителната природна убавина. Доживејте ги пределите на паркот, на секој чекор ве чека изненадување, или можете само да уживате во спојот на питомото и дивината и во пејсажите што го одземаат здивот, или пак во преубавите сини езерца сместени високо во планинскиот масив на Галичица.

“DIL NË NATYRË, HYR NË AVENTURË“

Majat e larta pyjore dhe mbi 2000 metra, kullotat e gjera, shtigjet solide malore dhe për ecje dhe trashëgimia e pasur kulturore e bëjnë këtë pjesë lidhje të fizikes dhe shpirtërores, e cila duhet të shijohet.

Parku nacional Galiçica gjendet mes dy liqeneve të vjetra, i Ohrit dhe i Prespës. Galiçica është shpallur park nacional për shkak të bio diversitetit shumë të pasur, florës dhe faunës ekstreme të pasur dhe bukurinë natyrore të jashtëzakonshme. Përjetoni viset e parkut, në çdo hap ju pret befasi, ose vetëm mund të kënaqeni në lidhjen e të butës dhe të egrës dhe në peizazhet që ta marri frymën, ose në liqenet tejet të bukur të kaltër, të vendosur lartë në masivin malor të Galiçicës.

“GET OUT IN NATURE, GET IN ADVENTURE“

Over 2,000 meters high mountain peaks, covered with woods, broad meadows, solid mountain and hiking trails and rich cultural heritage make this area a blend of the physical and spiritual that one needs to experience.

Galichica National Park is located between the two ancient lakes of Ohrid and Prespa. Galichica was declared a national park due to a large bio-diversity, extremely rich flora and fauna and exceptional natural beauty. Experience the landscape of the park; surprise awaits you at every step, or you can just enjoy the combination of tameness and wilderness and breathtaking landscapes, or the beautiful blue lakes located high in the mountains of Galichica.



Јабланица е планина помеѓу Охридско - Струшката и Дебарската котлина, западно од Црн Дрим и брегот на Охридското Езеро. Планинскиот гребен е повисок од 2000 метри, а највисокиот врв е Црн Камен, со 2257 метри надморска височина. Доминираат високи врвови, пространи ливади и пасишта, длабоки речни долини. На планината се наоѓаат четири глацијални езера, кои се толку убави што задолжително се врежуваат во твоја меморија, тука се остава душата.

Jablanica është mal mes luginës së Ohrit – Strugës dhe Dibrës, në perëndim nga Drini i Zi dhe bregdetin e Liqenit të Ohrit. Kreshta malore është më e lartë se 2000 metra, ndërsa maja më lartë është Guri i Zi, me 2257 metra lartësi mbidetare. Dominojnë majat e larta, livadhet dhe kullosat e gjera, luginat e thela të lumenjve. Në këtë mal gjenden katër liqene glaciale, që janë aq të bukur sa medoemos kaliten në memorien e përhershme, këtu lihet shpirti.

Jablanica is a mountain between Ohrid - Struga and Debar valley, west of the Crn Drim River and the shores of the Ohrid Lake. The mountain ridge is higher than 2,000 meters, and the highest point is Crn Kamen, with 2,257 meters altitude. Dominated by high peaks, vast meadows and pastures, deep river valleys. The mountain nests four glacial lakes, which are so beautiful that they instantly become part of one's long-term memory; this is where you put your soul at rest.





Илинска планина која на југ се граничи со **Плакенска планина**, е една од најстарите планини на Балканскиот Полуостров. Богата со повеќе видови шуми, пасишта, со извори на ладна планинска вода, различни растенија и животни и има идеални услови за зимски и летен туризам. Од највисокиот врв Лиска може да се види и Охридско Езеро. Од подножјето на Илинска Планина извира Црна Река. Од цела Македонија, Илинска планина е можеби најеколошки чиста средина. Понатаму, на југоисток продолжува Плакенска Планина, која пак на југ продолжува со Бигла планина.

Mali Ilinska që në jug kufizohet me **Malin Plakenska**, është një nga malet më të vjetra të Gadishullit Ballkanik. I pasur me lloje të shumta të pyjeve, kullosave, me burime me ujë të ftohtë malor, bimë dhe kafshë të ndryshme dhe ka kushte ideale për turizëm dimëror dhe veror. Nga maja më a lartë Liska mund të shihet edhe Liqeni I Ohrit. Nga rrëza e Malit Ilinska buron Lumi i Zi. Nga gjithë Maqedonia, Mali Ilinska është ndoshta mjedisi më i pastër ekologjik. Më tej, në juglindje vazhdon Mali Plakenska, që në jug vazhdon me Malin Bigla.

Ilinska Mountain which borders on south with **Plakenska Mountain** is one of the oldest mountains on the Balkan Peninsula. Rich in many kinds of woods, pastures, with a cold mountain water, plants and animals, it provides ideal conditions for winter and summer tourism. From the highest peak Liska one can see the Ohrid Lake. At the foot of the Ilinska Mountain, the springs of Crna Reka are located. Ilinska Mountain is perhaps environmentally the cleanest environment in Macedonia. In the south-east it continues into Plakenska Mountain, which continues to the south with Bigla Mountain.





ПЛАНИНИТЕ, ЕЗЕРАТА, ШУМИТЕ, СЕЛАТА, ЛИВАДИТЕ И ПАСИШТАТА, БИСТРИТЕ РЕКИ И СТРМНИТЕ КАРПИ може да се почувствуваат ако го љубиш и планинарењето, ако возиш велосипед во природа и по стрмни терени, ако сакаш вршоглаво да се спуштиш од највисоките врвови кон сините езера со параглајдер, или пак она што најмногу ти одговара е да се одмориш од урбаниот живот, носеш да ти се во бистрата и студена вода, а мрежата полна со риба, тогаш ти си висински човек што треба да ти посее овие места во Македонија, дека само едно доживување, можеби некој ќе рече, е доволно, но сликата нема да биде целосна, секогаш ќе остане желбата да се посее и соседниот град, село, планина, езеро.

MALET, LIQENET, PYJET, FSHATRAT, LIVADHET DHE KULLOSAT, LUMENJTË E KTHJELLËT DHE SHKËMBINJTË E MPREHTË, mund të ndjehen nëse e adhuron alpinizmin, nëse vozitni biçikletë në natyrë dhe nëpër terrene të pjerrëta, nëse dëshironi me kokë teposhtë të lëshoheni nga majat më të larta drejt liqeneve të kaltër me paraglaider, ose ajo që më së shumti ju përgjigjet është të pushoni nga jeta urbane, t'i keni këmbët në ujë e kthjellët dhe të ftohtë, ndërsa rrjeta plot me peshq, atëherë ju jeni njeriu i vërtetë që duhet t'i vizitohet këto vende në Maqedoni, se vetëm një përjetim, dikush ndoshta do të thoshte, mjafton, por fotografia nuk do të jetë e plotë, gjithnjë do të mbetet dëshira që të vizitohet edhe qyteti, fshati, mali, liqeni fqinj.

MOUNTAINS, LAKES, FORESTS, VILLAGES, MEADOWS AND PASTURES, CLEAR RIVERS AND STEEP CLIFFS can be felt if you love hiking, if you ride bike in the nature and along steep terrain, if you want whirlwind paraglide flying from the highest peaks to the blue lakes or what suits you best is to take a break from urban life, place your legs in the clear and cold water, catch a net full of fish, then you are the right person to visit all these places in Macedonia. Only one experience, some may say, might not be enough, the picture would not be complete, a desire will always remain to visit the neighboring town, village, mountain, lake.





ПЛАНИНАРЕЊЕ

Искачи се на планините и почувствувај ја нивната добра порака. Мирот на природата ќе протече во тебе, како што сончевата светлината паѓа, протекува помеѓу дрвата.

Џон Муир

ALPINIZMI

Ngjitu në male dhe ndjeje mesazhin e tyre të mirë. Qetësia e natyrës do të pushtojë ty, si drita e diellit kur bie mbi drurët e pyllit.

Xhon Muir

CLIMBING

Climb the mountains and get their good tidings. Nature's peace will flow into you as sunshine flows into trees.

John Muir



ОХРИД, СТРУГА, ДЕБАРЦА и ВЕВЧАНИ ги имаат планинските и живописни терени на: Галичица, Илинска и Плакенска планина, Стогово со Караорман, како и Мазатар и Јабланица.

Ако сте вљубеник во планинарењето и еднаш сте дошле и сте ги истражувале овие широки планински пространства, секогаш ќе се враќате на уште едно доживување. Воопшто планинарството како форма на алтернативен туризам е во подем во светски рамки, а според статистичките податоци и планинарството во Македонија бележи пораст. Се организираат сè повеќе традиционални искачувања или маршеви и забележлив е зголемениот број на домашни и странски учесници на овие настани.

OHRIT, STRUGA, DEBËRCA dhe VEVÇANI i kanë terrenet malore dhe piktoreske në: Galiçicë, Malin Ilinska, Malin Plakenska, Stogova me Karaormanin, si dhe Mazatar dhe Jablanica.

Nëse jeni adhures i alpinizmit dhe një herë keni ardhur këtu dhe i keni humtuar këto hapësira të gjera malore, gjithmonë do të ktheheni edhe për një përjetim tjetër. Në përgjithësi alpinizmi si formë e turizmit alternativ është në rritje e sipër në korniza botërore, ndërsa sipas të dhënave statistikore edhe alpinizmi në Maqedoni shënon rritje. Organizohen më shumë ngjitje ose marshe tradicionale dhe vërehet numër i rritur i pjesëmarrësve nga vendi dhe nga jashtë në këto ngjarje.

OHRID, STRUGA, DEBARCA and VEVCANI have mountainous and picturesque grounds of: Galichica, Ilinska and Plakenska mountains, Stogovo with Karaorman, as well as Mazatar and Jablanica.

If you are a hiking lover, once you come and explore these vast mountain areas, you will always come back for another experience. Generally, the mountaineering as a form of alternative tourism is booming worldwide, and according to the statistics the mountaineering in Macedonia is also on the rise. Increasing number of traditional tours or marches are organized with large number of domestic and foreign participants at these events.





ПОНЕСИ САМО СПОМЕНИ, ОСТАВАЈ САМО СТАПКИ!

Во регионот постојат повеќе планинарски патеки, но посебно со својата убавина и атрактивност се издвојуваат:

Планинарска патека с. Вевчани - Црн Камен - с. Горна Белица

Според искуствата на планинарите, една од најдобрите маршрути за искачување до највисокиот врв „Црн камен“ е од с. Вевчани, кое се наоѓа на 900 мнв. Искачувањето може да се изведе за 1 ден во двата правци. Вкупното време за искачување на врвот од Вевчани е околу 3,5-4 часа. Патеката Вевчани - Црн камен - Г. Белица е средно тешка, кон тешка, со должина од 21.8 км. Просечно време за искачување е околу 8 часа.

MERRI VETËM KUJTIMET, LËR VETËM GJURMË!

Në këtë regjion ekzistojnë më shumë shtigje malore, por me bukurinë dhe atraktivitetin e tyre veçohen:

Shtegu malor f. Vevçan – Guri i Zi – f. Belicë e Epërme

Sipas përvojave të alpinistëve, një nga turnetë më të mira për ngjitje deri te maja më e lartë - “Guri i Zi”, është nga f. Vevçan, që gjendet në 900 l.m.d. Ngjitja mund të realizohet për 1 ditë në të dy drejtimet. Koha e përgjithshme për ngjitje në majë nga Vevçani është rreth 3,5-4 orë. Shtegu Vevçan – Guri i Zi – Belicë e Epërme është me vështirësi të mesme, me gjatësi prej 21.8 km. Koha mesatare për ngjitje është rreth 8 orë.

TAKE NOTHING BUT MEMORIES, LEAVE NOTHING BUT FOOTPRINTS!

The region abounds in hiking trails, but particularly beautiful and attractive are:

Hiking trail Vevçani – Crn Kamen - Gorna Belica

The climbers say one of the best routes to climb the highest peak “Crn Kamen” is from the village of Vevçani, which is 900 meters above sea level. The hiking takes one day in both directions. The total time to climb to the top from Vevçani is about 3.5 - 4 hours. The level of difficulty of Vevçani – Crn Kamen – Gorna Belica trail is medium to difficult, it is around 21.8 km long. The average hiking time is about 8 hours.



Планинарска патека: Калишта - Елен Камен - Радожда

Оваа одбележана планинарска патека е кратка и лесна, погодна за опуштено планинарење по долги и напорни искачувања. Патеката води низ југо-источните ниски падини од Јабланица, ги поврзува населените места Калишта, Елен Камен и Радожда, а она што е карактеристично и за што планинарите велат дека е одмор за душата и телото, се прекрасни глетки кон мирните води на Охридското Езеро. Целата должина 8.1 километри, а се поминува за околу 2 часа.

Shtegu malor: Kalishtë – Guri i Drerit - Radozhdë

Ky shteg i shënuar malor është i shkurtër dhe i lehtë, i volitshëm për alpinizëm të relaksuar nëpër ngjitje të gjata dhe të vështira. Shtegu lëvizë nëpër shpatet e ulëta jugperëndimore të Jablanicës, i lidhë vendet e banuara Kalishtë, Guri i Dredhit dhe Radozhdën, ndërsa ajo që është karakteristike edhe për alpinistët thonë se është pushim për shpirtin dhe trupin, me pamje të mrekullueshme drejt ujërave të qetë të Liqenit të Ohrit. E gjithë gjatësia është 8.1 kilometër, ndërsa kalohet për rreth 2 orë.

Hiking trail Kališta-Elen Kamen-Radožda

This marked hiking trails is a short and easy trail suitable for relaxation after long and exhausting climbing. It extends partly along the coast of Lake Ohrid, and partly through the forest. The trail goes through the south-eastern lower slopes of Jablanica, linking settlements of Kališta, Elen Kamen and Radožda. Typical for this trail are the beautiful views of the calm waters of the lake, for which the climbers say it is a rest for the soul and body. The total length is 8.1 km and it takes 2 hours and 15 minutes on average.



За ширењеџо на љриказнаџа за љланинскиџе убавини на Македонија најдобри амбасадори се џокму ониџе кои џи љосеџиле, се искачиле на нивниџе врвови, или на било каков друџ начин уживале во љланиниџе, водиџе, шумиџе.

Приказнаџа на љтурисџиџе ја очекуваме, но за љланинарењеџо љо македонскиџе љланини, сљоделуваме искусџво на висџински вљубеници во оваа акџивносџи.

Për përhapjen e tregimit për bukuritë malore të Maqedonisë ambasadore më të mirë janë pikërisht ata që i kanë vizituar, janë ngjitur në majat e tyre, ose në cilëndo mënyrë janë kënaqur në malet, ujërat, pyjet.

Tregimin e turistëve e presim, por për alpinizmin nëpër malet e Maqedonisë, e ndajmë përvojën e të dashuruarve të vërtetë në këtë aktivitet.

To spread the story of mountain beauties of Macedonia the best ambassadors are the ones that have visited them, that climbed their peaks, or enjoyed the mountains, water, forests in any other way.

We are waiting for the story of the tourists, but in the meantime we can share the experience of true lovers of hiking in the Macedonian mountains.



БАРДУЉ И ЛИНДИХАНА КУКА, ОСВОЕНИ ОД ВИСОЧИНИТЕ НА МАКЕДОНИЈА



Бардуљ и
Линдихана Кука

Bardhyl dhe
Lindihana Kuka

Bardulj and
Lindihana Kuka

„На мене и на мојата сопруга Линдихана планинарството и пливањето ни се хоби и ги практикуваме уште од нашата младост. Во детството мислев дека да се качуваш на Кораб треба да си натчовек, а се плашев дека јас тоа не сум. Но, веќе во младоста, имав прилика да се качам на Јабланица од страната кај Лабуништа.

BARDHYL DHE LINDIHANA KUKA, TË PUSH-TUAR NGA LARTËSITË E MAQEDONISË

“Për mua dhe për bashkëshorten time, Lindihana, alpinizmi dhe noti janë pasione dhe i praktikojmë që nga rinia jonë. Në fëmijëri mendoja se të ngjitesh në Korab duhet të jesh më shumë se njeri, ndërsa frikësohesha se unë i tillë nuk jam. Por, në rini, pata rastin të ngjitem në Jablanicë nga ana e Labunishtit.

BARDULJ AND LINDIHANA KUKA ENCHANT-ED BY THE HEIGHTS OF MACEDONIA

“My wife Lindihana and I love climbing and swimming; that is our hobby and we enjoy them since we were young. In my childhood I thought that climbing Korab required superhuman powers, and I was afraid I did not possess any of them. But as a young boy I had the opportunity to climb Jablanica from the side of Labunishta village.



Стојејќи на чело на колоната планинари, стекнав доверба во себе дека можам да се искачувам на високи врвови.

По некоја година заедно со Линдихана се искачивме на Кораб. Не можеме да ги опишаме емоциите што ги доживевме на врвот, мислевме дека од тој врв го гледаме цел свет “.

Duke qëndruar në kreun e kolonës së alpinistëve, fitova besim në vete se mund të ngjitem në maja të larta.

Pas disa viteve bashkë me Lindihanën u ngjitëm në Korab. Nuk mund t’i përshkruajmë emocionet që i përjetuam në majë, menduam se nga ajo majë e shohim gjithë botën”.

Standing at the head of the group of mountaineers I gained confidence in myself that I can climb the highest peaks.

After a year together with Lindihana we climbed Korab. We cannot describe the emotions we have experienced at the top, we thought we could see the world from the top of the mountain.”







ВЕЛОСИПЕДИЗАМ

Лош ден на велосипед секогаш е подобар од добриот ден во канцеларија!

ÇIKLIZMI

Dita e keqe me biçikletë gjithmonë është më e mirë se sa dita e mirë në zyrë!

BIKING

A bad day on the bike is better than a good day at the office!



Желбаџа да се побегне од градскиот живот, да се почувствува острина на свежиот воздух, мирисот на ливадиџе, планинскиот чај, дрвја во шумиџе, да се слушнаат птициџе да се најолнаат очите и душаџа со убавинаџа и синилоџо на природниџе езера и реки, да се доживее околинаџа со сите сезони е можно само доколку се патува на две тркала. Задолжително секоја маршрута мора да содржи одмори за запознавање на шумиџе, селаџа, црквиџе.

И велосипедизмот спаѓа под алтернативните форми на туризам. Иако велосипедот сè почесто се практикува како здраво превозно средство, тој е незаменлив и за спортување и рекреација и тоа како по друмски, така и по планински патеки.

Dëshira të iket nga jeta në qytet, të ndjehet mprehtësia e ajrit të freskët, aroma e livadheve, çaji malor, drunjtë në pyje, të dëgjohen zogjtë, të mbushen sytë dhe shpirti me bukurinë dhe kaltërsinë e liqeneve dhe lumenjve natyror, të përjetohet ambienti me të gjitha shqisat është e mundur vetëm nëse udhëtohet në dy rrota. Medoemos çdo destinacion të përmbajë edhe pushim për t'u njohur me pyjet, fshatrat, kishat.

Çiklizmi është një nga format alternative te turizmit. Gjithnjë e më shumë praktikohet çiklizmi, jo vetëm si mjet i shëndetshëm transporti, por ai është i pazëvendësueshëm për sport dhe rekreacion dhe atë si në çiklizmin rrugor, ashtu edhe në atë malor.

The desire to get away from the urban lifestyle, to feel the sharpness of fresh air, the smell of meadows, mountain tea, to hear the birds and see the beauty of nature, the blue lakes and rivers, to experience the environment with all senses is possible only if you are traveling on two wheels. Each route must include stops to explore the forests, villages, churches.

Biking is an alternative forms of tourism. Bicycles are increasingly used as a healthy option as well as a unique vehicle for both road and mountain trails.





Планинскиот велосипедизам (mountain biking) е повеќе од прошетка на две тркала. Тоа е авантура, тоа е доживување, тоа е борба со нескротената природа. Алтернатива е на велосипедизмот кој се одвива по рамни терени, или по релативно благи падини. Водечка е желбата со велосипед да се совладаат предели со бројни стрмнини и тешко проодни патишта, а пред сè да се совладаат стрмните планински падини. Во регионот на Охрид, Струга, Вевчани и Дебарца има веќе одбележани велосипедски патеки.

Çiklizmi malor (mountain biking) është më shumë se shëtitje mbi dy rrota. Kjo është aventurë, ky është përjetim, kjo është luftë me natyrën e pazbutur. Në njëfarë mënyre është alternativë e çiklizmit që zhvillohet në terrene të rrafshëta, ose nëpër shpate mali relativisht i butë. Dëshira kryesore është që me biçikletë të pushtohen vise me pjerrtësi të shumta dhe rrugë që kalohen vështirë. E, e para së gjithash, të pushtohen shpatet e pjerrëta malore. Në regjionin e Ohrit, Strugës, Vevçanit dhe Debarcës ka më shumë shtigje të shënuara çiklizmi.

Mountain biking is more than just a walk on two wheels. It is an adventure, it is an experience, it is a struggle with untamed nature. It is an alternative of cycling on flat terrain, or relatively mild slopes. Crucial is the desire to bike through bumpy and difficult paths, and to conquer the mountain slopes. The region of Ohrid, Struga, Debarca and Vevçani has marked biking trails.



Велосипедска - маратон патека Бела ди Супра

Се тргнува е од Струга, преку селото Вишни, па низ Горна Белица. Од таму, се вози по шумски пат кој минува низ Јабланица во правец на караулата „Три Шилка“. Пределот за возење е шумски со убави спустови, но и прилично стрмна угорница која завршува со прекрасен поглед на Охридското Езеро. Преку убави шумски се поминува Радожда, а од таму се враќа во Струга. Делови од патеката се покриени со асфалт, чакал или само земја. Должина на патеката е 57 км.

Shtegu për çiklizëm – maratonë Bella di Supra

Nisja është nga Struga, përmes fshatit Vishnjë, e pastaj nëpër Belicë të Epërme. Prej atje, vozitet nëpër rrugë pyjore që kalon nëpër Jablanicë në drejtim të karakollit “Tri Shilka”. Ambienti për vozitje është pyjor me lëshime të bukura, por edhe përpjetë mjaft të pjerrët që përfundon me pamje të mrekullueshme të Liqenit të Ohrit. Përmes këtyre shtigjeve pyjeve kalohet Radozhda, e prej atje kthehet në Strugë. Pjesë të shtegut janë të mbuluara me asfalt, gurë ose vetëm tokë. Gjatësia e shtegut është 57 км.

Bicycle marathon trail Bela di Supra

Bela di Supra trail starts in Struga, running through villages of Vishni and Gorna Belica, to the watchtower “Tri shilka”. The biking trail passes through forest landscapes with beautiful slopes, but also a pretty steep hill that ends with a beautiful view of the Ohrid Lake. The beautiful landscape goes all the way to Radozda and from there back to Struga. Parts of the trail are covered in asphalt, gravel or just earth. The length is 57 км.



Велосипедска патека Охрид - Дебарца - Охрид

На патеката се наоѓаат повеќе цркви, а во одреден период од годината може да се присуствува и на дел од локалните традиционални настани. Туристите можат да ја запознаат локалната традиција и култура, да уживаат во зачуваната автентична архитектура, да рибарат, да пробаат традиционални производи, органски земјоделски производи, или локално подготвени јадења.

По оваа патека може да се сретнат голем број природни и цивилизациски вредности и тоа безмалку на секоја попатна одредница.

Shtegu për çiklizëm Ohër – Debarcë - Ohër

Në këtë shteg gjenden më shumë kisha, ndërsa në periudhë të caktuar të vitit mund të merret pjesë edhe në një pjesë të ngjarjeve lokale tradicionale. Turistët mund ta njoftojnë traditën dhe kulturën lokale, të kënaqen në arkitekturën e ruajtur autentike, të peshkojnë, të prodhojnë prodhime tradicionale, prodhime organike bujqësore ose ushqime të përgatitura lokale.

Nëpër këtë shteg mund të hasen një numër i madh i vlerave natyrore dhe të civilizimit dhe atë në çdo destinacion gjatë rrugës.

Bicycle track Ohrid - Debarca - Ohrid

The trail goes near several churches, and in some periods of the year one can attend some of the local traditional events. Visitors can learn about local traditions and culture, to enjoy the preserved authentic architecture, to fish, to try traditional and organic products, or locally prepared dishes.

Many natural and cultural values can be found at almost every stop on this trail.





ПОМЕЃУ ВЕЛОСИПЕДОТ И ПЛАНИНАРЕЊЕТО



**Леана Таќи и
Томе Попчевалиев,
железните луѓе
од Македонија**

**Leana Taqi dhe
Tome Popchevaliev,
njerëzit e hekurt
nga Maqedonia**

**Leana Taki and
Tome Popchevaliev,
ironmen of Macedonia**

Lea и Tome се вистински вљубеници во спортови и екстремните адреналински доживувања. Тие се џосџојано во ново освојување на македонските планини, терени и знаменитости. За своите искуства раскажуваат паралелно. Приказната ја зајочна Lea:

„Галичица ми е една од првите планини на која се имам искачено со велосипед. Убавината на тукашната природа тешко може да се опише со зборови.

MES ÇIKLIZMIT DHE ALPINIZMIT

Lea dhe Tome janë adhurues të vërtetë të sportit dhe përjetimeve ekstreme me adrenalinë. Ata vazhdimisht janë në pushtim të ri të maleve, terreneve dhe monumenteve të Maqedonisë. Për përvojat e tyre flasin paralelisht. Rrëfimin e nisin me Lea:

“Galiçica është një nga malet e para ku jam ngjitur me biçikletë. Bukuria e natyrës së këtushme vështirë mund të përshkruhet me fjalë.

BETWEEN BIKING AND HIKING

Lea and Tome are true lovers of sports and extreme adrenaline experiences. They are constantly conquering new Macedonian mountains, terrains and landmarks. They tell of their experiences in parallel stories. Lea began the story:

“Galichica is one of the first mountains I have climbed on a bike. The beauty of the local nature is hard to describe in words.



Koга со Томе се пријавивме на нашата прва Ајронмен трка, сакавме да поминеме период на подготовки во Отешево и околината. Тука, ќе можевме да ги практикуваме трите спортови на триатлонот, односно да пливаме во Преспанското Езеро, да возиме велосипеди на Галичица и околината и да трчаме на различни терени, затоа што тој предел и конфигурацијата на теренот се идеални за тоа. Сепак, подготовките ги направивме во Австрија и можам да кажам дека нашите природни потенцијали се многу блиски на нивните, со прекрасни чисти планински езера, многу велосипедски патеки и патеки за планинско трчање. Ние поседуваме диви, природни убавини за кои не секогаш и самите сме свесни“.

Kur me Tomen u paraqitëm në Airnmen garën e parë tonë, donim të kalojmë një periudhë përgatitore në Oteshevë dhe rrethinë. Këtu, do të mund t'i praktikojmë tre sportet e triatlonit, gjegjësisht të notojmë në Liqenin e Prespës, të vozitim biçikletë në Galiçicë dhe rrethinë dhe të vrapojmë në terrene të ndryshme, sepse ky vend dhe konfiguracioni i terrenit janë ideal për atë. Megjithatë, përgatitjet i bëmë në Austri dhe mund të them se potencialet tona natyrore janë shumë të afërta me të tyre, me liqene të pastra malore, shumë shtigje për biçikleta de shtigje për vrapim malor. Ne posedojmë, bukuri të egra, natyrore, për të cilat jo gjithmonë as vetë nuk jemi të vetëdijshëm”.

When Tome and I signed up for our first Ironmen race, we wanted to spend the preparations in Oteshevo and its surrounding. Here, we could have practiced the three sports of triathlon: to swim in the Prespa Lake, ride a bike on Galichica and run at various sites, because this area and terrain are ideal for this. However, we finished the preparations in Austria and I can say that our natural potentials are very close to theirs, with beautiful clear mountain lakes, many bike paths and trails for mountain running. We have a wild, natural beauty and we are not always aware of that.”



Во продолжение Томе ја раскажува својата авантура, за можностите, за македонските убавини, за специфичната можност што ја нуди овој дел од Македонија:

Природните убавини кои Македонија ги крие ги има во изобилство. Клучниот збор „крие“ е всушност аргументот што мене лично ми ги прави македонските природни убавини попривлечни од било кои други во светот. Во сеќавање ми е планинското трчање (trail running) на планината Јабланица.

Në vazhdim Tome flet për aventurën e tij, për mundësitë, për bukuritë maqedonase, për mundësinë specifike që e ofron kjo pjesë e Maqedonisë:

Bukuritë natyrore të cilat Maqedonia i fsheh, janë të shumta. Fjala kyçe “fsheh” është në të vërtet argument që mua personalisht mi bënë bukuritë natyrore më tërheqëse nga cilat do tjera në botë. Më kujtohet vrapimi malor (trail running) në malin Jablanicë.

Furthermore, Tome tells of his adventure, of the possibilities, the Macedonian beauties, the specific opportunity offered by this part of Macedonia:

Macedonia abounds in hidden natural beauties. The keyword here is “hidden” making the Macedonian natural beauties more attractive than any other in the world. I still remember the trail running on Jablanica.



Тргнавме кон невообичаено убавото село Вевчани, испреплетено со ледени потоци од каде ги започнавме долгите триесетина километри трчање по планински предел. Од Вевчани на запад се издига планинскиот масив Јабланица и за многу кратко време веќе бевме во длабока шума. Веднаш под врвот Црн Камен (или Црв Врв) се наоѓа мало планинско езеро - Вевчанска Локва. Скоро црно, но бесконечно чисто. Од врвот погледот (ова се моменти кога за опис недостасуваат зборови)... Се гледаат Охридското Езеро, Галичица на едниот крај, Кораб и Шара на другиот. Назад, бескрајните планински полјани во Албанија. Од тука може да се продолжи по самиот срт до наредниот врв.

U nisëm drejt fshatit të jashtëzakonshëm Vevçan, të gërshetuar me përroskat e akullta prej ku i filluam tridhjetë kilometrat e gjata me vrapim nëpër pjesë malore. Nga Vevçani, në perëndim ngrihet masivi malor Jablanicë dhe për një kohë shumë të shkurtër tashmë ishim në pyll të thellë. Menjëherë nën majën Guri i Zi (ose Maja e Zezë) gjendet liqeni i vigël malor – Pellgu i Vevçanit. Pothuaj i zi, por pafundësisht i pastër. Nga maja pamja (këto janë momente kur për përshkrim mungojnë fjalët)... shihen Liqeni i Ohrit, Galiçica në njërin skaj, Korabi dhe Shera në tjetrin. Prapa, fushat e pafundme malore në Shqipëri. Prej këtu mund të vazhdohet nëpër shpatin deri te maja e ardhshme.

We went to an unusually beautiful village of Vevçani, entwined with icy streams where we started running for thirty kilometers in mountainous terrain. To the west from Vevçani the mountain range Jablanica rises, and in a short while we were already in a deep forest. Just below the top of the Crn Kamen (or Crn Vrv) there is a small mountain lake - Vevçani puddle. Almost black, but infinitely clear. The view from the top (these are times when words are simply missing) ... You see the Ohrid Lake, Galichica at one end, Korab and Shar mount on the other. In the back, the endless mountain meadows in Albania. From here you can continue along the ridge to the next peak.





Лабунишко Езеро ни беше последната точка над шумскиот појас на Јабланица. Со брз ритам и стигнавме во Лабуништа. Село големо колку Вевчани и скоро споено со соседното Подгорци. Ги претрчавме брзо со многу кратки застанувања за вода, секогаш најубава во вакви планински села. По скоро 4 часа стигнавме во Вевчани затворајќи го скоро 30 километри долгиот круг низ Јабланица.

Liqeni i Labunishtit ishte pika e fundit mbi brezin pyjor të Jablanicës. Me ritëm të shpejtë arritëm në Labunisht. Fshat i madh sa Vevçani dhe pothuaj i ngjitur me fshatin fqinj, Podgorci. Vrapuam shpejt me pushime të shkurta për të pirë ujë, gjithmonë më i miri në fshatra të tilla malore. Pas pothuaj 4 orë arritëm në Vevçan, duke e mbyllur rrethin e gjatë pothuaj 30 kilometra nëpër Jablanicë.

Labunishko Lake was our last point above the forest belt of Jablanica. We arrived in Labunishta with fast pace. A village as big as Vevçani, which soon merged with neighboring Podgorci. We run through them very quickly, with very short stops for drinking water, which is always the best in these mountain villages. After nearly four hours we arrived in Vevçani closing nearly 30-km circle around Jablanica.



ПАРАГЛАЈДЕРСТВО

Најблиску до сонцето

PARAGLAJDIMI

Më afër diellit

PARAGLIDING

Closest to the sun



Vаша њреба да биде само желбаѡа за аванѡура, соноѡѡ може лесно да ви се осѡѡвари, заѡѡа ѡѡѡа за ѡубиѡелиѡѡе на ѡирниѡѡе височини, Македониѡа нуди безброѡѡ можностѡѡи за ѡараѡлајдерсѡѡѡѡ.

Ако основа за параглајдерството е ексклузивноста на панорамата, на видикот, тогаш богатството на различно и ретко пејсажно и панорамско доживување во овој регион се ненадминливи. Тој е исполнет со извонреден колорит и ретка комбинација на вода, копно и шуми. Параглајдингот е лек против стравот, повик во авантура, адреналинска инјекција, чувство на слобода, мир и тишина, соединување со природата и претворање на сонот во стварност.

E juaja duhet tѡ jetѡ vetѡm dѡshira pѡr aventura, ѡndrra lehtѡ mund tѡ realizohet, sepse pѡr adhuruesit e lartѡsive, Maqedonia ofron mundѡsi tѡ pafund pѡr paraglajdim.

Nѡse bazѡ pѡr paraglajdim ѡshtѡ ekskluzivja e panoramѡs, i pamjes, atѡherѡ pasuria e pѡrjetimit tѡ peizazhit tѡ ndryshѡm dhe tѡ rrallѡ dhe pѡrjetimit tѡ panoramѡs nѡ kѡtѡ regjion janѡ tѡ pakapѡrcyeshme. Ai ѡshtѡ i mbushur me kolorit tѡ mrekullueshѡm dhe kombinim tѡ rrallѡ tѡ ujit, bregdetit dhe pyjeve. Paraglajdimi ѡshtѡ ilaѡ kundѡr frikѡs, thirrje pѡr aventura, injeksion adrenaline, ndjenjѡ e lirisѡ, qetѡsi, bashkim me natyrѡn dhe shndѡrrimi i ѡndrrѡs nѡ realitet.

You only need a desire for adventure, the dream can easily come true, because for the height lovers, Macedonia offers countless opportunities for paragliding.

If the basis for paragliding is the exclusivity of the panorama, of the view, then the wealth of different and rare landscapes and panoramic experience in this area is unmatched. It is filled with superb colors and rare combination of water, land and forests. Paragliding is a cure for fear, call for adventure, adrenaline injection, a sense of freedom, peace and tranquility, union with nature and turning the dream into reality.





Планините Галичица и Јабланица изобилуваат со соодветни места за полетување, за кои не треба никакви специјални подготовки, а до кои лесно се пристапува по асфалтен или земјан пат. Извонредните природни predispozicii во Македонија овозможуваат да се иницира поинтензивен развој на алтернативниот туризам, а преку тоа да се отвори можноста за развој на параглајдеризмот во Република Македонија. Дека има иднина во овој вид спорт и туризам говори и тоа што во 2014 година во Македонија, поточно во Крушево се одржа последната фаза од светскиот куп во параглајдерство.

Mali Galiçica dhe Jablanica janë të pasura me vende adekuate për të fluturuar, për të cilat nuk nevojiten përgatitje speciale, ndërsa deri te të cilat ka qasje nëpër rrugë me asfalt ose me dhe. Predispozitat e mrekullueshme natyrore në Maqedoni mundësojnë të iniciohet zhvillimi më intensiv i turizmit alternativ, ndërsa përmes asaj të hapen mundësitë për zhvillimin e paraglajdimit në Republikën e Maqedonisë. Se ka ardhmëri në këtë lloj të sportit dhe turizmit flet edhe fakti se në vitin 2014 në Maqedoni, më saktë në Krushevë, u mbajt faza e fundit nga kupa botërore në paraglajdim.

Galichica and Jablanica Mountains have numerous appropriate places for taking off, which do not require any special preparations and are easily accessible by a paved or earthy road. The outstanding natural predispositions in Macedonia allow to initiate more intensive development of alternative tourism, and thus to open up the possibility of developing paragliding in the Republic of Macedonia. This sport and tourism have future in Macedonia, confirmed by the fact that Krusevo in 2014 was host of the final stage of the World Paragliding Cup, attended by the most famous names in this sport.





Еден лет со параглајдер минимално може да трае 15 минути, па сè до 8 часа, во зависност од условите и временските прилики. Македонија, а особено Охридскиот регион, има големи потенцијали за развивање на овој атрактивен спорт бидејќи изобилува со високи планини од кои се полетува, има широки долини-рамници за безбедно слетување и голем број сончеви денови со убави услови за летање. Затоа, овој крај е погоден за сите три видови, односно дисциплини во параглајдерството: крос кантри, прецизно слетување и акробатски параглајдинг.

Затоа, Македонија ги очекува вистинските параглајдеристи. Но, им посакува добредојде и на почетниците и на оние кои прв пат се охрабриле сакајќи само да пробаат.

Një fluturim me paraglajder zgjat së paku 15 minuta, e deri në 8 orë, varësisht nga kushtet dhe moti. Maqedonia, veçanërisht regjioni i Ohrit, ka potenciale të mëdha për zhvillimin e këtij sporti atraktiv, pasi që është i pasur me male të larta prej të cilave fluturohet, ka fusha të gjera për aterrim të sigurt dhe numër të madh të ditëve me diell me kushte të mira për fluturim. Prandaj, ky rajon është i volitshëm për të tre sportet, gjegjësisht disiplina në paraglajdim: kros kantri, aterrim i saktë dhe paraglajdim akrobatik.

Prandaj, Maqedonia i pret paraglajdistët e vërtetë, Por, ju dëshiron mirëseardhje edhe fillestarëve dhe atyre të cilët për herë të parë janë inkurajuar duke dëshiruar që vetëm ta provojnë.

One paragliding flight can last from minimum 15 minutes for up to 8 hours, depending on the conditions and the weather. Macedonia, especially Ohrid region, has great potential for development of this attractive sport, because it abounds in high mountains for taking off, and wide flat valleys for safe landing and many sunny days with beautiful flight conditions. Therefore, this region is suitable for all three types of paragliding: cross country, precise landing and acrobatic paragliding.

Therefore, Macedonia expects real paragliders. But also welcomes both the novice and those who have mustered courage just to try.



Искусниџе љараџлајдерисџи можаџ со генови да џовораџ за убавиниџе на леџањеџо, за чувсџивоџо да се биде со орлиџе, но искусџивоџо на љрво леџање, за **Дијана Димиџровска** едносџавно не може да се оџише. Иако млада, џаа смеџа дека задоџнила со својоџ љрв леџ, секако изведен во џангем:

Paraglajdistët me përvojë me ditë mund të flasin për bukuritë e fluturimit, për ndjenjën që të jenë me shqiponjat, por përvoja e fluturimit të parë, për **Diana Dimitrovska** thjesht nuk mund të përshkruhet. Edhe pse e re, ajo mendon se është vonuar me fluturimin e saj të parë, gjithsesi të realizuar në çift:

Experienced paragliders can speak of the joys of flying for days, the feeling of being with the Eagles, but **Di-jana Dimitrovska** cannot find words to describe the first flight experience. Although young, she thinks her first flight came too late. It was of course a tandem flight:





АДРЕНАЛИН, ВОЗБУДА, НИРВАНА - ИЗОБИЛСТВО ЧУВСТВА ОД ЕДЕН ЛЕТ!



„Се обидувам да најдам зборови кои ќе го опишат чувството што го имав, но проблемот е што сите тие се контрадикторни.

Скокањето со параглајдер е возбудливо и полно со адреналин, но во исто време е пријатно, смирувачко, со доза на нирвана која не очекувате дека ќе ја најдете на 2 километра над земја, додека нозете ви висат над неколку хектара шума и куќи со ќерамиди кои одозгора изгледаат како делчиња од „Монопол“. Ако кажам дека чувството е прекрасно, нема да го опишам доволно силно.

ADRENALINË, NGAZËLLIM, NIRVANA – BEGATI E NDJENJAVE NGA NJË FLUTURIM!

“Përpiqem të gjej fjalë të cilat do ta përshkruajnë ndjenjën që e kisha, por problemi është se të gjitha ato janë kontradiktore.

Kërcimi me paraglajdim është shqetësues dhe plot me adrenalinë, por në të njëjtën kohë i këndshëm, të qetëson, me dozë të nirvanës që nuk e prisni se do ta gjeni 2 kilometra mbi tokë, derisa këmbët ju varen mbi disa hektarë pyll dhe shtëpi me qeramidhe, të cilat nga lartë ju duken si pjesë nga “Monopol”. Nëse them se ndjenja është e mrekullueshme, nuk do ta përshkruaj aq fuqishëm.

ADRENALINE, THRILL, NIRVANA – ABUNDANCE OF FEELINGS FROM A SINGLE FLIGHT!

“I’m trying to find words to describe the feelings I had, but the problem is that they are contradictory.

Jumping with paraglider is exciting and full of adrenaline, but at the same time comfortable, reassuring, with a dose of nirvana, which one does not expect to find 2 km above ground, while your feet hang over several hectares of forest and houses with tiles which look from above like pieces of “Monopoly”. If I say that the feeling is wonderful, I would not describe it strongly enough.



Доколку мислите дека ќе доживеете страв, верувајте ќе го снеса истата секунда кога ќе полетате. Од тогаш натаму, сè околу вас е преубаво! Во моментот кога слетав на земја, не ми се веруваше дека го немав тоа направено претходно во животот!“

Nëse mendoni se do të përjetoni frikë, besoni se do të zhduket në sekondën e njëjtë kur do të fluturoni. Nga ai moment e tutje, do gjë rreth jush është shumë e bukur! Në momenti kur aterrova në tokë, nuk më besohej se nuk e kam bërë këtë më herët në jetë!”

If you think you will experience fear, trust me it will be gone the same second you start flying. From then on, everything around you is marvelous! The moment I landed on the ground, I could not believe I have not done it earlier in my life!”







РИБАРЕЊЕ

Полни мрежи и
нека им е бистро
на рибарите

PESHKIMI

Rrjetat plot e
peshkatarët
paçin kthjelltësi

FISHING

Full nets and
clear waters
for fishermen



И коџа имаџе љоџреба од смирување на зовриениоџ адреналин од искачувањеџо на македонскиџе ља-
нини, возењеџо велосипед љо срџовиџе, сџрмо-
џлавоџо леџање со љараџлајгероџ, џоџаш вис-
џинскиоџ начин за оџуџиџање е рибарењеџо. Мир
во џлаваџа и во дуџаџа, џоа е рибарењеџо, велаџ
сџрасџниџе рибари.

Дко си рибар и не си љосеџил некое од месџаџа каде
џџо се лови риба во Македониџа, исџо како да не си
рибар. Заџоа, сџани рибар, рибари во Македониџа!

Dhe kur keni nevojë për t'u qetësuar nga adrenalina që
zie nga ngjitja në malet maqedonase, vozitja me biçikletë
nëpër shpate, fluturimi teposhtë me kokë me paraglajder,
atëherë mënyra e vërtetë për relaksim është peshkimi.
Qetësi në kokë dhe në shpirt, ky është peshkimi, thonë pe-
shkatarët e pasionuar.

Nëse je peshkatar dhe nuk i ke vizituar ndonjë nga vendet
ku peshkohet peshk në Maqedoni, sikur mos jesh pesh-
katar. Prandaj, bëhu peshkatar, peshko në Maqedoni!

And when you need to calm down the adrenaline reaching
climax after climbing the Macedonian mountains, cycling
along mountain ridges, whirlwind paragliding, then the
right way to relax is fishing. Peace in the head and in the
soul - that is fishing, passionate fishermen say.

If you are a fisherman and have not visited yet any of the
fishing places in Macedonia, you are not a fisherman at all.
Therefore, become a fisherman, fish in Macedonia!





Рибарењето е спој на психичка и на физичка рекреација, во интеракција и најголем допир со природата. Риболовот е постојано поврзан со прекрасни предели, реки и езера и во голема мерка е поврзан и со туризмот и движењето во природа. Токму затоа оваа форма на алтернативен туризам е вистинската можност за целосно уживање и опуштање, а Македонија тука навистина има што да понуди. Со рибарење може да се занимаваат сите, млади и стари и мажи и жени и деца.

Peshkimi është lidhje e rekreacionit psikik dhe fizik, në interaksion edhe afërsia më e madhe me natyrën. Peshkimi është vazhdimisht i lidhur me vise të mrekullueshme, lumenj dhe liqene dhe në masë të madhe është i lidhur me turizmin dhe lëvizjen në natyrë. Mu për këtë kjo formë e turizmit it alternativ është mundësi e vetme për përjetim të plotë dhe relaksim, se Maqedonia me të vërtetë ka çka të ofrojë. Me peshkim mund të merren të gjithë: të rinjtë dhe të vjetrit, burra, gra dhe fëmijë.

Fishing is a combination of mental and physical recreation in interaction and in touch with nature. Fishing is consistently associated with beautiful scenery, rivers and lakes and is largely associated with tourism and movement in nature. Thus, this type of alternative tourism is a real opportunity for full enjoyment and relaxation and Macedonia has so much to offer. Fishing is for everyone, for young and senior, men and women and children.





Многуге езера, реки и акумулации во спој со прекрасната природа, ја прават Македонија вистински рај за рибарење. Регионот на општините Охрид, Струга, Вевчани и Дебарца е богат со водни ресурси започнувајќи од атрактивното Охридско Езеро, помалите езера кои се особено интересни поради рибниот фонд со кои располагаат и реките со кои е богат овој дел од Македонија.

Liqenet, lumenjtë dhe akumulimet e shumta në lidhje me natyrën e mrekullueshme, e bëjnë Maqedoninë parajsë të vërtetë për peshkim. Regijoni i komunave Ohër, Strugë, Vevčan dhe Debarcë, është i pasur me resurse uji duke filluar nga Liqeni atraktiv i Ohrit, liqenet më të vegjël, të cilët janë mjaft interesant për shkak të fondit të peshqve, me të cilat disponojnë edhe lumenjtë me të cilat është e pasur kjo pjesë e Maqedonisë

Numerous lakes, rivers and accumulations combined with beautiful nature make Macedonia fishermen's paradise. The region of Ohrid, Struga, Debarca and Vevçani municipalities is rich in water resources, starting from the attractive Ohrid Lake, to the smaller lakes that are particularly interesting because of fish stocks and the rivers, widely known in this part of Macedonia.



Рибното богатство на Охридското Езеро е искористувано уште од најстари времиња. Тоа вековно искуство изградило риболовни постапки кои сè уште се во употреба. Македонија е лулка на мушчарењето која е најраспространета техника на риболов во светот и е стара повеќе од 1.800 години.

Pasuria me peshq në Liqenin e Ohrit është shfrytëzuar që nga kohët më të lashta. Kjo përvojë shekullore ka ndërtuar procedura peshkimi, të cilat akoma janë në përdorim. Maqedonia është djep i peshkimit me grep që është teknika më e përhapur në botë dhe e vjetër më shumë se 1.800 vjet.

The fish stock in Ohrid Lake has been exploited since ancient times. This fishing heritage resulted in inventing several fishing techniques that are still in use. Macedonia is the cradle of fly fishing, which is the most widespread techniques of fishing in the world and is more than 1,800 years old.





Македонија може да понуди риболовни тури за капитални примероци на сом, крап, штука, амур и др. Рекреативниот риболов во Македонија е дозволен со валидна дозвола, која ја издаваат риболовните друштва.

Во Македонија е пропишан дозволениот риболовен прибор која се употребува за вршење рекреативен риболов.

Исто така и спортскиот риболов, како и рекреативниот, е дозволен со валидна дозвола која ја издаваат риболовните друштва.

Maqedonia ofron mundësi për turne peshkimi për copa kapitale të silurit, krapit, mlyshit, amurit, etj. Peshkimi rekreativ në Maqedoni është i lejuar me leje valide, që jepet nga shoqatat për peshkim.

Në Maqedoni është rregulluar pajisja e lejuar për peshkim, që përdoret për kryerjen e peshkimit rekreativ.

Po ashtu edhe peshkimi sportiv, si ai rekreativ është i lejuar me leje valide, të cilën e japin shoqatat e peshkimit.

Macedonia can offer fishing tours for capital samples of catfish, carp, pike, amur or grass carp and others. Recreational fishing is permitted in Macedonia with a valid license issued by the fishing companies.

The fishing accessories used for recreational fishing in Macedonia are also prescribed.

Sport and recreational fishing in Macedonia is allowed with a valid license issued by the fishing associations.



Имајте во вид дека ова не е сè, ова е само почеток во вашето патување и освојување на една од најживописните дестинации. Кога ќе ги доживеете, ќе се вратите најмалку уште еднаш. За да пронајдете други, нови или пак да ги доживеете истите повторно, затоа што тие никогаш не се исти, или како што рекол филозофот на движењето и промените Хераклит: „Човекот никогаш не стапнува двапати во истата река, затоа што ниту реката е иста ниту човекот е ист!“

Keni parasysh se kjo nuk është e tëra, ky është vetëm fillimi i udhëtimit tuaj dhe pushtimi i një nga destinacionet më piktoreske. Kur do t'i përjetoni, do të ktheheni të paktën edhe një herë. Që të zbuloni të tjera, të reja ose t'i përjetoni përsëri të njëjtat, pasi që ato kurrë nuk janë të njëjtat, ose siç ka thënë filozofi i lëvizjes dhe ndryshimeve Heraklit: “Njeriu kur nuk shkelë dy herë në lumin e njëjtë, sepse as lumi e as njeriu nuk është i njëjti!”

Keep in mind that this is not all, this is just the beginning of your journey and conquering of one of the most picturesque destinations. Once you experience them, you will be back at least once again. To find others, new or to experience the same again, because they are never really the same, or as the philosopher of the movement and changes Heraclitus said: “No man ever steps in the same river twice, for it's not the same river and he's not the same man!”





Издавач

Македонска развојна
фондација за претпријатија
(МРФП)

За издавачот

Тетјана Лазаревска,
извршен директор на МРФП

**Уредник и автор
на текстовите**

Гонце Јаковлеска, МРФП

Превод

Викторија Димитровска
Грамоз Шабани

Дизајн и подготовка

Кома

Печати

Борографика

Тираж

2000

Оваа публикација е изготвена со помош на Европската Унија. Содржината на публикацијата е единствена одговорност на „Македонската развојна фондација за претпријатија“ и на никаков начин не може да се смета дека ги одразува гледиштата на Европската Унија.

Botues

Fondacioni Zhvillimor
Maqedonas për Ndërmarrje
(MRFP)

Per botuesin

Tetjana Llazarevska,
drejtor ekzekutiv i MRFP

Redaktor pergjegjes

Gonce Jakovleska, MRFP

Perktheu

Viktorija Dimitrovska
Gramoz Shabani

Dizajni

Koma

Botoi

Borografika

Tirazhi

2000

Ky publikim është përgaditur me ndihmën e Unionit Evropian. Përmbajtja e këtij publikimi është përgjegjësi vetëm e “Fondacioni Zhvillimor Maqedonas për Ndërmarrje” dhe në asnjë mënyrë nuk reflekton opinionin e Unionit Evropian.

Publisher

Macedonian Enterprise
Development Foundation
(MEDF)

For the publisher

Tetjana Lazarevska,
Executive Director of MEDF

Editor and text writer

Gonce Jakovleska, MEDF

Translation

Viktorija Dimitrovska
Gramoz Shabani

Design and preprint

Koma

Print

Borografika

Circulation

2000

This publication has been produced with the assistance of the European Union. The contents of this publication are the sole responsibility of “Macedonian Enterprise Development Foundation” and can in no way be taken to reflect the views of the European Union.



CIP - Каталогизација во публикација
Национална и универзитетска
библиотека «Св. Климент Охридски»,
Скопје

338.48(497.77)(035)
338.48(496.546/.564)(035)

ЈАКОВЛЕСКА, Гонце

Биди тука! : излези во природа, влез
во авантура! / [уредник и автор на
текстовите Гонце Јаковлеска ; превод
Викторија Димитровска, Грамоз Шабани]
= Be here! : go out in nature, go into
adventure! / editor and text writer
Gonce Jakovleska ; translation Viktorija
Dimitrovska, Gramoz Shabani] = Eja këtu!
: eja në natyrë, përjeto aventurën! /
redaktor pergjegjes Gonce Jakovleska ;
perktheu Viktorija Dimitrovska, Gramoz
Shabani]. - Скопје : Македонска развојна
фондација за претпријатија ;
=Skopje : Macedonian enterprise
development foundation ; =Shkup :
Fondacioni zhvillimor Maqedonas për
ndërmarrje, 2015. - 48 стр. : илустр. ;
20x20 см

Текст на мак., англ. и алб. јазик

ISBN 978-608-65822-1-0

1. Насп. ств. насл. - I. Jakovleska, Gonce
види Јаковлеска, Гонце
а) Туризам - Југозападна Македонија -
Прирачници б) Туризам - Југозападна
Албанија - Прирачници

COBISS.MK-ID 98684426

