

The journal has had 7 points in Ministry of Science and Higher Education parametric evaluation. Part B item 754 (09.12.2016).  
754 Journal of Education, Health and Sport eISSN 2391-8306 7

© The Author(s) 2016.  
This article is published with open access at Licensee Open Journal Systems of Kazimierz Wielki University in Bydgoszcz, Poland  
Open Access. This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Noncommercial License which permits any noncommercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author(s) and source are credited. This is an open access article licensed under the terms of the Creative Commons Attribution Non Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted, non commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the work is properly cited.  
This is an open access article licensed under the terms of the Creative Commons Attribution Non Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted, non commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the work is properly cited.  
The authors declare that there is no conflict of interests regarding the publication of this paper.  
Received: 05.12.2016. Revised 20.12.2016. Accepted: 25.12.2016.

## **Turystyka ekstremalna vs. sporty ekstremalne**

### **Tourism extreme vs. extreme sports**

**Marcin Sekida**

**Wydział Nauk Geograficznych i Geologicznych UAM w Poznaniu**

**Ewa Malchrowicz-Moško**

**Wydział Turystyki i Rekreacji AWF w Poznaniu**

**Marcin Sekida**

**Geographical and geological Department of Adam Mickiewicz University in Poznań**

**Ewa Malchrowicz-Moško**

**Department of tourism and recreation ACADEMY in Poznań**

#### **Streszczenie:**

Turystyka ekstremalna jest zjawiskiem stosunkowo młodym, lecz bardzo dynamicznie rozwijającym się. W polskiej literaturze naukowej z zakresu turystyki można odnaleźć najczęściej jedynie wzmianki, że taki rodzaj turystyki faktycznie istnieje. Celem artykułu jest charakterystyka zjawiska turystyki ekstremalnej na tle polskiego piśmiennictwa z określeniem zależności pomiędzy tą formą podróżowania, a zjawiskami pokrewnymi, m.in. turystyką aktywną, kwalifikowaną i usportowioną. Celem artykułu jest również określenie podobieństw i różnic pomiędzy turystyką ekstremalną a sportami ekstremalnymi, ponieważ terminy te często traktowane są synonimicznie.

## **Abstract:**

Extreme tourism is a relatively new phenomenon, but very fast developing. In Polish literature in the field of tourism can be found usually only mention that this type of tourism actually exists. The aim of the article is to characterize the phenomenon of extreme tourism on the background of Polish literature and relationships between this form of travel, and related phenomena, including active tourism, qualified tourism and sporting tourism. The aim of the article is also to determine the similarities and differences between the extreme tourism and extreme sports, as these terms are often treated synonymously.

**Słowa kluczowe:** turystyka ekstremalna, sporty ekstremalne, turystyka aktywna, turystyka kwalifikowana, turystyka usportowiona, turystyka szoku

**Key words:** extreme tourism, extreme sports, active tourism, qualified tourism, sporting tourism, shock tourism

## **Wstęp**

Turystyka ekstremalna jest zjawiskiem stosunkowo młodym, lecz bardzo dynamicznie rozwijającym się. W polskiej literaturze naukowej z zakresu turystyki można odnaleźć najczęściej jedynie wzmianki, że taki rodzaj turystyki faktycznie istnieje. Celem artykułu jest charakterystyka zjawiska turystyki ekstremalnej na tle polskiego piśmiennictwa z określeniem zależności pomiędzy tą formą podróżowania, a zjawiskami pokrewnymi, m.in. turystyką aktywną, kwalifikowaną i usportowioną. Celem artykułu jest również określenie podobieństw i różnic pomiędzy turystyką ekstremalną a sportami ekstremalnymi, ponieważ terminy te często traktowane są synonimicznie.

### **1. Pojęcie turystyki ekstremalnej na tle polskiej tradycji terminologicznej**

Turystyka ekstremalna jest pojęciem na tyle nowym, iż nie istnieje jednolicie brzmiąca definicja tego zjawiska. Zauważalny jest brak definicji turystyki ekstremalnej w Encyklopedii PWN, jak również w podręcznikach akademickich z zakresu turystyki. Taka sytuacja dostarcza wielu problemów związanych z klasyfikacją danego rodzaju aktywności do adekwatnego rodzaju turystyki. Dylemat ten może wynikać z bliskości kilku pokrewnych

ze sobą terminów, a mianowicie: turystyki kwalifikowanej, turystyki aktywnej, turystyki alternatywnej, turystyki usportowionej, turystyki sportowej i turystyki przygodowej. Wśród wyżej wymienionych, często bardzo bliskoznacznych, rodzajów turystyki jest miejsce dla turystyki ekstremalnej. Miejsce to zaprezentowane zostaje w dalszej części artykułu, w którym dokonano analizy pojęć pokrewnych turystyce ekstremalnej.

### **1.1. Turystyka kwalifikowana**

Określenie „turystyka kwalifikowana” po raz pierwszy pojawiło się w latach 1951-1953, kiedy to w ramach działalności Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego, obok tradycyjnych rodzajów turystyki, takich jak: piesza nizinna i górską oraz narciarska, rozwinęła się również turystyka kolarska, kajakowa, motorowa i żeglarska<sup>1</sup>. Przez wiele lat działalności PTTK definicja turystyki kwalifikowanej podlegała ciągłym zmianom, o czym może świadczyć fakt, iż przez te lata powstało aż kilkanaście definicji tego pojęcia. J. Merski i J. Warecka dokonując analizy tych definicji ustalili pięć głównych cech wspólnych przypisywanych turystyce kwalifikowanej. Są one następujące:

- Turystyka kwalifikowana jest najwyższą formą specjalizacji w wybranej dyscyplinie turystycznej;
- Turysta kwalifikowany powinien zdobywać i utrzymywać najwyższą dla wieku i stanu zdrowia sprawność i wydolność fizyczną oraz odporność na zmiany warunków pogodowych i wszelkie niewygody;
- Turystyka kwalifikowana łączy się z koniecznością opanowania umiejętności posługiwania się sprzętem turystycznym;
- Turystę kwalifikowanego powinna wyróżniać wszechstronna wiedza o środowisku, w którym wędruje oraz umiejętność samodzielnego zdobywania wiedzy krajoznawczej, organizowania, zwiedzania, dobierania racjonalnych norm i odległości marszu, jazdy i pływania, orientacji poruszania się w terenie itp.;
- W turystyce kwalifikowanej może występować element współzawodnictwa indywidualnego lub częściowej zespołowego, jednak jest ono organizowane sporadycznie<sup>2</sup>.

Jedną z najczęściej cytowanych definicji turystyki kwalifikowanej ustalił T. Łobożewicz.

---

<sup>1</sup> J. Merski, J. Warecka, *Turystyka kwalifikowana. Turystyka aktywna*, Warszawa 2009, s. 11.

<sup>2</sup> J. Merski, J. Warecka, *Turystyka kwalifikowana. Turystyka aktywna*, Warszawa 2009, s. 15.

Według niego turystyka kwalifikowana jest najwyższą formą specjalizacji turystycznej. Uprawianie jej wymaga specjalnego przygotowania psychofizycznego, zahartowania na trudy, umiejętność zachowania się w środowisku naturalnym i obiektach turystycznych, a w niektórych przypadkach potwierdzonej przez właściwe organizacje umiejętności posługiwania się sprzętem turystycznym, głównie lokomocyjnym (rowerem, żaglówką, nartami, sprzętem do nurkowania itp.). Celem działalności turysty kwalifikowanego jest wypoczynek, rekreacja, doskonalenie zdrowia, wydolności i sprawności fizycznej oraz wszechstronne poznanie kraju. Turystyka kwalifikowana jest przy tym najdoskonalszą formą uprawiania turystyki, zbliża człowieka do przyrody, dzięki czemu umożliwia jemu regenerację sił psychofizycznych<sup>3</sup>.

### **1.2. Turystyka alternatywna**

W. Gaworecki zdefiniował turystykę alternatywną jako próbę znalezienia i upowszechnienia innych możliwości, odmiennych od przeważających dotychczas szablonowych form turystyki masowej, zawierającej wiele dysfunkcji. Jest to turystyka oparta na motywach krajoznawczych, uprawiana w małych, często nieformalnych grupach, także indywidualnie, turystyka trudna, wymagająca gruntownego przygotowania do wyjazdu, odporności psychicznej, wysiłku umysłowego i nierzadko fizycznego. Turystyka alternatywna daje przy tym szansę na rozwiązywanie wielu problemów współczesnej turystyki<sup>4</sup>.

### **1.3. Turystyka aktywna**

Jak dotąd powstało wiele definicji turystyki aktywnej. A. Andrejuk twierdzi, iż turystyka aktywna jest taką formą turystyki, w której głównym lub ważnym elementem wyjazdu – niezależnie od czasu trwania działalności turystycznej – jest podejmowanie szczególnych form aktywności rekreacyjnej lub hobbystycznej<sup>5</sup>. K.R. Mazurski uważa natomiast, że turystyka aktywna polega na podróżowaniu w celach rekreacyjnych przy wydatnym wykorzystaniu własnej aktywności fizycznej w pokonywaniu przestrzeni<sup>6</sup>. J. Merski oraz J. Warecka stwierdzili, że:

- turystyka aktywna zakłada podejmowanie aktywności fizycznej o różnej formie i stopniu natężenia;

---

<sup>3</sup> T. Łobożewicz, *Turystyka kwalifikowana*, Wyd. PTTK „Kraj”, Warszawa 1983, s. 13.

<sup>4</sup> W. Gaworecki, *Turystyka*, Warszawa 2007, s. 60.

<sup>5</sup> A. Andrejuk, *Turystyka aktywna, rekreacyjna i specjalistyczna*, Warszawa 1998, s. 24.

<sup>6</sup> K.R. Mazurski, *Geneza i przemiany turystyki*, Warszawa 2006, s. 132.

- realizacja tej aktywności związana jest z walorami środowiska przyrodniczego;
- turystyka aktywna rozwija się niezwykle dynamicznie. Wiąże się ona z aktywnością fizyczną, intelektualną i przyrodniczą jej uczestnika. Często postrzegana jest bardziej jako styl życia, niż rodzaj spędzania czasu wolnego. Ponadto w jej obszarze mieści się wiele różnych form uprawiania turystyki<sup>7</sup>.

Trzeba jednak zauważyć, że turystyka aktywna nie stawia przed ludźmi tylu wymagań w zakresie sił psychofizycznych, umiejętności czy sprzętu, co turystyka kwalifikowana. Każda forma turystyki kwalifikowanej jest przy tym turystyką aktywną, jednak nie każda forma turystyki aktywnej jest turystyką kwalifikowaną.

#### **1.4. Turystyka przygodowa**

Turystykę w latach 70. XX wieku opanowała moda na podejmowanie zajęć, w których występował element ryzyka, o mniejszym lub większym stopniu natężenia. Formy aktywności takie jak: wspinaczka górską, rafting, nurkowanie zaczęto określać, jako „ryzykowna rekreacja” (ang. risk recreation). Termin ten jednakże był błędny, gdyż wypadki w tego rodzaju zajęciach zdarzały się rzadziej niż na przykład w piłce nożnej czy też koszykówce, oczywiście biorąc pod uwagę wypadkowość w stosunku do ilości uczestników. Pojęcie to zastało zastąpione terminem „plenerowej rekreacji przygodowej” (z ang. outdoor adventure recreation), którą postrzegano jako niekonsumpcyjną aktywność rekreacyjną odbywającą się w ośrodkach plenerowych, zawierającą elementy ryzyka, realnego czy też uświadamianego, której wynik jest nieznanym, a wpływ na nią ma zarówno uczestnik, jak i warunki środowiskowe. Do podstawowych zajęć rekreacji plenerowej zalicza się: kajakerstwo, lotniarstwo, marsze długodystansowe, baloniarstwo, żeglarstwo, nurkowanie swobodne, tramping, trekking, wspinaczkę górską, wędrowki rowerowe, marsze na orientację, narciarstwo biegowe i turystyczne, narciarstwo wodne, wspinaczkę skalną, survival, narciarstwo ekstremalne. Zajęcia te są wykorzystywane również w turystyce kwalifikowanej i usportowionej<sup>8</sup>.

#### **1.5. Turystyka usportowiona**

Z turystyką usportowioną związana jest rekreacja plenerowa i wychowanie plenerowe.

---

<sup>7</sup> J. Merski, J. Warecka, *Turystyka kwalifikowana. Turystyka aktywna*, Warszawa 2009, s. 21.

<sup>8</sup> T. Łobożewicz, G. Bieńczyk, *Podstawy turystyki*, Warszawa 2001, s. 138.

H. Ruskin uważa, że wszystkie te terminy są synonimami, które różnią się jedynie sposobem podejścia i ostatecznym celem indywidualnym. Można ich używać zamiennie, gdyż podstawowym, wspólnym mianownikiem jest plener oraz naturalne środowisko. Rekreacją plenerową nazywane jest wykorzystywanie zasobów naturalnych dla przyjemności i dobrego samopoczucia jednostki. Wychowanie plenerowe to zajęcia prowadzone w plenerze i nabieranie doświadczenia w zakresie pobytu w terenie, w celu lepszego wykorzystania zasobów naturalnych dla możliwie największego dobra jednostki. Turystyka usportowiona różni się natomiast tym, iż jej miejscem są szczególnie atrakcyjne tereny, jak również zbudowane przez człowieka ośrodki sportowe<sup>9</sup>. P. de Knop zauważył również, że znaczenie turystyki usportowionej wzrasta ponieważ: widoczna jest bogata oferta zajęć sportowych (rekreacyjnych) dla turystów, preferowana przez turystów jest aktywna turystyka, turyści coraz częściej planują zajęcia sportowe w czasie wolnym, widoczna staje się przewaga aktywnego uczestnictwa nad pasywnym konsumpcją, coraz częściej na miejsca docelowe podróży wybierane są miejsca turystyczne, które dają możliwości podejmowania aktywności sportowej. Zauważywszy ogromny wpływ zajęć sportowych na atrakcyjność turystyczną, P. de Knop użył terminu „turystyka usportowiona”<sup>10</sup>. W turystyce usportowionej w odróżnieniu od sportu brak jest jednak rywalizacji i pogoni za lepszym wynikiem, wspólny jest jednak stopień ryzyka zdrowotnego. W. Siwiński zauważa przy tym, że przez turystykę usportowioną rozumie się zamiennie turystykę aktywną i turystykę kwalifikowaną, a w niektórych krajach Unii Europejskiej specjaliści ds. turystyki usportowionej określają ją jako „sport dla wszystkich” (*sport for all*). Wśród badaczy zajmujących się tą dziedziną jest zgodność, że celem uprawiania turystyki usportowionej jest wypoczynek, rekreacja, doskonalenie sprawności, wydolności i zdrowia oraz wszechstronne poznanie kraju i świata, a nie wynik sportowy jest najważniejszy (jeśli już to znaczenie ma rywalizacja z samym sobą, a nie z przeciwnikiem)<sup>11</sup>.

## 1.6. Turystyka sportowa

---

<sup>9</sup> H. Ruskin, *Selected Views on Socio-Economics Aspects of Outdoor Recreation and Sport Tourism*, International Seminar and Workshop of Outdoor Education Recreation and Sport Tourism, Wingate Institute, Israel 1987, za: J. Merski, J. Warecka, op. cit., s. 30.

<sup>10</sup> P. de Knop, *Touristic Animation - the Difference between Fiction and Reality*, International Seminar and Workshop of Outdoor Education Recreation and Sport Tourism, Wingate Institute, Israel 1987, za: J. Merski, J. Warecka, op. cit., s. 31.

<sup>11</sup> W. Siwiński, *Współczesne problemy turystyki i rekreacji w badaniach empirycznych nauk społecznych*, Warszawa 2007.

W ostatnim czasie (zwłaszcza za granicą) na popularności zyskało pojęcie turystyki sportowej. Jedną z najczęściej cytowanych definicji jest ta zaproponowana przez H. Gibson. Według tej badaczki turystyka sportowa to „podróż z dala od miejsca zamieszkania w celu podejmowania aktywności sportowej dla rekreacji lub współzawodnictwa, podróż dla oglądania imprez sportowych popularnych i elitarnych, a także podróż w celu odwiedzania atrakcji sportowych (tj. hale i aleje sław, słynne parki i stadiony sportowe, muzea sportu itp.)”<sup>12</sup>.

Zdaniem J. Kosiewicza i K. Obodyńskiego, turystyka sportowa przejawia się w trzech wariantach: turystyki aktywnej, turystyki kwalifikowanej i turystyki ekstremalnej. Ich zdaniem przejście od jednej do drugiej często bywa niedookreślone<sup>13</sup>. Tak można spoglądać na turystykę sportową z polskiej perspektywy. Warto jednak zauważyć (choćby na przykładzie definicji H. Gibson), że za granicą o istocie turystyki sportowej świadczy nie tylko aktywny udział w sporcie, ale również udział w eventach sportowych (również w charakterze kibica) oraz zwiedzanie miejsc związanych z tematyką sportu, tj. muzea sportu czy słynne stadiony.

## **2. Turystyka ekstremalna – charakterystyka zjawiska**

Pomimo tego, że w polskiej literaturze przedmiotu nie obowiązuje jedna oficjalna definicja turystyki ekstremalnej, to nie oznacza to, że problematyka z jej zakresu nie jest poruszana. T. Łobożewicz i G. Bieńczyk w podręczniku *Podstawy turystyki* poświęcają tej tematyce jeden z podrozdziałów dotyczący rodzajów i form turystyki. Stwierdzają, iż ten rodzaj turystyki grupuje najbardziej wyspecjalizowane formy działalności turystów. W społeczeństwach sytych, żyjących w „betonowym” i „asfaltowym” krajobrazie, ludzie zaczęli szukać możliwości „wyżycia się w naturze i odreagowania stresów. Turystyka ekstremalna w wielu przypadkach występuje łącznie ze sportami ekstremalnymi. Wśród form tego rodzaju turystyki autorzy wymieniają: narciarstwo ekstremalne, canoeing, whitewater rafting, hydrospeed, wspinaczkę lodową i loty na paralotniach<sup>14</sup>. L. Wojtasik i R.D. Tauber w podręczniku *Nowoczesna turystyka i rekreacja* napisali, iż „niektórzy ludzie szukają niebanalnych przeżyć podnoszących poziom adrenaliny. Szukają zdarzeń i sytuacji dużego ryzyka powodujących odczucie realnego zagrożenia życia i zdrowia. Oczywiście takie sytuacje nie często mają miejsce w zaciszu

---

<sup>12</sup> H. Gibson, *Active Sport Tourism: Who Participate?*, „Leisure Studies”, 1998, 17, 2, s. 155-179.

<sup>13</sup> J. Kosiewicz, K. Obodyński, *Turystyka i rekreacja – wymiary teoretyczne i praktyczne*, Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów 2006, s. 35.

<sup>14</sup> T. Łobożewicz, G. Bieńczyk, Op. cit., s. 170.

domowym lub najbliższym otoczeniu. Trzeba ich czynnie poszukiwać niejednokrotnie daleko od domu. Takie poszukiwania to właśnie turystyka ekstremalna. To wycieczki do miejsc, które zapewniają niestandardowe przeżycia emocjonalne: zagrożenia, strachu, niebezpieczeństwa”. Autorzy dodają również, że turystyka ekstremalna jest kosztowna, wymaga zazwyczaj odbycia podróży do dalekich krajów i uprawiana jest głównie przez ludzi młodych<sup>15</sup>.

Zdaniem M. Durydiwki turystyka ekstremalna (turystyka ryzyka) to uprawianie ekstremalnych form sportowych nastawionych na silne doznania emocjonalne. Często towarzyszy jej wyczerpanie fizyczne, a także wysokie ryzyko utraty zdrowia, a nawet życia. Ryzyko jest w przypadku tego rodzaju turystyki najważniejszym jej elementem i motywem<sup>16</sup>.

W Encyklopedii PWN brak jest jakiegokolwiek wzmianki o turystyce ekstremalnej, natomiast internetowa Wikipedia zalicza ją do form turystyki kwalifikowanej i definiuje jako podróż w celu uprawiania sportów ekstremalnych. Dużo bogatszą w treść, definicję turystyki ekstremalnej, można odnaleźć w angielskojęzycznej części Wikipedii. Podaje ona, iż *extreme tourism* bądź *shock tourism* (turystyka szoku) jest niszowym typem turystyki, który swym zakresem obejmuje podróżowanie do niebezpiecznych miejsc (tj. wysokie góry, dżungle, pustynie, jaskinie itp.) lub udział w niebezpiecznych wydarzeniach<sup>17</sup>.

W powyższych stwierdzeniach dotyczących turystyki ekstremalnej można dopatrzeć się elementów wspólnych, a mianowicie: jest najbardziej wyspecjalizowaną formą turystyki; motywami jej uprawiania jest chęć doświadczenia silnych wrażeń i emocji, jak i odreagowanie stresów dnia codziennego; związana jest ze sportami ekstremalnymi i podróżowaniem do miejsc umożliwiających ich uprawianie; uprawianie jej wiąże się z podjęciem dużego ryzyka, którego skutkiem może być nawet kalectwo lub śmierć. W wyniku przeprowadzonej analizy (Tabela 1.) można dojść do wniosku, że turystyka ekstremalna zawiera elementy turystyki kwalifikowanej, aktywnej, alternatywnej, przygodowej i usportowionej. Na rycinie 1. został przedstawiony model obrazujący powiązania turystyki ekstremalnej i w/w rodzajów turystyki.

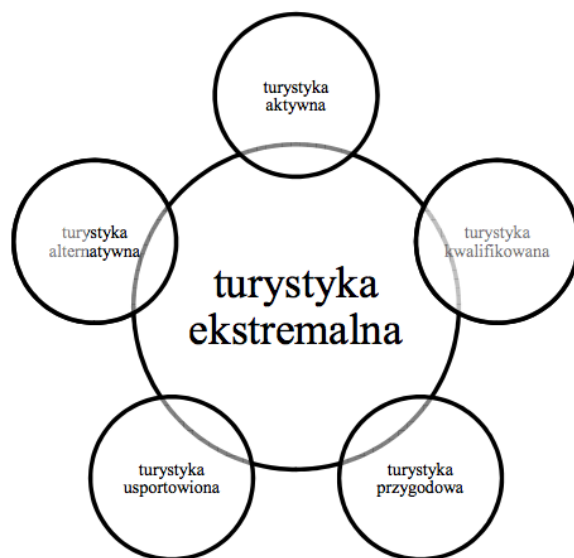
---

<sup>15</sup> L. Wojtasik, R.D. Tauber, *Nowoczesna turystyka i rekreacja*, Poznań 2007, s. 76.

<sup>16</sup> M. Durydiwka, *Definicja i zakres pojęcia „turystyka kwalifikowana (turystyka aktywna)”*, [w:] A. Kowalczyk (red.), *Turystyka zrównowazona*, PWN, Warszawa 2010, s. 249-289.

<sup>17</sup> Tłumaczenie własne, [http://en.wikipedia.org/wiki/Extreme\\_tourism](http://en.wikipedia.org/wiki/Extreme_tourism).





**Ryc. 1. Powiązanie turystyki ekstremalnej z innymi rodzajami turystyki**

Źródło: Opracowanie własne, na podstawie: J. Merski, J. Warecka, *Turystyka kwalifikowana. Turystyka aktywna*, Warszawa 2009, s. 11; W.W. Gaworecki, *Turystyka*, Warszawa 2007, s. 60.; A. Andrejuk, *Turystyka aktywna, rekreacyjna i specjalistyczna*, Warszawa 1998, s. 24.

**Tab. 1. Cechy wspólne turystyki ekstremalnej z innymi rodzajami turystyki**

Rodzaj turystyki	TURYSTYKA EKSTREMALNA
TURYSTYKA KWALIFIKOWANA	<ul style="list-style-type: none"> <li>-występowanie elementu współzawodnictwa (w obu przypadkach sporadyczny);</li> <li>-turysta powinien zdobywać i utrzymywać najwyższą sprawność i wydolności fizycznej oraz odporność na zmiany warunków pogodowych i wszelkie niewygody;</li> <li>-umiejętność posługiwania się sprzętem sportowym (w niektórych przypadkach potwierdzona przez właściwe organizacje);</li> <li>-wszechstronna wiedza o środowisku i umiejętność zachowywania się w nim;</li> <li>-samodzielność zdobywania wiedzy;</li> <li>-specjalne przygotowanie psychofizyczne;</li> <li>-bliskość przyrody;</li> <li>-regeneracja sił psychofizycznych;</li> <li>-celem jest wypoczynek, doskonalenie sprawności fizycznej;</li> </ul>
TURYSTYKA ALTERNATYWNA	<ul style="list-style-type: none"> <li>-motywy krajoznawcze;</li> <li>-uprawiana w małych, często nieformalnych grupach;</li> <li>-turystyka trudna, wymagająca gruntownego przygotowania, odporności psychicznej, wysiłku umysłowego i fizycznego;</li> <li>-odmienność od przeważających szablonowych form turystyki masowej;</li> </ul>
TURYSTYKA AKTYWNA	<ul style="list-style-type: none"> <li>-szybki rozwój;</li> <li>-postrzegana bardziej, jako styl życia, niż rodzaj turystyki;</li> <li>- celem wyjazdu jest podjęcie szczególnych form aktywności rekreacyjnych lub hobbyistycznych;</li> <li>-wykorzystywanie własnej aktywności fizycznej w pokonywaniu przestrzeni;</li> <li>-realizacja danej aktywności związana jest z walorami środowiska przyrodniczego;</li> </ul>
TURYSTYKA PRZYGODOWA	<ul style="list-style-type: none"> <li>-występowanie elementu ryzyka;</li> <li>-obszar penetracji;</li> <li>-wpływ na bezpieczeństwo podjętego przedsięwzięcia ma zarówno uczestnik jak i warunki środowiskowe;</li> <li>-formy aktywności;</li> </ul>
TURYSTYKA USPORTOWIONA	<ul style="list-style-type: none"> <li>-obszar penetracji- szczególnie atrakcyjne tereny;</li> <li>-wykorzystywanie naturalnych zasobów dla przyjemności i dobrego samopoczucia;</li> <li>-nabieranie doświadczenia, w celu lepszego wykorzystania zasobów naturalnych dla możliwie największego dobra jednostki;</li> <li>-doskonalenie sprawności i wydolności organizmu;</li> <li>-wszechstronne poznanie kraju i świata;</li> </ul>

Źródło: Opracowanie własne, na podstawie: J. Merski, J. Warecka, *Turystyka kwalifikowana. Turystyka aktywna*, Warszawa 2009, s. 11; W.W. Gaworecki, *Turystyka*, Warszawa 2007, s. 60.; A. Andrejuk, *Turystyka aktywna, rekreacyjna i specjalistyczna*, Warszawa 1998, s. 24.

W świetle powyższych analiz można zauważyć, że turystyka ekstremalna to taki rodzaj aktywności turystycznej, który wiąże się z podjęciem bardzo wysokiego ryzyka i potrzebą specjalnego przygotowania psychofizycznego. Wymaga posiadania umiejętności zachowania się w środowisku naturalnym, a w niektórych przypadkach zezwolenia właściwych organizacji do posługiwania się sprzętem turystycznym. Często związana jest ściśle ze sportami ekstremalnymi i podróżowaniem do miejsc umożliwiających ich uprawianie. Turystyka ekstremalna jest jedną z najbardziej wyspecjalizowanych form turystyki.

### **3. Turystyka ekstremalna a sporty ekstremalne**

Turystyka ekstremalna jest często bezpośrednio związana ze sportami ekstremalnymi i podróżowaniem do miejsc umożliwiających ich uprawianie. Czy jednak turystyka ekstremalna różni się czymś od sportów ekstremalnych? Jakie są różnice i podobieństwa pomiędzy tymi dwoma rodzajami aktywności wolnoczasowej? Aby odpowiedzieć na to pytanie niezbędna staje się znajomość takich pojęć jak sport, sport wyczynowy i sport ekstremalny.

Jak podaje encyklopedia PWN sport to pokojowe współzawodnictwo, którego istotę stanowi indywidualna bądź zespołowa rywalizacja (według określonych reguł) prowadzona zgodnie z zasadami fair play oraz dążenie do osiągnięcia jak najlepszych wyników, podejmowane także m.in. w celu rekreacji i doskonalenia własnych cech fizycznych; wyraża się przez ćwiczenia i gry uprawiane według określonych zasad; sprzyja zachowaniu zdrowia oraz rozwija cechy osobowości, m.in.: wytrwałość, silną wolę, zdyscyplinowanie, poczucie solidarności i koleżeństwa. W sporcie kwalifikowanym celem nadrzędnym jest osiągnięcie możliwie jak najlepszych wyników na zawodach różnego szczebla o zasięgu regionalnym, krajowym, światowym czy olimpijskim; wymaga to odpowiedniego przygotowania ogólnego i specjalnego, długotrwałego i intensywnego treningu prowadzonego m.in. pod opieką trenera, lekarza sportowego oraz specjalisty ds. odnowy biologicznej. W wielu dyscyplinach sportowych chęć osiągnięcia wyników bliskich granicy możliwości ludzkiego organizmu przynosi jednakże niekiedy negatywne skutki, jak przetrenowanie, urazy czy niedozwolony doping<sup>18</sup>.

Sport wyczynowy to taki, który uprawiany jest dla własnych korzyści zdrowotnych, ale również i finansowych. Wyróżnia się profesjonalny i amatorski sport wyczynowy, przy czym

---

<sup>18</sup> <http://encyklopedia.pwn.pl/haslo.php?id=3978430>.

nadrzędnym celem tego pierwszego jest wygrana i osiągnięcie jak najlepszych rezultatów, kwestie dobrego samopoczucia i dobrej zabawy są mniej istotne. Amatorski sport wyczynowy również za cel stawia osiąganie sukcesów, ale nie za wszelką cenę. Przyjemność i zabawa jest równie ważnym jego elementem<sup>19</sup>.

Sporty ekstremalne to natomiast takie sporty, których uprawianie wiąże się z większym ryzykiem niż w innych dyscyplinach. Zazwyczaj wymagają ponadprzeciętnych zdolności fizycznych lub psychicznych oraz odpowiedniego przygotowania.

W odniesieniu do ogólnej definicji sportu, z której wynika, że sport podejmowany jest m.in. w celu rekreacji i doskonalenia własnych cech fizycznych; wyraża się przez ćwiczenia i gry uprawiane według określonych zasad; sprzyja zachowaniu zdrowia oraz rozwija cechy osobowości, można stwierdzić, iż uprawianie sportu może być formą rekreacji, a co za tym idzie formą turystyki. W ten sposób również można rozpatrywać kwestie turystyki ekstremalnej i sportów ekstremalnych. Turystyka ekstremalna wykorzystuje te same formy aktywności sportowej, które określane są mianem sportów ekstremalnych, z tą zasadniczą różnicą, że brak w niej rywalizacji w celu osiągnięcia jak najlepszych wyników. Różnica polega również w motywacjach sportowców i turystów po podjęciu tego rodzaju działalności.

**Tab. 2. Różnice i podobieństwa pomiędzy turystyką ekstremalną oraz sportami ekstremalnymi**

Turystyka ekstremalna	Sporty ekstremalne
<b>PODOBIENSTWA</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>-dobre przygotowanie fizyczne</li> <li>-profesjonalny sprzęt i wyposażenie</li> <li>-chęć sprawdzenia własnych możliwości w trudnych warunkach</li> <li>-formy aktywności</li> <li>-podjęcie dużego ryzyka</li> </ul>	
<b>RÓŻNICE</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>brak rywalizacji, punktacji i rankingów</li> <li>-mniejsze ryzyko kontuzji niż w przypadku sportu wyczynowego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-rywalizacja</li> <li>-punktacja i rankingi</li> <li>-wyższe koszty ze względu na droższy, profesjonalny sprzęt</li> <li>-konieczność treningów</li> <li>-większe ryzyko kontuzji i uszkodzeń ciała</li> <li>-cel zarobkowy</li> </ul>

Źródło: Opracowanie własne na podstawie: J. Oficjański, *Turystyka ekstremalna - sporty ekstremalne – granice i podziały*, Gdańsk 2008.

<sup>19</sup> J. Oficjański, *Turystyka ekstremalna - sporty ekstremalne - granice i podziały*, Gdańsk 2008.

## Podsumowanie

W artykule autorzy starali się wykazać, że takie pojęcia jak turystyka aktywna, alternatywna, kwalifikowana, usportowiona, sportowa, ekstremalna nie są zjawiskami synonimicznymi. Ponadto, pomimo tego, że turystyka ekstremalna najczęściej występuje łącznie ze sportami ekstremalnymi, to również nie są to pojęcia tożsame. Turystyka ekstremalna nie zawsze musi bowiem wiązać się ze sportem – przykładem *volcano watching* na Filipinach czy *war tourism* w Iraku lub Syrii. Wśród form turystyki sportów ekstremalnych wymienić można natomiast m.in. alpinizm, narciarstwo ekstremalne, canoeing, whitewater rafting, hydrospeed, wspinaczkę lodową, nurkowanie, spadochroniarstwo, bungee jumping, desert biking czy loty na paralotniach. Sporty ekstremalne czasem nie są wystarczającą atrakcją dla turystów, również miejsce ich uprawiania musi być „ekstremalnie” wyjątkowe – przykładem są wyjazdy w celu uprawiania *bungee jumpingu* do aktywnych wulkanów w Chile czy nurkowanie w wodach, w których występują rekiny (Floryda). W ostatnim czasie popularnością cieszą się również wyjazdy turystyczne w poszukiwaniu silnych wrażeń i emocji w rejonach arktycznych<sup>20</sup>. Niewątpliwie na popularność turystyki ekstremalnej i sportów ekstremalnych wpływ mają również media, które kreują potrzeby przeżycia silnych wrażeń i emocji<sup>21</sup>, tj. na przykład telewizja – *The Extreme Sports Channel* – pierwszy na świecie kanał telewizyjny w pełni poświęcony uprawianiu sportów i turystyki ekstremalnej oraz stylowi życia im towarzyszącemu; czasopisma i magazyny o tematyce sportów i turystyki ekstremalnej (na przykład polski magazyn „Extremium”); liczne festiwale podróżnicze, górskie, sportów ekstremalnych odbywające się w wielu krajach, w tym także i w Polsce (na przykład Explorers Festival w Łodzi i Festiwal Filmów i Sportów Ekstremalnych „Zajawka” w Gdańsku). Ważnym czynnikiem motywacyjnym są także osoby zawodowo uprawiające sporty ekstremalne, gdyż wspinając się do granic możliwości ludzkiego organizmu, pokonując strach, pokazują szerokiej rzeczy odbiorców, że wszystko jest możliwe i do zdobycia, a ich postawa staje się w pewnym sensie wzorem do naśladowania. Mistrzowie w danych dyscyplinach sportów ekstremalnych wyznaczają zatem nie tylko nowe granice, ale także nowe trendy.

---

<sup>20</sup> J. Berbeka, *Determinanty uprawiania ski touringu w rejonach arktycznych*, [w:] M. Kazimierczak (red.), *Turystyka sportowa – społeczno-kulturowy potencjał i perspektywy rozwoju*, Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu, Poznań 2015.

<sup>21</sup> J. Adamczyk, *Turystyka ekstremalna – popularność i niewykorzystany potencjał*, *Studia i materiały CEPL w Rogowie*, Zeszyt 3 (28)/2011, s. 253-259.

## **Bibliografia:**

- Adamczyk J., *Turystyka ekstremalna – popularność i niewykorzystany potencjał*, Studia i materiały CEPL w Rogowie, Zeszyt 3 (28)/2011, s. 253-259.
- Andrejuk A., *Turystyka aktywna, rekreacyjna i specjalistyczna*, Warszawa 1998, s. 24.
- Berbeka J., *Determinanty uprawiania ski touringu w rejonach arktycznych*, [w:] M. Kazimierczak (red.), *Turystyka sportowa – społeczno-kulturowy potencjał i perspektywy rozwoju*, Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu, Poznań 2015.
- De Knop P., *Touristic Animation - the Difference between Fiction and Reality*, International Seminar and Workshop of Outdoor Education Recreation and Sport Tourism, Wingate Institute, Israel 1987, za: J. Merski, J. Warecka, op. cit., s. 31.
- Durydiwka M., *Definicja i zakres pojęcia „turystyka kwalifikowana (turystyka aktywna)”*, [w:] A. Kowalczyk (red.), *Turystyka zrównoważona*, PWN, Warszawa 2010, s. 249-289.
- Gaworecki W.W., *Turystyka*, Warszawa 2007, s. 60.
- Gibson H., *Active Sport Tourism: Who Participate?*, „Leisure Studies”, 1998, 17, 2, s. 155-179.
- Kosiewicz J., Obodyński K., *Turystyka i rekreacja – wymiary teoretyczne i praktyczne*, Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów 2006, s. 35.
- Łobożewicz T., *Turystyka kwalifikowana*, Wyd. PTTK „Kraj”, Warszawa 1983, s. 13.
- Łobożewicz T., Bieńczyk G., *Podstawy turystyki*, Warszawa 2001, s. 138, 170.
- Merski J., Warecka J., *Turystyka kwalifikowana. Turystyka aktywna*, Warszawa 2009, s. 11, 15, 21.
- Mazurski K.R., *Geneza i przemiany turystyki*, Warszawa 2006, s. 132.
- Oficialski J., *Turystyka ekstremalna - sporty ekstremalne - granice i podziały*, Gdańsk 2008.
- Ruskin H., *Selected Views on Socio-Economics Aspects of Outdoor Recreation and Sport Tourism*, International Seminar and Workshop of Outdoor Education Recreation and Sport Tourism, Wingate Institute, Israel 1987, za: J. Merski, J. Warecka, op. cit., s. 30.
- Siwiński W., *Współczesne problemy turystyki i rekreacji w badaniach empirycznych nauk społecznych*, Warszawa 2007.
- Wojtasik L., Tauber R.D., *Nowoczesna turystyka i rekreacja*, Poznań 2007, s. 76.