

# Uloga biciklizma i pješaćenja u turizmu Istre

---

**Radetić, Roberta**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2023**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Rijeka, Faculty of Tourism and Hospitality Management / Sveučilište u Rijeci, Fakultet za menadžment u turizmu i ugostiteljstvu**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:191:641320>

*Rights / Prava:* [Attribution 4.0 International](#)/[Imenovanje 4.0 međunarodna](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-12-02**



*Repository / Repozitorij:*

[Repository of Faculty of Tourism and Hospitality Management - Repository of students works of the Faculty of Tourism and Hospitality Management](#)



**SVEUČILIŠTE U RIJECI**  
**Fakultet za menadžment u turizmu i ugostiteljstvu,**  
**Sveučilišni diplomski studij**

**Roberta Radetić**

**Uloga biciklizma i pješaćenja u turizmu Istre**

**The role of cycling and hiking in the tourism of Istria**

Diplomski rad

Opatija, 2023.

**SVEUČILIŠTE U RIJECI**  
**Fakultet za menadžment u turizmu i ugostiteljstvu**  
**Sveučilišni diplomski studij**  
**Održivi razvoj turizma**

**Uloga biciklizma i pješčenja u turizmu Istre**  
**The role of cycling and hiking in the tourism od Istria**

Diplomski rad

Kolegij: **Mobilnost u turizmu**

Mentor: **Izv. prof. dr. sc. Nataša KOVAČIĆ**

Student: **Roberta RADETIĆ**

Matični broj: **3691**

Opatija, rujan 2023.



## IZJAVA O AUTORSTVU RADA I O JAVNOJ OBJAVI OBRANJENOG DIPLOMSKOG RADA

**Roberta Radetić**

(ime i prezime studenta)

**3691**

(matični broj studenta)

### **Uloga biciklizma i pješaćenja u turizmu Istre**

(naslov rada)

Izjavljujem da sam ovaj rad samostalno izradila/o, te da su svi dijelovi rada, nalazi ili ideje koje su u radu citirane ili se temelje na drugim izvorima, bilo da su u pitanju knjige, znanstveni ili stručni članci, Internet stranice, zakoni i sl. u radu jasno označeni kao takvi, te navedeni u popisu literature.

Izjavljujem da kao student–autor diplomskog rada, dozvoljavam Fakultetu za menadžment u turizmu i ugostiteljstvu Sveučilišta u Rijeci da ga trajno javno objavi i besplatno učini dostupnim javnosti u cjelovitom tekstu u mrežnom digitalnom repozitoriju Fakulteta za menadžment u turizmu i ugostiteljstvu Sveučilišta u Rijeci.

U svrhu podržavanja otvorenog pristupa diplomskim radovima trajno objavljenim u javno dostupnom digitalnom repozitoriju Fakulteta za menadžment u turizmu i ugostiteljstvu Sveučilišta u Rijeci, ovom izjavom dajem neisključivo imovinsko pravo iskorištavanja bez sadržajnog, vremenskog i prostornog mog diplomskog rada kao autorskog djela pod uvjetima *Creative Commons* licencije CC BY Imenovanje, prema opisu dostupnom na <http://creativecommons.org/licenses/>.

U Opatiji, 8.9.2023.

\_\_\_\_\_  
Potpis studenta

## SAŽETAK

Istra nudi mnogobrojne aktivnosti te uz masovni turizam u posljednja dva desetljeća razvija i oblike selektivnog turizma. Među njima izdvajaju se oblici vezani uz sport i rekreaciju, koji su sve veći trend zbog ubrzanog načina života. Najistaknutiji su cikloturizam i pješčenje, održivi oblici turizma usmjereni na kretanje u prirodi bez prijevoznih sredstava koja su zagađivači okoliša, koji povezuju komponentu zdravlja i zaštite okoliša, pružaju jedinstveni doživljaj u destinaciji, te su pomalo istraživačkog i adrenalinskog karaktera, budući uključuju prirodne ljepote, povijest i kulturu, gastronomiju i rekreaciju u turistički doživljaj. Cikloturisti i turisti skloni pješčenju pridonose produženju turističke sezone te su važni istarskoj regiji koja nudi mnoge personalizirane doživljaje i time postaje poželjna destinacija i izvan glavne turističke sezone. Povoljna klima daje komparativnu prednost Istri u razvoju aktivnog turizma u predsezoni i posezoni, te uz manifestacije i infrastrukturu, zaokružuju glavne motive dolaska cikloturista i pješčkih turista u destinaciju koja se odlikuje raznovrsnošću prirodnih, kulturnih i gastronomskih elemenata ponude.

**Ključne riječi:** cikloturizam, pješčki turizam, Istra, aktivni oblici turizma, produženje turističke sezone

## ABSTRACT

Istria offers numerous activities and, in addition to mass tourism, it has been developing forms of selective tourism in the last two decades. Among them, forms related to sports and recreation stand out, which are an increasing trend due to the accelerated lifestyle. The most prominent are cycle tourism and hiking, sustainable forms of tourism focused on movement in nature without means of transport that pollute the environment, which connect the component of health and environmental protection, provide a unique experience in the destination, and have a somewhat exploratory and adrenaline character, since they include natural beauty, history and culture, gastronomy and recreation into a tourist experience. Cyclists and tourists inclined to walk contribute to the extension of the tourist season and are important to the Istrian region, which offers many personalized experiences and thus becomes a desirable destination even outside the main tourist season. The favorable climate gives Istria a comparative advantage in the development of active tourism in the pre-season and post-season, and in addition to events and infrastructure, they round off the main reasons for the arrival of cycle tourists and pedestrian tourists in a destination characterized by a variety of natural, cultural and gastronomic elements on offer.

**Keywords:** cycle tourism, pedestrian tourism, Istria, active forms of tourism, extension of the tourist season

# Sadržaj

<b>Uvod</b>	1
<b>1. Istra kao turistička destinacija aktivnog turizma</b>	3
1.1. Selektivni oblici turizma u Istri	3
1.2. Popularne turističke destinacije u Istri	6
1.3. Sportsko - rekreacijski turizam Istre s naglaskom na pješaćenje i biciklizam	9
<b>2. Biciklistički turizam u Istri</b>	14
2.1. Preduvjeti za razvoj biciklizma u području Istre	14
2.1.1. Infrastruktura cikloturizma u Istri	18
2.1.2. Manifestacije važne za razvoj cikloturizma u Istri	21
2.2. Strateški dokumenti utjecajni za razvoj cikloturizma u Istri	23
<b>3. Pješaćenje u turizmu Istre</b>	29
3.1. Preduvjeti za razvoj pješaćkog turizma u Istri	29
3.1.1. Infrastruktura pješaćkog turizma u Istri	32
3.1.2. Manifestacije koje utječu na razvoj pješaćkog turizma u Istri	36
3.2. Strateški dokumenti za razvoj pješaćkog turizma u Istri	37
<b>4. Osviještenost o važnosti cikloturizma i pješaćkog turizma za produljenje turističke sezone</b>	40
4.1. Opis istraživanja	40
4.2. Rezultati istraživanja	41
4.3. Preporuke za unapređenje biciklističkog i pješaćkog turizma u Istri	53
<b>Zaključak</b>	55
<b>Bibliografija</b>	57
Popis ilustracija	60

## Uvod

Istra je poznata je po svojoj kulturnoj baštini, bogatoj povijesti, povoljnoj mediteranskoj klimi, geografskom položaju, prekrasnoj prirodi i krajolicima te bogatim sadržajima. Današnji trendovi životnog stila potaknuli su sve veću svijest o važnosti zdravog načina života, što je rezultiralo naglim razvojem sportskog turizma kao oblika selektivnog putovanja. U tom kontekstu, pješački i biciklistički turizam, poznati i kao cikloturizam, bilježe iznimno brz rast u posljednjem desetljeću. Budući da se sve više pažnje polaže na produljenje turističke sezone potrebno je imati dodatne sadržaje kako bi se privuklo turiste i izvan glavne turističke sezone. U tom smjeru pridaje se pažnja sve učestalijim organizacijama manifestacija kao što su biciklističke utrke, vođene pješačke ture sa određenom tematikom, a sve to obogaćeno bogatom gastronomskom ponudom tog područja. Istra ima tendenciju razvoja masovnog obalnog turizma, no sve više se ide u smjeru istraživanja i bogate ponude tzv. zelene Istre i privlačenja turista u središnju Istru. Istra nudi preko sto pješačkih i biciklističkih staza koje se iz godine u godinu uređuju i rade nove.

Biciklizam i pješačenje, kao održive i ekološki osviještene aktivnosti, postali su ključni elementi turizma Istre. Ovi oblici rekreacije omogućuju posjetiteljima da istraže skrivene kutke ove regije, udaljenije od uobičajenih turističkih ruta. Svojim sporim tempom, biciklizam i pješačenje omogućuju dublje uranjanje u okoliš, stvarajući autentične trenutke interakcije s lokalnim stanovništvom i prirodom. S više od stotinu pješačkih i biciklističkih staza koje se kontinuirano uređuju i proširuju iz godine u godinu, Istra nudi raznolike mogućnosti za istraživanje prirodnih ljepota i kulturne baštine regije. Uloga biciklizma i pješačenja u turizmu Istre također ima pozitivan utjecaj na lokalnu ekonomiju. Razvoj infrastrukture za ove aktivnosti - biciklističkih staza, označenih pješačkih ruta, iznajmljivanje bicikala i slično - potiče rast malih poduzetnika, restorana, smještajnih kapaciteta te drugih usluga usmjerenih prema posjetiteljima. Stoga biciklizam i pješačenje predstavljaju neizostavan dio turističkog iskustva Istre.

*Problem istraživanja* u ovom diplomskom radu veže se uz ograničenja napretka cikloturizma i pješačenja u Istri zbog ideje da imaju izuzetni potencijal produljiti turističku sezonu, zbog čega je učinjena analiza trenutnog stanja. U tom kontekstu definiran je i *predmet istraživanja* ovog rada koji istražiti koliko je Istra privlačena pješačkim turistima i cikloturistima izvan glavne turističke sezone na osnovu svoje ponude manifestacija, biciklističkih utrka, vođenih tematskih pješačkih i biciklističkih tura.



Ovaj istraživački rad postavlja fokus na izuzetnu važnost pješaćenja i cikloturizma kao ključnih elemenata održivosti te strategije brendiranja Istre kao destinacije idealne za ovu specifičnu vrstu turizma. Kroz primarno istraživanje, koje se usmjerilo na stavove i percepcije privatnih iznajmljivača, koji su izravno povezani s turistima ovog tipa, istražuje se kako ove aktivnosti doprinose održivom razvoju regije te kako se reflektiraju na percepciju Istre kao turističke destinacije. Analizirajući njihove odgovore, istraživanje istražuje kako se njihova suradnja s pješačkim i biciklističkim turistima odražava na percepciju Istre te na koji način ove aktivnosti doprinose održivosti regije. Brendiranje Istre kao destinacije pogodne za pješaćenje i cikloturizam ne samo da privlači specifičan profil putnika već i promovira odgovorni turizam, stvarajući pozitivan utjecaj na zajednicu i prirodu.

Temeljem definiranog cilja i svrhe istraživanja moguće je determinirati *temeljnu hipotezu rada*:

H0: cikloturizam i pješaćenje produljuju turističku sezonu ukoliko ih prati ponuda destinacije u vidu infrastrukture za kretanje, osnovnih turističkih sadržaja i dopunske specifične usluge.

*Svrha istraživanja* je istražiti ima li Istra svu potrebnu infrastrukturu za razvoj biciklističkog i pješačkog turizma. U tom kontekstu *ciljevi istraživanja* orijentirani su na definiciju aktualnog stanja cikloturizma i pješaćenja u Istri, kao i percepcije turista (indirektno) o egzistenciji ovog oblika turizma te potencijalima njihova unapređenja.

*Korištene metode* u provedenom istraživanju su: metoda sinteze, metoda komparacija, induktivna metoda, metoda analize, deskriptivna obrada statističkih podataka dobivena anketnim upitnikom.

*Struktura rada* sastoji se od šest poglavlja. Nakon uvodnog dijela, u drugom poglavlju je opisana Istra kao turistička destinacija aktivnog turizma, sa naglaskom na selektivne oblike turizma, atraktivne istarske turističke destinacije te prikaz sportsko – rekreacijskog turizma. Treće poglavlje obrađuje biciklistički turizam u Istri sa naglaskom na preduvjete za njegov razvoj, prikaz aktivnog cikloturizma u Istri te plan njegova razvoja. U četvrtom poglavlju opisano je pješaćenje i njegova uloga u turizmu Istre, s prikazom vrsta pješaćenja, pješačkim stazama i uvjetima za razvoj pješačkog turizma u Istri. Peto poglavlje odnosi se na primarno istraživanje o razvijenosti cikloturizma te pješačkog turizma i njihovu značaju u turizmu Istre. U zaključku je dan pregled istražene teme te su sumirani rezultati istraživanja.

# 1. Istra kao turistička destinacija aktivnog turizma

U posljednjim desetljećima, turizam je doživio značajne promjene uslijed sve veće potrebe suvremenih putnika za autentičnim iskustvima, održivim pristupom i tjelesnom aktivnošću tijekom putovanja. U tom kontekstu, destinacije koje nude mogućnosti za aktivni turizam - poput pješaćenja, biciklizma i drugih oblika rekreacije - postaju sve traženije među putnicima koji žele istražiti prirodne ljepote, kulturu i lokalnu zajednicu na aktivan i duboko povezan način.

Jedna destinacija za aktivni turizam je Istra, hrvatski poluotok na sjeverozapadu Jadranskog mora. Ono što ističe Istru kao iznimno poželjnu destinaciju za aktivni turizam je njezina sposobnost prilagodbe suvremenim trendovima putovanja te stvaranja iskustava koja udovoljavaju željama suvremenih putnika. Ovo poglavlje dublje istražuje Istru kao turističku destinaciju za aktivni turizam, analizirajući njezine prirodne resurse, infrastrukturu, te raznovrsne aktivnosti koje privlače putnike željne istraživanja i fizičke aktivnosti. Osim toga, razmotrit će se i uloga aktivnog turizma u održivom razvoju Istre te kako ova vrsta turizma doprinosi brendiranju regije kao destinacije koja promovira odgovorni turizam i interakciju s lokalnom kulturom. Kroz analizu podataka, istraživanje će osvijetliti kako se Istra prilagodila promjenama u putničkim preferencijama te kako je postala atraktivno odredište za sve one koji žele istraživati, kretati se i doživjeti regiju na aktivan i angažiran način.

## 1.1. Selektivni oblici turizma u Istri

U prošlosti, turizam je uglavnom temeljen na masovnosti, a njegov razvoj bio je usmjeren na ponudu sunca, mora i zimskih radosti. Međutim, suvremeni turizam sve više prepoznaje potrebe individualnih putnika, što rezultira razvojem alternativnih oblika turizma, poznatih kao selektivni oblici. U svjetlu tog razvoja, pojavljuje se koncept alternativnog turizma kao kontrasta masovnom turizmu, te kroz kvalitetne strukturne promjene unapređuje turističku ponudu (Čorak, 2006). Ovaj pristup stavlja naglasak na motivaciju putnika, gdje destinacije ciljaju na zadovoljavanje njihovih individualnih potreba.

Selektivni oblici turizma proizašli su kao reakcija na širok raspon pozitivnih i negativnih učinaka turizma. U tom kontekstu, identificirano je šest ključnih elemenata koji karakteriziraju razvoj selektivnih oblika turizma, a ti simboli su bijeg (*escape*), obrazovanje (*education*),

ekologija (*ecology*), zabava (*entertainment*), uzbuđenje (*excitement*) i doživljaj (*experience*) (Vitasović, 2014).

Ovaj suvremeni pristup turizmu prepoznaje individualne potrebe i interese putnika, te potiče razvoj destinacija usmjerenih na pružanje jedinstvenih i personaliziranih iskustava. Time se naglašava potreba za raznolikim doživljajima koji nadmašuju tradicionalne oblike turizma i stvaraju dublju povezanost između putnika, lokalne kulture i prirodnog okruženja.

Selektivni turizam predstavlja suprotnost masovnom turizmu i sve više postaje preferirani oblik putovanja među suvremenim putnicima. Ovi putnici često biraju putovanja samostalno ili u malim organiziranim grupama, smatrajući da na taj način mogu bolje iskoristiti turističku ponudu i dobiti više vrijednosti za svoj uloženi novac. Osim boravka na određenoj destinaciji, njihov cilj je ostvariti dublji kontakt s lokalnim stanovništvom i njihovom tradicijom, stvarajući time nova iskustva i obogaćujući vlastitu kulturu (Geić, 2011).

U srcu selektivnog turizma nalazi se želja za autentičnim doživljajem. Sudionici ovih putovanja su često lokalni stanovnici koji posjeduju obiteljska imanja ili mali hoteli. Njihova težnja je pružiti turistima ne samo ugodan smještaj već i mogućnost da dožive lokalnu atmosferu, običaje i način života. Ovaj pristup omogućava putnicima da iz prve ruke dožive destinaciju, što rezultira nezaboravnim turističkim iskustvom. Autor Luković (2007) naglašava da je istraživanje selektivnih oblika turizma ključno te da turistička ponuda treba biti prilagođena kako bi zadovoljila individualne želje putnika. Selektivni turizam predstavlja pomak u percepciji putovanja, naglašavajući jedinstvenost i interakciju s lokalnom kulturom, te promičući dublje i značajnije turističko iskustvo.

Istra, najveći poluotok Hrvatske, ističe se svojim iznimno povoljnim geografskim položajem uz obalu te postepenim napretkom turizma na ovom području. Regija se može pohvaliti očuvanom ekološkom svijesti lokalnog stanovništva i naglašenim odnosom odgovornom ponašanju prema okolišu. Ovdje se susreće bogata biološka raznolikost flore i faune, dodatno naglašavajući ekološki uzgoj poljoprivrednih proizvoda i druge ekonomske djelatnosti koje značajno pridonose razvoju istarskog turizma. S takvim karakteristikama, Istra se gotovo čarobno transformirala iz *terra incognita* (Hrvatska turistička zajednica, 2020), postajući predvodnik regionalnog razvoja. Istra je postala primjerom uspješnosti u turizmu, zahvaljujući autentičnim agroturističkim modelima i dobro uspostavljenom obalnom turizmu u gradovima poput Pule, Rovinja, Poreča, Umaga i Novigrada (Hrvatska turistička zajednica, 2020). Gradovi poput Rovinja, Poreča, Umaga, Pule i Rapca postali su svjetski prepoznate destinacije zahvaljujući razvoju turističkih strategija i investicijama u promociju imidža, vizualnog identiteta i brendiranje destinacija.

Posljednjih 50 godina, ovakav razvoj turizma u Istri rezultirao je razvojem selektivnih oblika turizma. Gostima se nudi personalizirana ponuda koja uključuje raznolike smještajne mogućnosti te atraktivnosti kulturne, sportske, rekreativne baštine. U Istri se kao najznačajniji selektivni oblici turizma mogu istaknuti kulturni turizam, ekoturizam i gastronomski turizam (Kocković, 2005). U posljednjim desetljećima, svijest o važnosti očuvanja prirode i okoliša postala je ključna tema u globalnom razvoju, a ekoturizam je postao vitalan pristup koji spaja turističko iskustvo s očuvanjem prirodne ljepote. U tom kontekstu, Istra je postala istaknuti primjer transformacije, kombinirajući svoju bogatu kulturnu baštinu s očuvanim ekosustavima te promovirajući održiv i odgovoran turizam. Istra je prepoznala da uspješan razvoj ekoturizma zahtijeva više od samo prekrasnih prirodnih resursa. To uključuje edukaciju lokalne zajednice, implementaciju održivih praksi te promicanje svijesti kod posjetitelja (Klarić i Gatti, 2006).

Istra također promiče aktivni ekoturizam kroz razne sportske i rekreativne aktivnosti koje povezuju posjetitelje s prirodom. Pješaćenje, biciklizam, planinarenje te nautički sportovi omogućuju gostima da istraže netaknute prirodne ljepote, potičući ljubav prema prirodi i svjesnost o njenom očuvanju. Razvoj eko-turizma u Istri je rezultat strateškog pristupa očuvanju prirode i promicanju održivih praksi. Integriranje lokalne zajednice, posjetitelja i prirode omogućuje stvaranje sinergije koja donosi koristi svima.

Kulturni turizam u Istri također uključuje manifestacije, festivali i događaje koji slave lokalnu kulturu i umjetnost. Film, glazba, gastronomija i folklorni događaji obogaćuju iskustvo posjetitelja, omogućujući im da se povežu s lokalnim životom i tradicijom. Umjetničke galerije, muzeji i ateljei nude dublji uvid u suvremenu i tradicionalnu umjetnost Istre. Prenoseći vizualnu i kreativnu raznolikost ovog kraja, ovi centri omogućavaju gostima da cijene umjetničko nasljeđe i suvremene izraze (Geić, 2011).

Gastronomija Istre istaknula se kao ključna komponenta njezine turističke privlačnosti. Ova dimenzija postala je neizostavni dio turističke ponude Istre. *Master plan Istarske županije za razdoblje 2015. - 2025.* prepoznao je gastroturizam kao ključni segment, posebice u središnjoj Istri, gdje se održavaju najvažnije gastronomske manifestacije koje privlače turiste. Gastroturizam Istre posjeduje nekoliko ključnih karakteristika koje ga čine prepoznatljivim (Master plan turizma Istarske županije 2015. - 2025., 2015): duboko ukorijenjeni tradicionalni način života, uživanje u bogatstvu istarske gastronomije, istraživanje unutrašnjosti Istre te njezinih prirodnih ljepota, te povezivanje s kulturno-povijesnom baštinom putem ukusnih jela tradicionalne istarske kuhinje.

Unatoč postignutim uspjesima, Istra još uvijek nema potpunu raznolikost turističkih odredišta. Ovaj nedostatak je prepoznat kao razvojni problem koji zahtijeva strateške

intervencije kako bi se otklonio i kako bi se naglasio razvoj pojedinačnih destinacija koje će privlačiti turiste u budućnosti. Brz razvoj turističkih proizvoda u Istri, poput kulturnog, ljetnog, kongresnog, zdravstvenog i nautičkog turizma, privukao je ciljane skupine turista koji se temelje na svojim individualnim potrebama, interesima i preferencijama. To je rezultiralo Istrom kao destinacijom koja uspješno zadovoljava različite zahtjeve turista s različitim motivima za posjet.

## 1.2. Popularne turističke destinacije u Istri

Istra, poznata po svojoj raznolikosti, nudi niz atraktivnih turističkih destinacija koje zadovoljavaju različite interese i preferencije posjetitelja. U 2022. godini Istra je ostvarila značajne i uspješne turističke pokazatelje u smislu turističkog rasta i napretka sa 27,7 milijuna noćenja (Tablica 1), što je značilo povratak turista nakon pandemije Covid-19. Vidljiv je znatan postotak povećanja noćenja u 2022. godini, za čak 27% u odnosu na 2021. godinu.

**Tablica 1.** Dolasci i noćenja domaćih i stranih gostiju 2021. i 2022. godine.

	<b>Dolasci 2021.</b>	<b>Noćenja 2021.</b>	<b>Dolasci 2022.</b>	<b>Noćenja 2022.</b>
<b>Strani turisti</b>	3 052 610	20 704 465	4 210 9520	26 558 680
<b>Domaći turisti</b>	319 471	1 029 654	372 962	1 131 746
<b>Ukupan broj</b>	3 372 081	21 734 119	4 583 914	27 690 426

Izvor: Izrada autorice prema podacima sa službene stranice državnog zavoda za statistiku, <https://dzs.gov.hr/>

Neki od najpoznatijih turističkih gradova u Istri na obalnom području su Pula, Fažana, Rovinj, Poreč, Vrsar, Umag i Rabac. Što se tiče unutrašnjosti prepoznatljivi su Motovun, Oprtalj, Grožnjan, Pazin te Hum.

Pula je najveći grad u Istri smješten na jugozapadnom djelu istarskog poluotoka, površine 51.65km<sup>2</sup>. Broji ukupno 52220 stanovnika po zadnjem službenom popisu stanovnika iz 2021.godine (Grad Pula, 2023). Pula je poznata po svojoj dobro očuvanoj antičkoj Areni, koja je jedan od najbolje sačuvanih rimskih amfiteatara. Pula je također kulturno središte, s muzejima, festivalima i živahnim noćnim životom. Turistička destinacija Pula nezaobilazna je pri posjetu Istarskoj županiji zbog svoje duge povijesti te bogate kulturno-povijesne baštine. Turisti najčešće posjećuju grad zbog poznatog amfiteatra Arena koji se smatra jednim od najočuvanijih rimskih amfiteatara u svijetu. Pula je grad koji ima veliki broj događanja, posebno

tijekom ljetnih mjeseci, te se tada odvijaju mnogobrojne manifestacije koje privlače mnoge turiste. Fažana je poznato turističko mjesto koje se nalazi nedaleko od Pule, a njenoj popularnosti u turističkom pogledu pridonijelo je Brijunsko otočje tj. Nacionalni park Brijuni do kojeg se može doći brodom iz Fažane.

Rovinj se nalazi na zapadnoj obali Istre s površinom 88 km<sup>2</sup> te obuhvaća četrnaest otočića i šest hridi (Grad Rovinj, 2023). Jedno je od najpoznatijih istarskih odredišta. S njegovim uskim ulicama, šarenim kućama i Crkvom sv. Eufemije, Rovinj je magnet za umjetnike, fotografe i zaljubljenike u kulturno nasljeđe. Najpoznatiji otoci su Sv. Andrija, tzv. Crveni otok, i Sv. Katarina, koji su vrlo atraktivni za posjet turista. Od svih destinacija u Istri Rovinj nudi najvišu razinu smještaja u hotelima s pet zvjezdica te ima najviše ostvarenih noćenja u 2022. godini s čak 4,1 milijuna noćenja (Hrvatska turistička zajednica, 2022).

Grad Poreč jedno je od najvećih turističkih središta u Hrvatskoj. U njemu se danas nalaze neke od najvažnijih turističkih tvrtki, a to su *Plava laguna d.d.* i *Valamar Riviera d.d.* kojima je tu sjedište. Najpoznatiji kulturno-povijesni spomenik u Poreču je Eufrazijeva Bazilika koja je 1997. godine upisana na popis svjetske baštine UNESCO-a.

Vrsar je smješten na samom ulazu u Linski zaljev na zapadu Istre. Njegova starogradska jezgra smještena je na brežuljku i pruža prekrasan pogled na marinu. Turisti željni adrenalina imaju priliku skakati s padobranom ili se uključiti u akrobatsko letenje na sportskom aerodromu u Vrsaru.

Umag se nalazi na sjeveru Istre. Umag je često povezan s nautičkim turizmom i teniskim turnirima, kao što je *Umag Open*. Osim toga, ovo obalno odredište ima lijepu šetnicu uz more, atraktivne plaže i mnogo mogućnosti za sportske aktivnosti. Posebno je poznat kao domaćin ATP teniskog turnira, te je sportski centar Istre koji ugošćuje mnoge sportaše. Umag je poznat po najdužim pješačkim i biciklističkim stazama koje se protežu od *Kampa Park Umag* i vode do svjetionika u Savudriji.

Rabac je najveće turističko središte na istočnoj obali Istre. Smješten je blizu srednjovjekovnog grada Labina koji ima bogatu povijest i kulturno nasljeđe.

Motovun je atraktivna turistička destinacija smještena na brežuljku koja se nalazi na *UNESCO World Heritage* pristupnoj listi, te se u njegovoj starogradskoj jezgri nalazi čak 26 zaštićenih spomenika kulture. Ova srednjovjekovna brdovita utvrda poznata je po svojoj autentičnosti i čarobnom okolišu. *Motovun Film Festival* privlači ljubitelje filmske umjetnosti, dok je sam grad poznat po tartufima i vrhunskim restoranima. Do glavnog gradskog trga vodi najduže istarsko stepenište sa 1052 stepenice što je posebna atrakcija za turiste. Oprtalj je nekad bio utvrda okružena zidinama u unutrašnjosti Istre, smješten na brežuljku u blizini Motovuna.

Grožnjan je mali gradić u unutrašnjosti Istre od velikog kulturnog značaja, gdje se u toku ljetnih mjeseci održavaju likovne, plesne i dramske radionice, gdje dolaze sudionici iz čitavog svijeta, a zbog čega ga nazivaju gradom umjetnosti.

Pazin se nalazi u središnjoj Istri i središte je Istarske županije. Smješten je nad krškim ponorom Pazinske jame iz kojeg izvire rijeka Pazinčica. Upravo iznad Pazinske jame nalazi se glavna atrakcija za turiste željne adrenalina, a to su *zip line* i *bungee jumping*. Krasi ga srednjovjekovna utvrda, a to je Kaštel koji je uz Pazinsku jamu bio inspiracija u pisanju mnogih poznatih književnika poput Dantea, Vernea i Nazora.

Hum je „najmanji grad na svijetu“ kojeg su prema legendi izgradili divovi. Smješten je u blizini Buzeta koji slovi kao grad tartufa. Poznata je *Alea glagoljaša* koja se prostire od mjesta Roč prema Humu. Također, u Humu se održava poznata *Smotra rakija*.

**Tablica 2.** Dolasci i noćenja u najznačajnijim destinacijama Istre u 2022. godini

	<b>Turistička zajednica</b>	<b>Dolasci</b>	<b>Noćenja</b>	<b>%</b>
1	Fažana	147 607	1 113 080	5,58
2	Funtana	280 903	1 954 089	9,8
3	Labin	229 706	1 299 622	6,52
4	Novigrad	231 030	1 295 822	6,5
5	Poreč	613 122	3 428 228	17,19
6	Pula	404 821	2 010 167	10,08
7	Rovinj	709 454	4 225 104	21,19
8	Umag	516 310	2 846 840	14,27
9	Vrsar	230 940	1 770 534	8,88
	<b>Ukupno</b>	<b>3 363 893</b>	<b>19 943 486</b>	100

Izvor: Izrada autorice prema podacima sa službene stranice Državnog zavoda za statistiku, dostupno na <https://dzs.gov.hr/>, pristupljeno 09.08.2023.

Iz tablice 2 je vidljivo kako se najveći broj dolazaka i noćenja u Istri ostvaruje u njezinim obalnim destinacijama, od kojih dominiraju Funtana, Poreč, Pula i Rovinj. Turisti u Istri u manjoj mjeri biraju boravak u kontinentalnoj Istri, posebice po ljeti, kada su primarno orijentirani na obalni dio. Istarske destinacije privlače putnike iz cijelog svijeta. Dolasci u Istru predstavljaju priliku za upoznavanje autentičnog mediteranskog života, uživanje u bogatoj kulturi i istraživanje prekrasnih prirodnih ljepota. Bez obzira na interese i želje, Istra nudi širok raspon iskustava.

### **1.3. Sportsko - rekreacijski turizam Istre s naglaskom na pješaćenje i biciklizam**

Istra je jedna od najrazvijenijih turističkih regija u Hrvatskoj u kojoj se posljednjeg desetljeća sve više razvijaju selektivni oblici turizma, u koje spada i sportsko-rekreacijski turizam. Rekreacija i sport postali su nezaobilazan sadržaj boravka turista i jedan od glavnih motiva za putovanje u destinaciju. Današnji način života uz ubrzani tempo i nedovoljno kretanje dovodi do potrebe za aktivnim odmorom. Istra nudi mnoge sportsko-rekreacijske sadržaje, a to su: pješaćenje, biciklizam, aktivnosti na vodi (kao što su surfanje, ronjenje, jedrenje, kajaking), lov i ribolov, zatim razni adrenalinski sportovi, jahanje, tenis, golf, odbojka na pijesku i drugi. Pješaćke staze i veliki broj biciklističkih staza osnova su bavljenja aktivnostima na koje se fokusira ovaj diplomski rad.

Brzi tehnički i tehnološki napredak uzrokovao je zanemarivanje fizičkih aktivnosti, nastavno na koji se posljednjih godina osvještava potreba za zdravijim načinom života. Danas su oblici rekreativnih aktivnosti u prirodi u porastu jer su tempo i način života stresni. Turisti su sve više u potražnji za aktivnim, a njihove potrebe može zadovoljiti upravo sportsko-rekreacijski turizam sa svim svojim komponentama. Istra je prirodno sadržajna raznolikim terenima, od obala i zaljeva do šuma i brdovitih predjela. Ova raznolikost omogućuje razvoj široke palete sportskih i rekreacijskih aktivnosti koje se protežu od vodenih sportova do planinarenja i biciklizma. Razvoj infrastrukture i sadržaja za sportsko-rekreacijske aktivnosti potiče posjetitelje da se upuste u aktivan odmor koji istražuje prirodnu ljepotu i promiče zdrav način života.

U svijetu koji se brzo mijenja i gdje su zahtjevi modernog života često neizbježni, pješaćenje i biciklizam sve više postaju ne samo popularni načini rekreacije, već i ozbiljni trendovi usmjereni prema zdravijem načinu života. Ovi jednostavni, ali učinkoviti oblici tjelesne aktivnosti postaju izbor mnogih ljudi koji prepoznaju vrijednost brige o vlastitom fizičkom i mentalnom zdravlju.

Pješaćenje je najosnovniji oblik kretanja koji je svima dostupan. Hodanje kroz prirodu, gradove ili parkove ne samo da aktivira tijelo, već i omogućava potpuno opuštanje uz bavljenje fizičkom aktivnošću. Jednostavna gesta hodanja može imati duboki utjecaj na mentalno blagostanje, potičući osjećaj smirenosti i povezanosti s okolinom (WHO, 2022). Osim toga, pješaćenje nudi mnoge zdravstvene prednosti. Redovito pješaćenje može poboljšati kardiovaskularno zdravlje, pomoći u održavanju zdrave tjelesne težine, jačati mišiće i kosti te



smanjiti rizik od kroničnih bolesti poput dijabetesa i visokog krvnog tlaka. Pješaćenje također potiče bolju cirkulaciju krvi i pomaže u prevenciji stresa i anksioznosti.

U doba pandemije Covid-19 ljudi su počeli sve češće odlaziti u prirodu. Planinarenje i *trekking* su drugi aspekti sportsko-rekreacijskog turizma koji su se razvili u Istri. Unutrašnjost regije nudi prirodne (planinarske) staze koje vode kroz netaknute prirodne resurse. Osim toga, Istra je domaćin različitih sportskih događaja i natjecanja. Ovi događaji ne samo da promiču sportsku ponudu Istre, već i potiču turiste da se uključe u aktivnosti u području.

Biciklizam je još jedan trend zdravog načina života koji je doživio veliki porast popularnosti. Vožnja bicikla nije samo sjajan način da se istraže okolne ljepote, već i izuzetno efikasna fizička aktivnost (Heinen, 2022). Biciklizam aktivira velik broj mišića u tijelu, posebno donji dio tijela, i pomaže u sagorijevanju kalorija. Jedna od ključnih prednosti biciklizma je njegova prilagodljivost. Može se prilagoditi različitim razinama kondicije i mogućnostima. Od lagane vožnje po ravninama do zahtjevnih brdskih staza, svatko može pronaći svoj ritam i izazov. Biciklizam također ima pozitivan utjecaj na okoliš. Koristeći bicikl umjesto automobila, smanjuje se emisija štetnih plinova i doprinosi očuvanju prirode.

Cikloturizam se kao oblik sportsko-rekreacijskog turizma se razvija u skladu s održivošću turizma, kao i pješaćenje. Može biti isključivo rekreativnog karaktera, ili može biti zahtjevan sport. Sve veći značaj dobiva kao oblik rekreativnog turizma, koji privlači novi segment turista koji destinaciju doživljavaju na jedan poseban način. Jedna od ključnih atrakcija sportsko-rekreacijskog turizma u Istri je biciklizam. Otok je prepleten mrežom biciklističkih staza različitih težina i profila, pružajući mogućnosti za istraživanje slikovitih krajolika, sela i obalnih predjela. Od adrenalinskih staza za brdski biciklizam do obiteljskih ruta, Istra zadovoljava sve razine iskustva (Brščić, et al., 2019).

Osim fizičkih prednosti, pješaćenje i biciklizam također potiču socijalnu interakciju. Grupno pješaćenje i vožnja bicikla stvaraju priliku za povezivanje s drugima, dijeljenje iskustava i razmjenu motivacije (WHO, 2022). Ovaj društveno aspekt također doprinosi povećanju zadovoljstva i radosti u aktivnostima. Pješaćenje i biciklizam predstavljaju put prema zdravijem načinu života, gdje se fizička aktivnost integrira u svakodnevni ritam (Heinen, 2022).

Sportsko-rekreacijski turizam u Istri donosi mnoge prednosti i prilike, ali također nosi i određene nedostatke i izazove. Pregled prednosti i nedostataka sportsko-rekreacijskog turizma u Istri definirali su Brščić, et al. (2019; 2021) u svojim studijama o potencijalima i strategiji razvoja cikloturizma u Istri te će isti biti opisani u nastavku.

Prednosti sportsko-rekreacijskog turizma u Istri su sljedeće:

- Raznolikost aktivnosti: Istra nudi širok raspon sportskih i rekreacijskih aktivnosti, što privlači različite profile posjetitelja. Od planinarenja i biciklizma do vodenih sportova i planinarenja, svatko može pronaći nešto što odgovara njihovim interesima.
- Diversifikacija turističke ponude: Razvoj sportsko-rekreacijskog turizma diversificira turističku ponudu Istre. Ovo omogućava privlačenje novih skupina turista i smanjenje sezonske ovisnosti, čime se produljuje turistička sezona.
- Promocija zdravog načina života: Sportsko-rekreacijski turizam potiče posjetitelje da budu fizički aktivni i brinu se o svom zdravlju. To može pozitivno utjecati na svijest i navike gostiju te promovirati zdraviji način života.
- Razvoj infrastrukture: Potreba za sportskim objektima, stazama, cestama i smještajem potiče investicije u infrastrukturu. Ovo dovodi do poboljšanja kvalitete života lokalnog stanovništva i stvara radna mjesta.
- Ekonomski doprinos: Sportsko-rekreacijski turizam donosi ekonomske koristi regiji. Posjetitelji troše na smještaj, hranu, rekreacijske aktivnosti i druge usluge, čime se potiče lokalna ekonomija.

Sportsko-rekreacijski turizam u Istri ima izuzetne prednosti koje doprinose privlačnosti ove regije kao turističke destinacije. Istra se ističe kao idealno mjesto za ljubitelje sporta, rekreacije i aktivnog odmora iz nekoliko ključnih razloga. Raznolikost terena omogućava raznolike sportske aktivnosti, bilo da se radi o planinarenju, biciklizmu, trčanju ili vodnim sportovima. To omogućava posjetiteljima da odaberu aktivnosti koje odgovaraju njihovim interesima i tjelesnoj pripremljenosti. Blaga mediteranska klima čini Istru idealnim mjestom za sportske aktivnosti tijekom većeg dijela godine. Ovo omogućava produženi sportski rekreacijski turizam, gdje posjetitelji mogu uživati u vanjskim aktivnostima bez ekstremnih vremenskih uvjeta. Sportske manifestacije i događaji privlače ljubitelje sporta iz cijelog svijeta, pridonoseći gospodarskom rastu regije. Osim što pruža gostima priliku da istraže prekrasne pejzaže, ova vrsta turizma doprinosi i općem blagostanju te promiče zdravu životnu filozofiju. Sportsko-rekreacijski turizam u Istri podupire održivi razvoj. Sve navedene prednosti čine Istru atraktivnom destinacijom iznimno privlačnom za sve one koji žele spojiti sport i rekreaciju s ostalim elementima prirodne, kulturne i eno-gastronomске ponude.

Nedostaci sportsko-rekreacijskog turizma u Istri su sljedeći:

- Sezonska ovisnost: Iako sportsko-rekreacijski turizam može produljiti sezonu, još uvijek postoji sezonska ovisnost. Većina aktivnosti privlačnija je tijekom toplijih mjeseci, što može uzrokovati neravnotežu u prihodima.
- Održivost i zaštita okoliša: Intenzivna sportska aktivnost može imati negativan utjecaj na okoliš, uključujući eroziju tla, onečišćenje voda i narušavanje ekosustava. Stoga je ključno uskladiti turizam s principima održivosti.
- Konflikti s lokalnim stanovništvom: Povećana potražnja za infrastrukturom i smještajem može dovesti do konflikata između turista i lokalnog stanovništva. Prekomjerna izgradnja može narušiti tradicionalni izgled i karakter destinacije.
- Konkurencija i pritisak na resurse: Povećanje broja sportskih događanja i natjecanja može uzrokovati konkurenciju za resurse poput smještaja, cesta i sportskih objekata, što može dovesti do povećanja cijena i gužvi.
- Ovisnost o vremenskim uvjetima: Aktivnosti sportsko-rekreacijskog turizma često ovise o povoljnim vremenskim uvjetima. Loše vrijeme ili sezonski vremenski uvjeti mogu utjecati na planiranje i zadovoljstvo posjetitelja.

Iako sportsko-rekreacijski turizam u Istri nudi mnoge prednosti, važno je prepoznati i neke nedostatke koji se mogu pojaviti u vezi s ovom vrstom turizma. Prvi nedostatak može biti vezanost uz glavnu turističku sezonu. Iako mediteranska klima omogućava sportske aktivnosti tijekom većeg dijela godine, ipak postoji period nižeg turističkog interesa kada su vremenski uvjeti manje pogodni za neke aktivnosti. Ovo može rezultirati sezonskim fluktuacijama u posjećenosti i prihodima, što može predstavljati izazov za održavanje stabilnog poslovanja ponuđača usluga vezanih uz sportsko-rekreacijsku ponudu. Drugo, infrastruktura i resursi mogu biti ograničavajući faktor, jer ponekad na razini mikrodestinacija ili čitave regije nedostaju odgovarajući objekti i infrastruktura za određene sportske aktivnosti. Treće, konkurencija i velika potražnja koncentrirana u glavnoj sezoni mogu utjecati na kvalitetu iskustva posjetitelja. Četvrto, nedostatak edukacije i svijesti posjetitelja destinacije mogu utjecati na održivost, na okoliš i zajednicu. Konačno, i faktor financija može biti ograničenje jer su zbog skupe opreme ili jedinstvenih programa ponude u destinaciji neke skupine posjetitelja isključene.

Sportsko-rekreacijski turizam u Istri nosi sa sobom mnoge prednosti s kojima dolaze i izazovi. Upravljanje ovim aspektima ključno je za osiguranje održivog i uravnoteženog razvoja sportsko-rekreacijskog turizma u Istri. Razvoj sportsko-rekreacijskog turizma u Istri je potaknuo investicije u smještajne kapacitete, sportske centre i sadržaje te obogatio lokalnu ponudu. Raznolikost sportskih i rekreacijskih aktivnosti, kombinirana s prirodnim ljepotama i

kulturnim bogatstvom Istre, stvara jedinstveno iskustvo koje naglašava važnost aktivnog odmora i povezanosti s prirodom. Istra se uspješno pozicionirala kao destinacija koja pruža ne samo opuštanje već i avanturu, potičući posjetitelje da se upuštaju u raznolike sportske i rekreacijske aktivnosti.

## 2. Biciklistički turizam u Istri

Sjeverozapadna Istra jedna je od značajnijih odredišta biciklista te spada među poželjnije europske destinacije za bicikliste koji svoje aktivan odmor provode upravo u Istri. Iz godine u godinu Istra sve više ulaže u biciklizam, tako da se svake godine održavaju manifestacije i natjecanja koja privlače veliki broj turista iz čitavog svijeta. Biciklistički turizam u Istri počeo se razvijati krajem 90-ih godina 20. stoljeća. Cikloturizam je oblik sportskog turizma koji se smatra ekološki održivim i odgovornim oblikom turizma, stoga se promatra kao specifični oblik turizma (Jadrešić 2001.). Cikloturizam privlači sve veći broj turista i posjetitelja u Istarsku županiju. Prema podacima i analizi županijskog odjela za turizam učinak od cikloturista ili posjetitelja koji se kreću biciklom na području destinacije makar dio slobodnog vremena dostiže i do 50 milijuna eura (Brščić et al., 2021). Danas je to veoma važan turistički proizvod na osnovu kvalitetnog planiranja njegovog razvoja čime se utječe kako na zadovoljstvo turista tako i lokalnog stanovništva.

### 2.1. Preduvjeti za razvoj biciklizma u području Istre

Iako postoje različita tumačenja pojma cikloturizam, ona opće prihvaćena definicija jest da cikloturizam predstavlja različite biciklističke aktivnosti, koje ovisno o svom trajanju, mogu obuhvaćati dnevnu, poludnevnu ili višednevnu biciklističku vožnju (Geić, 2011). Takva kategorija posjetitelja percipira u općem smislu spajanja „ugodnog s korisnim“, obzirom da omogućava posjetitelju veći spektar obilaska znamenitosti te prirodnih ljepota, pritom provodeći aktivnosti koje u velikoj mjeri utječu na turistički destinacijski sustav te u konačnici na samo zdravlje. U širem smislu *Akcijski plan razvoja cikloturizma* (2015) u pojam cikloturizam/biciklistički turizam uključuje raspon aktivnosti, počevši od turističkog putovanja koje je realizirano biciklom, odnosno biciklističkog izleta u određenom vremenskom trajanju, pa do dodatne sportsko-rekreativne ponude vožnje biciklom stazama koje mogu biti uređene ili manje uređene, sportskih manifestacija, treninga te povremenih vožnji. U užem smislu, cikloturizam predstavlja oblik turističkih putovanja tijekom kojih glavna aktivnost jest usmjerena upravo na biciklu, odnosno ovisi o vrsti prijevoznog sredstva koje obuhvaća razmjerno uzak segment turističke potražnje s obzirom na samu naglašenost bicikla kao glavne sastavnice takve vrste turizma.

Čorak (2006) također definira cikloturizam kao oblik turizma koji uključuje putovanja biciklom kao glavnim sredstvom prijevoza. Ovaj oblik turizma promiče aktivni način života, otkrivanje prirodnih i kulturnih atrakcija te uživanje u krajoliku i okolišu tijekom putovanja. Nadalje, Heinen (2022) interpretira kako cikloturizam obuhvaća vožnju biciklom kroz različite terene i staze radi istraživanja prirodnih, kulturnih i povijesnih atrakcija destinacije. Cikloturizam promiče aktivan način života, održivi turizam te pruža posjetiteljima mogućnost da dublje dožive okoliš kroz fizičku aktivnost i neposredan kontakt s lokalnom zajednicom. Ovaj oblik turizma privlači različite profile cikloturista, uključujući rekreativce, avanturiste, sportske entuzijaste te one koji se interesiraju za kulturno-povijesne aspekte destinacije.

Međutim, postoje različiti izvori, poput *Sustransa* (1999) koji smatraju da cikloturizam podrazumijeva onu vrstu posjete određenom lokalitetu koja u svojem određenom vremenskom trajanju nezaobilazno uključuje biciklu kao prijevozno sredstvo. Takav vid poimanja cikloturizma u velikoj mjeri čini značajnu distinkciju definicija koje podrazumijevaju pojam cikloturizma, kao usputnu vožnju biciklom unutar određenog turističkog odredišta.

*Akcijskim planom cikloturizma Republike Hrvatske* (2015), sam pojam cikloturizma sagledan je u širem i užem smislu. U širem smislu isti je interpretiran kao turističko putovanje koje jest realizirano biciklom, biciklističkim izletom u nekom određenom vremenskom trajanju, dodatna sportsko rekreativna ponuda vožnje biciklom unutar specifičnih staza koje mogu biti uređene ili manje uređene, sportska manifestacija, vrsta treninga te povremena vožnja. U svom sažetom smislu, cikloturizam predstavlja oblik turističkih putovanja tijekom kojih glavna aktivnost jest usmjerena upravo na biciklu, odnosno vrstu prijevoznog sredstva koje obuhvaća razmjerno uzak segment turističke potražnje s obzirom na samu naglašenost bicikle kao glavne sastavnice takve vrste turizma (Klarić i drugi, 2015).

Na karti Europe, cikloturizam zauzima značajno mjesto. U određenoj mjeri to je rezultat određene kombinacije faktora u koje se ubraja brz tempo života, značajna posvećenost brige o zdravlju, što je upotpunjeno i visokim stupnjem tradicije biciklizma pri obavljanju svakodnevnih aktivnosti, posebno u segmentu odlaska i dolaska s radnoga mjesta. Zanimljivo je istaknuti kako veliki broj stanovnika Europske Unije svakodnevno koristi bicikl, pri čemu se posebno mogu izdvojiti Danska, Finska i Nizozemska. Iako se na razini Europske unije statistički kretanja potražnje na tržištu cikloturizma ne prate (*Eurostat*), različita istraživanja ukazuju na njegov stalni rast. Temeljem jedne od posljednje provedenih studija od strane Europskog parlamenta (Euro Velo, 2012), godišnje dolazi do gotovo 20,5 milijuna noćenja cikloturista. U ekonomskom ekvivalentu, ostvaruju se prihodi od preko 4 milijarde eura, uz

prosječnu dnevnu potrošnju cikloturista (uz noćenje) od 57,08 eura te prosječno trajanje putovanja od gotovo 7,7 dana (Klarić i drugi, 2015).

Usprkos predmetnim brojkama, ponašanje potrošača u turizmu podložno je različitim varijablama koji u konačnici dovode do određenih promjena u trendu oko istog. Drugim riječima, dolazi do promjena u navikama i potrebama, a samim time i izbora određene destinacije koje su u velikoj mjeri određene manjkom raspoloživog slobodnog vremena i potreba putovanja koja će obuhvaćati nešto kraći vremenski rok trajanja, motivirana prvenstveno u funkciji vraćanja energije i ravnoteže potrebne za sve brži i zahtjevniji ritam života i rada. Takve okolnosti dovele su do potrebe za određenom vrstom odmora koja ne iziskuju značajnu fizičku pripremu, već određeni vid aktivnosti u prirodi koje cikloturizam nudi. U tablici 3 je prikazana podjela tržišta cikloturista prema osnovnim varijablama.

**Tablica 3.** Podjela tržišta cikloturista prema osnovnim odrednicama profila

Segment	Demografske značajke	Učestalost putovanja	Udaljenost	Motivacija	Lokacija
<b>Povremeni cikloturisti</b>	- Mladi - Obitelji s djecom - 55+	- Nekoliko puta godišnje	- Kratke staze (30-40 km po danu) - 1-2 sata vožnje	- Zabava i rekreacija - Obiteljsko druženje	- Rute blizu mjesta stanovanja - Zaštićena područja
<b>Cikloturisti koji preferiraju kratke staze</b>	- Zrela dob - Obitelji s djecom	- Tjedne vožnje - Mjesečne vožnje	- 30-40 km po danu	- Zabava i rekreacija - Obiteljsko druženje	- Rute blizu mjesta stanovanja - Organizirana putovanja
<b>Cikloturisti koji preferiraju duge staze</b>	- Zrela dob - Obitelji s odraslom djecom - Samci	- Tjedne vožnje - Mjesečne vožnje	- 65-100 km po danu	- Zabava i rekreacija - Upoznavanje novih staza	- Dobro održavane rute - Duža organizirana putovanja
<b>Natjecatelji</b>	- Mladi i srednja dob - Grupe ili samci	- Redovni treninzi i vožnje	- 100-160 km po danu	- Zabava i rekreacija - Natjecateljski izazov	- Dobro održavane rute - Duža organizirana putovanja - Izazovne rute

Izvor: Klarić, Z., Kos, G., Krešić, D., Miličević K. (2015). *Akcijski plan razvoja cikloturizma.*, Institut za turizam., dostupno na [https://mint.gov.hr/UserDocsImages/arhiva/151014 AP ciklotuirizam.pdf](https://mint.gov.hr/UserDocsImages/arhiva/151014_AP_ciklotuirizam.pdf)., str. 27., pristupljeno 09.08.2023.

Cikloturizam predstavlja aktivnost koja ne zahtijeva nužno ozbiljne pripreme niti izrazitu fizičku kondiciju (Klarić i drugi, 2015). Ona je iznimno prilagodljiva različitim dobnim skupinama, što se najviše manifestira kroz pažljiv odabir terena, dužinu rute te uključivanje specifičnog sadržaja (prirodnog ili kulturnog) koji omogućava potpun turistički doživljaj u cjelini. Cikloturist predstavlja pojedinca koji je prvenstveno vođen zdravim načinom života, što

podrazumijeva boravak u prirodi, relaksaciju te opuštanje za vrijeme bavljenja određenom fizičkom aktivnošću, u konkretnom slučaju biciklom. Neki izvori smatraju da se cikloturisti mogu podijeliti u dvije glavne kategorije: prvu čine oni koji koriste bicikl na putovanjima i kojima bicikl predstavlja glavno prijevozno sredstvo, dok se u drugu ubrajaju pojedinci koji na određenoj turističkoj lokaciji iznajmljuju bicikl, većinom radi jednodnevnih izleta (Galičić, 2014).

Osim ove podjele Heinen (2022) klasificira cikloturiste u sljedeće skupine:

- **Rekreativni cikloturisti:** Ova skupina obuhvaća ljude koji se bave cikloturizmom radi opuštanja, rekreacije i uživanja u okolišu. Oni često preferiraju lagane rute, mirne ceste i kraće udaljenosti, te su manje fokusirani na brzinu i izazove.
- **Avanturistički cikloturisti:** Avanturistički cikloturisti su putnici koji se upuštaju u duža i izazovnija putovanja. Oni vole istraživati udaljena područja, planirati višednevne ture i suočavati se s različitim terenima. Ova skupina često ima veće iskustvo u biciklizmu i traži intenzivnije doživljaje.
- **Kulturni cikloturisti:** Ovi cikloturisti su zainteresirani za upoznavanje kulturnih i povijesnih aspekata regije koju posjećuju. Oni voze bicikl kako bi istraživali gradove, sela, muzeje i druge kulturne znamenitosti, stvarajući tako dublje razumijevanje destinacije.
- **Sportski cikloturisti:** Ova skupina cikloturista fokusira se na fizičku aktivnost i sportske izazove. Oni preferiraju zahtjevnije terene, brze vožnje i dugačke udaljenosti. Za njih je biciklizam i cikloturizam način da održe kondiciju i postignu osobne sportske ciljeve.
- **Obiteljski cikloturisti:** Obiteljski cikloturisti uključuju roditelje s djecom koji traže zajedničke aktivnosti. Oni biraju lagane rute koje su prikladne za sve članove obitelji i često uključuju edukativne i zabavne elemente.
- **Eko-svjesni cikloturisti:** Ova skupina cikloturista naglašava očuvanje okoliša i održivi turizam. Oni preferiraju ekološki prihvatljive prakse, kao što su vožnja na električnim biciklima ili podržavanje lokalnih zajednica.

Razvoj cikloturizma u Istri zahtijeva pažljivo planiranje, infrastrukturne pripreme i suradnju između različitih dionika. Jedan od ključnih preduvjeta za cikloturizam je ponuda dobro označenih i sigurnih biciklističkih staza i putova. Infrastruktura bi trebala obuhvatiti različite težine i profile, od obiteljskih ruta do zahtjevnih brdskih staza. U Istri je tako prisutno više od 162 biciklističke staze ukupne dužine više od 4.860 km (Istra bike, 2023), što predstavlja



opsežan i značajan potencijal za razvoj cikloturizma Istre. Glavni segmenti ponude cikloturizma u Istri su biciklističke staze i rute, biciklističke manifestacije te biciklistički smještaj *Istra Bike&Bed*.

### 2.1.1. Infrastruktura cikloturizma u Istri

Značajan dio infrastrukture biciklizma turističke destinacije je *Bike & Bed* smještaj koji pruža mogućnost smještaja cikloturistima, čak i za samo jednu noć. Osiguran im je prostor za sigurno ostavljanje bicikala i ponuda doručka. Tu dobivaju informacije o biciklističkim rutama, o lokacijama te servisima za bicikle. U dodatnoj ponudi imaju i iznajmljivanje bicikala (Istra bike 2023). *Istra Bike&Bed* objekti svrstani su u četiri kategorije, a to su: *Istra Bike&Bed* manji privatni objekti kao što su apartmani ili kuće za odmor, *Butique Bike hotels* tzv. Obiteljski hoteli, *Bike hotels* s velikim smještajnim kapacitetima i *Bike camps* (Istra bike 2023). Smještaj biraju prema interesu, dužini boravka te jesu li došli pojedinačno, obiteljski ili većim grupama.

Istra ima biciklističke staze koje je moguće promatrati po subregijama, a to su: Umag - Novigrad, Poreč, Vrsar - Funtana, Rovinj, Labin - Rabac, središnja Istra i Pula-Medulin (Istra bike 2023). Biciklističke staze u Istri su vrlo atraktivne, kako one uz samu obalu i more tako i one u unutrašnjosti Istre. Po subregijama, ponudu infrastrukture cikloturizma moguće je sumirati u nastavku (Istra bike, 2023):

- Moguće je izdvojiti sjeverozapadnu Istru kao destinaciju koja nudi staze od najlakših rekreativnih pa sve do teških brdskih, te tako zadovoljava potrebe svih vrsta biciklista. Moguće je nabrojati čak 19 uređenih i označenih staza koje obuhvaćaju gradove sjeverozapadne Istre (Brščić et al., 2021.). Najpoznatija među tim stazama je *Parenzana*. *Parenzana* je uređena trasom gdje je nekad bila pruga koja je povezivala 33 istarska mjesta od Trsta do Poreča, a ugasila se 1935. godine (Istrabike, 2023). Povezivala je luke Trst i Poreč, bila je dužine 123 kilometara, a u današnje vrijeme prolazila bi kroz tri države Italiju, Sloveniju i Hrvatsku. Na njenu 100. obljetnicu postavljeni su temelji projekta *Parenzana – put zdravlja i prijateljstva* (Brščić et al., 2021), fokusiran na uređenje cijele trase pruge za šetače i bicikliste. Uređena staza duga je 80 kilometara i proteže se od Plovanije do Poreča, što je ekvivalent 4 sata lagane vožnje biciklom (Brščić et al., 2021.).
- Zbog povoljnih klimatskih uvjeta, te deset uređenih biciklističkih staza dužine oko 250 km, Poreč je destinacija koja je idealna profesionalnim biciklistima za sportske

pripreme. Na području Poreča i njegove okolice Tara i Vabriga, regija prelazi u *Zelenu Istru* što je prednost zbog raznolikosti dostupnih staza. Rekreativci također imaju na raspolaganju pet uređenih kraćih staza zapadne obale.

- Rovinj je destinacija koja s obližnjim mjestima Bale i Kanfanar ima kraće i manje zahtjevne biciklističke staze namijenjene rekreativcima i obiteljima s djecom. To područje obuhvaća 25 većinom laganih staza.
- Južna Istra obiluje najatraktivnijim stazama od rta Kamenjak kao zaštićenog parka prirode u Premanturi, do najvećeg istarskog grada Pule. Prema istočnoj obali Istre staze postaju sve zahtjevnije, dulje, s više uspona i spustova, čime pogodne i za bicikliste na pripremama i u treningu. Na Labinštini ima nekoliko takvih staza.
- Središnja Istra ima 21 uređenu stazu. Staze su zahtjevnije i namijenjene iskusnijim biciklistima zbog puno uspona i spustova te zbog brdovitog terena, no prolaze kroz srednjovjekovne istarske brdske gradiće.

Ključno za stvaranje ugodnog i sigurnog biciklističkog iskustva jest jasno i dobro označavanje biciklističke infrastrukture. Postojeći sustav putokaza ne samo da olakšava navigaciju, pomaže biciklistima da se osjećaju sigurno i orijentirano, i dodaje vrijednost cjelokupnom cikloturističkom iskustvu. Označavanje biciklističkih staza u Istri je jasno i dosljedno kako bi se biciklistima olakšalo praćenje staza. Putokazi su postavljeni na ključnim raskrižjima, prometnim točkama i skretanjima, pružajući precizne smjernice za daljnje kretanje (Brščić et al, 2021.).

Biciklističke staze u Istri razlikuju se po težini (zahtjevnosti) i profilu, od laganih obiteljskih ruta do zahtjevnih brdskih staza za iskusne bicikliste. Stoga je važno da putokazi odražavaju različite razine težine. Ovo omogućuje biciklistima da odaberu stazu koja odgovara njihovim vještinama i preferencijama. Osim smjernica za putovanje, putokazi bi trebali pružiti korisne informacije o udaljenosti do odredišta, atrakcijama duž puta, uslugama (poput restorana, kafića, smještaja) i opće informacije o regiji (Brščić, et al, 2019). Putokazi trebaju biti izrađeni od kvalitetnih materijala koji su otporni na vremenske uvjete kako bi zadržali svoju funkcionalnost i estetiku. Također, važno je voditi računa o održivosti, koristeći reciklirane materijale i tehnologije koje imaju manji utjecaj na okoliš.



**Slika 1.** Biciklističke signalizacije na biciklističkim stazama Istre

Izvor: Istrabike (2023): Signalizacija i oznake, dostupno na <http://www.istria-bike.com/hr/staze/signalizacija-i-oznake>, pristupljeno 5.7.2023.

Crvena boja na oznakama signalizira staze koje su tehnički zahtjevnije što znači da su staze dulje, namijenjene iskusnijim biciklistima te imaju veće uspone i spustove. Žuta boja označava staze koje su umjerene težine i duljine te mogu biti tehnički zahtjevnije tj. imaju teže uspone no namijenjene su rekreativcima koji vole adrenalin (Istrabike, 2023). Zelena boja označava staze koje su lagane i mnogo kraće te su namijenjene fizički manje spremnim biciklistima, ravne te su pogodne za svakoga. Zelene staze s oznakom *Family&Recreation* osmišljene su za manje iskusne korisnike i prilagođene su za obitelj i djecu. Sigurne su te prolaze kroz veoma malo prometnica i nemaju strmih uspona i spustova. Te staze započinju i završavaju na istom mjestu ispred turističkih centara tj. kampova, hotela te turističkih naselja (Istrabike, 2023).

Posljednjih godina sve popularniji su električni bicikli tako da se na Istarskom poluotoku nalazi više od 30 punionica za e-bicikle, u gradovima: Poreč, Buje, Tar, Funtana, Kaštelir – Labinci, Rovinj, Medulin, Fažana, Barban, Pazin, Cerovlje, Tinjan, Sveti Lovreč, Žminj, Kanfanar, Motovun, Rabac i Pula (Bršćić et al., 2021.). Električni bicikli olakšavaju korištenje bicikala i širem spektru ljudi, čak i ljudima s određenim fizičkim stanjima, starije dobi i drugim stanjima, koje se inače ne bi mogle kretati biciklom. Grad Pula, Poreč i Pazin nude uslugu dijeljenja električnih bicikala (*e-bike share*). U tim gradovima postavljeno je više punktova na kojima se može preuzeti električni bicikl i ostaviti na bilo kojem od sljedećih punktova. Električni bicikli iznajmljuju se preko aplikacije, u željenom trajanju i uz definirani način online

naplate. Uz gradske električne bicikle, privatne turističke agencije u svojoj ponudi također osim klasičnih bicikla, nude i najam električnih bicikala. U svojoj ponudi imaju i vođene ture na raznim lokacijama uz stručnog vodiča. Uz punionice za električne bicikle i bike share sustave, te usluge turističkih agencija namijenjene biciklistima, Istra nudi i brojne biciklističke servise i trgovine te usluge prijevoza biciklista i bicikala. Sve veće unaprjeđenje u tehnologiji e-bicikala dovodi do sve većeg interesa za njihove korisnike, do podizanja svijesti utjecaja na okoliš i sve više okretanje ka održivom razvoju.

Hrvatska turistička zajednica u sklopu EU projekta *Medcycletour* izradila je internetsku stranicu posvećenu hrvatskom dijelu europske biciklističke rute EuroVelo 8, čime se također promovira cikloturizam Istre budući je to *Meditranska ruta* (u Hrvatskoj Jadranska ruta) koja prati relaciju: granica Slovenije – Umag – Pula – Rijeka – Zadar – Šibenik – Split – Dubrovnik – granica Crne Gore) duljine oko 630 kilometara, bez 150 kilometara rute EuroVelo 9 koja se preklapa sa rutom EuroVelo 8 (Akcijski plan razvoja cikloturizma 2015, str.12.).

### 2.1.2. Manifestacije važne za razvoj cikloturizma u Istri

U Istri se organiziraju brojne manifestacije koje uključuju biciklistički sport, u rasponu od rekreativnih do natjecateljskih. Najpoznatije manifestacije natjecateljskog karaktera su *Cro race*, *Istria 300 Poreč*, *IRONMAN 70.3* i *Istria Granfondo* (Brščić, et al., 2021.).

*Cro race* je međunarodna biciklistička utrka koja okuplja bicikliste iz čitavog svijeta i profesionalne timove koji se natječu u šest etapa i voze kroz Hrvatsku više od 1000 kilometara. Peta etapa se svake godine vozi kroz prekrasne lokacije po Istri i Kvarneru, a dobila je naziv *kraljevska etapa* zbog svoje težine. Utrka se prenosi u 190 zemalja svijeta, čime je dobra promocija za zemlju i regiju (Brščić, et al., 2021).

*Istra 300 Poreč* je biciklistička utrka koja počinje i završava svoju rutu u Poreču, a sudionici odabiru dali će voziti 300, 235 ili 155 kilometara (Brščić, et al., 2021). Utrka se održava svake godine u listopadu te na taj način produljuje turističku sezonu. Hotelsko poduzeće Valamar se uključuje nudeći povoljnije cijene smještaja za taj period. *IRONMAN 70.3* je svjetsko natjecanje u triatlonu u gradu Poreču (Cikloturizam.hr, 2023). U organizaciji hotelske kuće Plava Laguna IRONMAN se vratio u Hrvatsku u listopadu prošle godine. Od 2015. do 2017. godine IRONMAN se održavao u Puli te je sve do 2022. godine bila pauza. Također se za sve natjecatelje nudi smještaj po povoljnijim cijenama u hotelima Plave Lagune.

*Istria Granfondo* međunarodni je biciklistički maraton koji se svake godine u travnju održava sa startom i ciljem u Umagu (Brščić, et al., 2021). Dužina staze iznosi 119 kilometara (Brščić, et al., 2021) i prolazi sjeverozapadnim i središnjim dijelom Istre. Utrka okuplja više stotina biciklista te više članova timova, iz mnogih zemalja. Start i cilj nalaze se pokraj turističkog kompleksa Stella Maris uz ATP stadion. *Granfondo Nevio Valčić (GFNV)* je utrka međunarodnog karaktera koju organizira ga Biciklistički klub Pula te obitelj Nevio Valčića, poznatog biciklista 20. stoljeća, u čiji se spomen održava (Istrabike, 2023). Natjecatelji biraju između dvije dužine staze: *Granfondo* od 140km i *Mediafondo* od 60 kilometara.

Jedna od najpoznatijih brdsko-biciklističkih utrka održava se na rtu Kamenjak već 25 godina (uz tri godine pauze za vrijeme pandemije). To je poznata brdsko-biciklistička utrka i brdsko-biciklistički maraton pod nazivom *Kamenjak Rocky Trails* (Istra.hr, 2023), a održava se u travnju svake godine. U utrci sudjeluje više stotina natjecatelja, iz Hrvatske i drugih europskih zemalja.

Osim istaknutih odrednica infrastrukture i značajnih manifestacija, smještajni kapaciteti prilagođeni biciklistima ključni su za udoban boravak. Sigurno skladište za bicikle, sušilice za odjeću i pravilne prehrabene opcije važne su pogodnosti za cikloturiste (Brščić, et al., 2021). Razvoj cikloturizma mora biti usklađen s principima održivosti. Očuvanje prirodnih ljepota, ekosustava i minimiziranje utjecaja na okoliš ključno je kako bi se dugoročno očuvalo privlačno okruženje za cikloturiste. Lokalno stanovništvo i poslovni subjekti trebaju razumjeti potrebe cikloturista i biti spremni pružiti podršku. Edukacija o važnosti cikloturizma i promocija regije kao destinacije za biciklističke avanture također su ključne. Zbog toga, uspješan razvoj cikloturizma zahtijeva suradnju između turističkih organizacija, lokalnih vlasti, biciklističkih klubova (Istra.hr, 2023), ugostiteljskih objekata i drugih dionika. Samo integrirani pristup može osigurati kohezivan razvoj cikloturizma.

S pravilnim planiranjem, ulaganjem u infrastrukturu i promicanjem održivog pristupa, Istra ima potencijal postati prava biciklistička destinacija. S obzirom na bogatu kulturnu baštinu, prekrasnu prirodu i raznolike terene, regija je spremna privući cikloturiste koji žele istražiti njezine ljepote na dva kotača. Turistička zajednica Istarske županije zadužena je za razvoj turizma cikloturizma u Istri. Osim što surađuje s najvećim hotelskim kućama, surađuje i s upravnim odjelom Istarske županije. Najznačajniju ulogu ima suradnja s odjelom *Istria bike DMC* (Cikloturizsm.hr, 2023), koji je osnovan u sklopu *Istarske razvojne turističke agencije – IRTA-e*. Upravni odjel za turizam sufinanciran je aktivnostima koje provodi IRTA, kako bi se Istra profilirala kao destinacija aktivnog odmora i outdoor destinacija cikloturizma (Brščić i Lovrečić, 2019). Istra ima *Razvojni plan cikloturizma* u okviru projekta *Istra bike & outdoor*

za razdoblje od 2023. do 2025. godine, na kojem surađuju Istarska županija, IRTA, TZ Istarske županije, Maistra d.d., Valamar Riviera d.d., Plava Laguna d.d. i Aminess Novigrad d.d. (Brščić i Lovrečić, 2019).

## **2.2. Strateški dokumenti utjecajni za razvoj cikloturizma u Istri**

Prema *Strategiji razvoja turizma Republike Hrvatske do 2020. godine*, cikloturizam je prepoznat kao jedan od turističkih proizvoda s najvećom perspektivom. Studijom od strane Europskog parlamenta, na razini Europe godišnje dolazi do gotovo 20,5 milijuna noćenja biciklističkih turista. U ekonomskom ekvivalentu, ostvaruju se prihodi od preko 4 milijarde eura, uz prosječnu dnevnu potrošnju cikloturista (uz noćenje) od 57,08 eura te prosječno trajanje putovanja od gotovo 7,7 dana (Europski Parlament, 2012). Usprkos tim brojkama, ponašanje potrošača u turizmu podložno je različitim varijablama koje u konačnici dovode do određenih promjena. Drugim riječima, dolazi do promjena u navikama i potrebama.

*Strategija prometnog razvoja Republike Hrvatske od 2017.godine do 2030. godine* ima za cilj povećanje sigurnosti u prometu i integraciju sustava biciklističkog prometa u javni prijevoz, što bi dovelo do povećanja korištenja bicikla kao zdravog i ekološki prihvatljivog prijevoznog sredstva. Neke od mjera za poboljšanje infrastrukture cikloturizma koje se tu navode su gradnja biciklističkih staza te uvođenje javnih i biciklističkih sustava.

U Istri je cikloturizam jedan od specifičnih oblika turističke ponude koji ima snažne potencijale razvoja. Dosada izgrađena biciklistička infrastruktura, rute i signalizacija imaju dobre temelje, kao i održavanje određenih manifestacija u Istri koje posjećuju brojni domaći i inozemni biciklisti, a koje predstavljaju značajan dio turističkih atrakcija i ponude u okviru istarskog turizma. U kontekstu razvoja istarskog cikloturizma važna su dva strateška dokumenta koja doprinose njegovu razvoju i koji daju smjernice za njegovo unapređenje. Prvi dokument je *Akcijski plan razvoja cikloturizma*, determiniran na razini Republike Hrvatske, kojim se kao jedno od značajnijih cikloturističkih odredišta Republike Hrvatske ističe Istra. Navedene su i osnovne razvojne smjernice cikloturizma, te je za svaku od njih s obzirom na područje djelovanja navedena i osnovna mjera djelovanja. Drugi dokument je *Studija upravljanja kvalitetom razvoja cikloturizma u Istarskoj županiji* (Berščić, et al., 2021) koji analizira aspekte i strategije vezane za razvoj i unapređenje cikloturizma u Istarskoj županiji. Ova studija istražuje različite faktore i komponente koji doprinose uspješnom razvoju

cikloturizma u regiji te pruža smjernice za upravljanje kvalitetom kako bi se osiguralo optimalno iskustvo za cikloturiste. Glavni fokus dokumenta uključuje sljedeće ključne aspekte:

- Analiza trenutnog stanja: Studija analizira postojeće stanje cikloturizma u Istarskoj županiji. To uključuje pregled trenutnih biciklističkih ruta, infrastrukture, usluga, kapaciteta smještaja i drugih relevantnih čimbenika koji utječu na cikloturizam.
- Identifikacija potencijala: Dokument istražuje prirodne, kulturne, povijesne i druge atrakcije koje mogu privući cikloturiste u regiju. Osim toga, identificira se i potreba za razvojem novih ruta, sadržaja i usluga kako bi se obogatilo cikloturističko iskustvo.
- Strategija razvoja: Studija predstavlja strategije za unapređenje i razvoj cikloturizma u Istarskoj županiji. To uključuje planiranje novih biciklističkih ruta, poboljšanje infrastrukture kao što su staze, biciklističkih stajališta, signalizacija i informacijskih centara te osmišljavanje atraktivnih cikloturističkih paketa i aranžmana.
- Kvaliteta usluga: Dokument istražuje načine poboljšanja kvalitete usluga za cikloturiste. To uključuje edukaciju osoblja, pružanje informacija i podrške cikloturistima, osiguranje sigurnosnih mjera te promicanje ekološki odgovornih praksi.
- Upravljanje održivošću: Studija razmatra strategije održivosti u razvoju cikloturizma. To uključuje analizu utjecaja cikloturizma na okoliš i lokalnu zajednicu te identifikaciju mjera za minimiziranje negativnih utjecaja i promicanje pozitivnih socijalnih i ekoloških ishoda.

Osim Akcijskog plana, Istarska razvojna turistička agencija je 2019. godine izradila *Operativni plan razvoja cikloturizma Istarske županije*, u kojemu je determinirala trenutno stanje cikloturizma u Istri, kao i smjernice njegova daljnjeg razvoja. Između dva donesena dokumenta kojima se nastoji unaprijediti cikloturistička ponuda Istre postoje mnoge poveznice kojima su određena razvojna ograničenja, prednosti i smjernice razvoja istarskog cikloturizma. Cikloturizam u Istarskoj regiji izdvaja se kao privlačna i dinamična turistička aktivnost koja donosi brojne prednosti za regiju te potencijal za daljnji razvoj:

- Prirodna raznolikost: Istra se može pohvaliti raznolikim krajolikom, koji uključuje obalne staze uz Jadransko more, ruralne puteve kroz vinograde, maslinike i šume te brdovite terene. Ova prirodna raznolikost pruža raznolike mogućnosti cikloturistima svih razina iskustva.
- Kulturna baština: Istarska regija obiluje kulturnim znamenitostima, srednjovjekovnim gradovima, antičkim ostacima i tradicionalnim selima. Cikloturizam omogućava

putnicima da se upuste u putovanje kroz prošlost, istražujući bogatu kulturnu baštinu regije.

- Održivost: Biciklizam je ekološki prihvatljiv način putovanja koji smanjuje negativni utjecaj na okoliš. Promoviranjem održivog cikloturizma, Istra može privući putnike koji cijene ekološki odgovorne prakse.
- Zdravlje i rekreacija: Cikloturizam potiče aktivni način života i tjelesnu rekreaciju. Istarski cikloturizam omogućava posjetiteljima da istraže prirodu, uživajući u svježem zraku i održavajući svoju fizičku kondiciju.

U Istri razvoj cikloturizma potiču istarske turističke zajednice, koje u okviru aktivnosti održavaju biciklističke staze na svome području, tiskaju biciklističke karte za područje nadležnosti i slično. Pojedine turističke zajednice sudjeluju u organizaciji biciklističkih manifestacija. Hotelska poduzeća nude certificirani *Bike&Bed* smještaj za potrebe cikloturista. Razvojnim dokumentima cikloturizma u Istri, s naglaskom na *Operativni plan razvoja cikloturizma Istarske županije*, determinirani su sljedeći nedostaci (Brščić, et al., 2019): narušena biciklistička infrastruktura i ceste kojima je potrebna sanacija, nedovoljno biciklističkih ruta, neadekvatna biciklistička signalizacija, slaba ponuda biciklističkih manifestacija, nedovoljno edukacija za sigurnost u prometu, broj stradalih biciklista. Brojne prometnice u Istri imaju veliku frekvenciju motornog prometa, uz sve zastupljeniji biciklistički promet. Iako biciklisti Istru većinom posjećuju u pred- i post sezoni, njihov udio u prometu sve je veći i predstavlja sigurnosni problem za njih same i za ostatak sudionika prometa. Većina takvih prometnica nalazi se uz obalu gdje je najveći broj turističkih smještajnih kapaciteta.

Prema istom izvoru, smjernice za razvoj istarskog cikloturizma su sljedeće:

- Razvoj biciklističkih staza: Kontinuirani razvoj i označavanje biciklističkih staza ključan je za privlačenje cikloturista. Povezivanje različitih dijelova regije putem sigurnih i atraktivnih staza poboljšava mobilnost biciklističke zajednice.
- Kvalitetna infrastruktura: Ulaganje u kvalitetnu infrastrukturu poput biciklističkih stajališta, servisnih stanica i signalizacija pridonosi udobnosti i sigurnosti cikloturista tijekom putovanja.
- Edukacija i informiranje: Pružanje informacija o dostupnim rutama, uslugama i atrakcijama važno je za iskustvo cikloturista. Edukacija o biciklističkim pravilima i ekološkim praksama također je ključna.



- Diversifikacija ponude: Diversifikacija ponude cikloturističkih ruta omogućava zadovoljenje različitih interesa i razina iskustva. Uključivanje avanturističkih, kulturnih i obiteljskih ruta privlači širok spektar cikloturista.
- Suradnja s lokalnom zajednicom: Aktivna suradnja s lokalnom zajednicom, ugostiteljskim objektima, vinarijama i kulturnim institucijama doprinosi autentičnom iskustvu cikloturista, potiče lokalnu ekonomiju i promovira kulturnu raznolikost.
- Održivost i zaštita okoliša: Daljnji razvoj cikloturizma treba biti usmjeren prema održivim praksama koje minimiziraju utjecaj na okoliš. To uključuje promicanje ekološkog svijesti, recikliranje i minimiziranje otpada.

Istarska regija u Hrvatskoj je poznata po prekrasnoj prirodi i idealna je za biciklističke ture. Međutim, kao i u svakoj destinaciji, postoje dionice koje su kritične za cikloturiste zbog volumena prometa, nedostajuće biciklističke infrastrukture, obilježja terena, neoznačenosti i slično. U tablici 4 prikazane su kritične dionice i sugerirane alternativni pravci za bicikliste.

**Tablica 4.** Kritične dionice i sugerirane alternative za kretanje biciklista u Istri

Oznaka	Dionica	Kilometraža problema	Kilometraža alternative
A01	Tar – Poreč	10,7 km	Rješenje 1: 9,65 km Rješenje 2: 15,85 km
A02	Umag – Novigrad	8,5 km	23,0 km
A03	Poreč – Vrsar – Gradina	15,1 km	Rješenje 1: 11,7 km Rješenje 2: 7,2 km
A04	Gradina – Sošići – Kanfanar	15,4 km	20,9 km
A05	Poreč – Baderna	11,9 km	13,6 km
A06	Vodnjan – Pula	8,9 km	9,6 km
A07	Pula – Medulin	8,8 km	12,1 km
A08	Medulin – Lobarika	12,7 km	18,3 km
A09	Marčana – Barban	13,4 km	16,7 km
A10	Labin – Most Raša	9,5 km	16,8 km
A11	Labin – Kršan	9,6 km	10,1 km
A12	Vozilići – Šušnjeвица	12,2 km	13,9 km
A13	Lupoglav – Buzet	14,5 km	38,3 km
A14	Istarske toplice – Livade	6,2 km	7,0 km
A15	Fažana – Pula	4,0 km	6,5 km

Izvor: Brščić, et al., 2019., str. 39.

S obzirom na navedene izazove, važno je da se kontinuirano radi na poboljšanju biciklističke infrastrukture, signalizacije i pristupačnosti kako bi se osiguralo da biciklističke staze u Istri budu sigurne, ugodne i dostupne različitim vrstama biciklista.

*Operativni plan Istarske županije* donio je određene novitete, poput uvođenja *Bike&share* manifestacija i ponude hotelskog smještaja namijenjenog cikloturistima (Brščić, et al., 2019). Sukladno analiziranom stanju razvoja cikloturizma, koje je za sada prihvatljivo, ali nedovoljno

razvijeno sukladno postojećim potencijalima, predložene su sljedeće razvojne mjere cikloturizma u Istri (Brščić, et al., 2019):

- Mjera 1: Ulaganje u biciklističku infrastrukturu radi unaprjeđenja i diversifikacije ponude cikloturizma;
- Mjera 2: Razvoj *bike share* sustava bicikala i električnih bicikala;
- Mjera 3: Suradnja dionika radi unaprjeđenja organizacije, standarda i upravljanja na razini destinacije;
- Mjera 4: Edukacija dionika vezana uz sigurnost u prometu i razvoj proizvoda;
- Mjera 5: Unaprjeđenje cikloturističke ponude; te
- Mjera 6: Unaprjeđenje informativnih sadržaja i promocijske aktivnosti.

U dokumentu *Operativni plan Istarske županije* su navedene i buduće smjernice razvoja cikloturizma u Istri koje uključuju važne elemente: biciklističku signalizaciju; odnos prema biciklistima u Istri; postavljanje dodatne prometne signalizacije radi informiranja vozača motornih vozila o prisutnosti biciklista na prometnicama; izradu odvojenih prometnica za bicikliste i alternativnih prometnica; te aktivnosti za očuvanje istarskog ambijenta i autohtonosti te informativno komuniciranje i senzibiliziranje javnosti (Brščić, et al., 2019). Implementacijom ovih smjernica moguće je unaprijediti cikloturizam Istre i dovesti ga na razinu turističke atrakcije.

Jedan od najvažnijih planskih dokumenata vezanih za cikloturizam Istarske županije je *Master plan turizma Istarske županije 2015.-2025.* koji što se tiče biciklizma obuhvaća biciklističku infrastrukturu, čiji su ciljevi koji se odnose i na razvoj cikloturizma sljedeći (Brščić, et al., 2019):

- Uspostava regionalnog *touring* cestovnog sustava,
- Uspostava jedinstvenog regionalnog biciklističkog sustava,
- Uspostava sustava turističke interpretacije najpoznatijih istarskih atributa cikloturizma,
- Stvaranje adekvatne sportske infrastrukture za komercijalizaciju na europskom tržištu,
- Unaprjeđenje kulturnog doživljaja Istre.

*Istarska razvojna turistička agencija (IRTA)* od svojih aktivnosti za razvoj cikloturizma u Istri razvila je projekt *Istra Bike & Outdoor* koji razvija tri proizvoda, a to su: *Istra Bike*, *Istra Trail* i *Istra Climbing* (IRTA, 2023) Između ostalog IRTA radi na uspostavi organizacijske strukture upravljanja proizvodom biciklističkog turizma na tri razine upravljanja, kroz klastere i projektni menadžment.

Strateški dokumenti za razvoj cikloturizma u Istri imaju ključnu ulogu u usmjeravanju razvojnih aktivnosti, definiranju ciljeva i pružanju smjernica za optimalno iskorištenje potencijala cikloturizma u regiji. Trebaju biti usklađeni s općim turističkim i urbanističkim planovima regije jer samo integracija cikloturizma u već postojeće strategije osigurava adekvatnost razvojnih aktivnosti i resursa te suradnju između različitih dionika. Perspektiva strateških dokumenata morala bi uključivati integraciju tehnoloških inovacija koje poboljšavaju iskustvo cikloturista. Isto vrijedi i za razvoj pješačkog turizma, koji se razmatra u nastavku.

### **3. Pješaćenje u turizmu Istre**

Pješaćenje, kao autentičan način istraživanja destinacije, postalo je sve popularnije u svjetskom turizmu, a Istra se ističe kao regija koja nudi izvanredno pješaćko iskustvo. Od staza koje se protežu kroz netaknutu prirodu do povijesnih središta, Istra pruža prilike za pješaćenje koje omogućuju putnicima da upoznaju njezinu autentičnost.

Trendovi na strani potražnje u turizmu dovode do toga da pješaćenje postaje sve više zastupljeniji oblik turističke ponude. Budući da u Istri ima mnogo malih gradića i mjesta interesantnih za posjetitelje, većina ih se može obići pješke te su pogodni za razvoj pješaćkog turizma. Glavni čimbenici za razvoj pješaćkog turizma u Istri upravo su: blaga mediteranska klima, geografski položaj i reljef. Kao prednost pješaćkog turizma navodi se povezanost turista sa lokalnim stanovništvom, te se na taj način potiče razvoj lokalnog gospodarstva.

#### **3.1. Preduvjeti za razvoj pješaćkog turizma u Istri**

Pješaćki turizam je naziv koji obuhvaća sve aktivnosti koje se vrše osnovnom ljudskom kretanjem tj. hodanjem. Turističkim aspektom pješaćenja naziva se pješaćenje koje je motivirano obilaskom nekih turističkih znamenitosti, te upoznavanje sa lokalnim pejzažem (Geić, 2011.). Pješaćenje je najprirodniji oblik ljudskog kretanja i temeljni oblik tjelesne aktivnosti. Pješaćki turizam ima pozitivne učinke na zdravlje, a pritom ne zahtjeva nikakvu posebnu opremu. Pješaćki turizam ima i elemente avanturizma, gdje njegove motive predstavlja potraga za nečim novim (Geić, 2011). Zasniva se na održivom razvoju, a može ga se definirati i kao turizam posebnih interesa. Njegova aktivnost temelji se na različitim oblicima i vrstama pješaćenja koje se odvija u raznolikim prirodnim ambijentima.

Pješaćenje se smatra najprirodnijim oblikom kretanja te je ekološki najodrživiji način mobilnosti (Čaplar, 2012). Kada se pješaćenje koristi u svrhu turizma, ono postaje više od samo putovanja - postaje iskustvo koje donosi zdrav način provođenja slobodnog vremena na održiv način. Pješaćenje kao komponenta turističkog iskustva uključuje hodanje kao osnovno sredstvo kretanja, no s bitnom razlikom u motivaciji (Rojo – Ramos, 2020). Ovdje se fokus stavlja na provedbu slobodnog vremena na zdrav i održiv način, što često uključuje istraživanje okoline, prirodnih ljepota i kulturnih bogatstava destinacije. Hodanje može biti ključna komponenta opuštanja ili jednodnevnih izleta, a motivacija za to može biti različita - uživanje u tjelesnoj

aktivnosti, druženje s prijateljima ili obitelji, kombinacija kretanja i sudjelovanja u turističkim aktivnostima.

Kada hodanje postaje glavna motivacija za posjet destinaciji, ono prerasta u oblik aktivnosti koji omogućuje istraživanje regije tempom koji omogućuje dublje uranjanje u njezine ljepote i atrakcije (Różycki i Dryglas, 2014). Ovaj oblik putovanja često se naziva pješačkim turizmom. Osim što pruža fizičku aktivnost, pješački turizam omogućuje posjetiteljima da uspore, dožive okolinu na bliži način i stvore dublju povezanost s prirodom i kulturom regije koju istražuju. Oblici pješačkog turizma, kao što su planinarenje, *trekking* i hodočašća, donose jedinstveni doživljaj prirode, kulture i osobnog ispunjenja. Svaki od ovih oblika pješačkog turizma ima svoje karakteristike, ciljeve i motivaciju, ali svi zajedno doprinose pozitivnom utjecaju na okoliš i održivost turističkog iskustva.

Planinarenje je aktivan oblik odmora koji kombinira fizičku aktivnost s istraživanjem prirodnih ljepota (Čaplar, 2012). To je oblik rekreativnog pješaćenja koje se odvija u planinskim područjima. Osim tjelesne koristi, planinarenje pruža osjećaj postignuća i povezanosti s prirodom. Ono se može prakticirati u različitim nivoima težine, prilagođenim različitim vještinama i kondiciji. *Trekking*, popularni naziv za samodostatne pohode po prirodi, postao je popularan oblik pješačkog turizma u suvremenim vremenima. To je svestrana aktivnost koja uključuje hodanje ili trčanje kroz raznolike prirodne terene, poput ravnica, brda i planina (Rojo – Ramos, 2020). Ovdje naglasak leži na iskustvu samog putovanja kroz prirodu, uz minimalnu uporabu opreme i bez motoriziranih sredstava kretanja. *Trekking* potiče osobni izazov, istraživanje i prisniji kontakt s prirodom.

Hodočašća su poseban oblik pješačkog turizma koji često ima duhovni ili vjerski motiv. Putnici se upućuju na putovanje prema svetim mjestima ili važnim duhovnim odredištima (Čaplar, 2012). Moderna hodočašća mogu imati i šire značenje, te putnici koriste tradicionalne hodočasničke puteve kako bi iskusili dublje povezivanje s kulturom, poviješću i prirodom.

Razvoj pješačkog turizma u Istri nosi sa sobom veliki potencijal za obogaćivanje turističke ponude te održivo promicanje regije. Da bi se taj potencijal iskoristio u punom opsegu, potrebno je osigurati određene preduvjete koji će omogućiti uspješan razvoj ove vrste turizma. Osiguravanje jasne i pouzdane signalizacije na pješačkim stazama ključno je za siguran i ugodan doživljaj (Čaplar, 2012). Staze trebaju biti pravilno označene s informacijama o dužini, težini i atrakcijama duž puta. Uz to, staze treba održavati kako bi bile sigurne i prolazne, čime se osigurava pozitivan doživljaj.

Uspješan pješački turizam zahtijeva dostupnost informacija o stazama, atrakcijama, uslugama i lokalnim običajima. Postavljanje informacijskih centara, izrada karata, vodiča i web

stranica pomaže dostupnost informacija turistima prije putovanja i tijekom. Lokalni vodiči, vođe tura i stanovništvo trebaju biti educirani o pješačkim rutama, sigurnosnim mjerama i kulturnim aspektima. To će osigurati visokokvalitetno iskustvo za posjetitelje i potaknuti lokalno sudjelovanje u razvoju pješačkog turizma.

Kroz poticanje i promociju pješačkog turizma, može se postići povećanje svijesti o održivom načinu putovanja te potaknuti ljude da više cijene prirodno i kulturno bogatstvo koje regija nudi. Osim toga, ovakve vrste aktivnosti doprinose fizičkom zdravlju putnika i potiču aktivni način života. Kroz očuvanje okoliša i poticanje zdravog načina života, pješački turizam postaje ključan čimbenik održivog razvoja turizma u Istri.

Pješački turizam u Istri obuhvaća različite vrste, prilagođene različitim interesima i preferencijama posjetitelja. Neke od glavnih vrsta pješačkog turizma koje se mogu doživjeti u ovoj regiji su (Čaplar, 2012):

- Prirodno pješačenje. Ova vrsta pješačkog turizma usmjerena je na istraživanje netaknute prirode i ljepota regije. Posjetitelji mogu koračati kroz planinske šume, ocharavajuće doline, slikovite obalne staze i uživati u predivnim panoramskim pogledima.
- Kulturno-povijesno pješačenje. Ova vrsta pješačenja vodi putnike kroz bogatu kulturnu baštinu i povijest regije. Posjetitelji mogu istraživati povijesne gradove, srednjovjekovne ulice, znamenitosti, crkve, dvorce i druge kulturne spomenike.
- Gastronomsko pješačenje. Ova jedinstvena vrsta pješačkog turizma kombinira istraživanje prirodnih ljepota s uživanjem u lokalnoj gastronomiji. Posjetitelji mogu otkriti vinograde, maslinike, voćnjake i farme te kušati lokalne proizvode kao što su vina, maslinovo ulje, sirevi i tradicionalna jela.
- Tematsko pješačenje. Ova vrsta pješačenja usmjerena je na specifične teme ili interese, kao što su arheologija, botanika, ornitologija, geologija i drugi aspekti prirodne i kulturne baštine. Posjetitelji mogu sudjelovati u vodstvima koja pružaju dublje razumijevanje tih specifičnih područja.
- Putovi na duge staze. Istra je dom raznih dugačkih staza za pješačenje, uključujući dijelove europskih i lokalnih staza. Ovo je idealno za avanturističke putnike koji žele istražiti šire područje poluotoka tijekom višednevnih pješačenja.
- Eko-pješačenje. Ova vrsta pješačenja promiče ekološku svijest i održivost. Putnici se educiraju o prirodi, zaštiti okoliša i ekosustavima regije dok istražuju prirodu i uživaju u njezinim ljepotama.

- **Rekreacijsko pješačenje.** Ova opuštenija vrsta pješačenja prilagođena je svima, bez obzira na kondiciju. Posjetitelji mogu šetati po obalnim stazama, parkovima ili uređenim putevima, uživajući u svježem zraku i prirodnim ljepotama.

Istra nudi bogatstvo mogućnosti za različite vrste pješačkog turizma, što omogućuje putnicima da odaberu iskustvo koje najbolje odgovara njihovim interesima i željama. Ova raznovrsnost čini Istru izvanrednom destinacijom za sve zaljubljenike u pješačenje i istraživanje.

### 3.1.1. Infrastruktura pješačkog turizma u Istri

Može se izdvojiti šest pješačkih mikroregija istarske županije prema kriterijima duljine i gustoće pješačkih staza, površini i udjelu zaštićenih područja, zaštićenih nepokretnih kulturnih dobara po km<sup>2</sup> i ukupnom broju i gustoći kreveta po km<sup>2</sup> u općinama i gradovima kroz koje idu pješačke staze. To su sjeverozapadna, južna, istočna, zapadna, sjeverna i središnja pješačka mikroregija (Istra Trails, 2023). Prema informacijama Istarske razvojne turističke agencije i Razvojnog odjela *Istra Trails*, Istarska županija ima mrežu od 96 pješačkih staza koje prolaze kroz područja 30 različitih gradova i općina (Istra Trails, 2023). Ovaj sustav staza omogućuje raznovrsna iskustva pješačenja i istraživanja regije. Važno je napomenuti da trenutno nema označenih pješačkih staza u gradovima Novigradu i Poreču, te općinama Brtonigla, Fažana, Funtana, Karojba, Ližnjan, Sveta Nedelja, Sveti Lovreč, Sveti Petar u Šumi i Tar-Vabriga.

**Tablica 5.** Najznačajnije pješačke staze u Istri

Naziv	Lokacija	Dužina	Stupanj zahtjevnosti
Kašteli, palače i plemići	Svetvinčenta	33,5 km	zahtjevna
Latitude trail	Raša	17,1 km	lagana
Magična Istra	Kanfanar	35 km	srednja
Momjan	Buje	17,1 km	srednja
Oprtalj-Čepić	Oprtalj	19,4 km	srednja
Utvrde austrijskog carstva	Bale	30,2 km	srednja
Vale di Tono	Raša	15,7 km	zahtjevna
Vižinada	Vižinada	15,1 km	srednja

M 801 Istarski planinarski put etapa 1 od 8	Umag-Buje-Grožnjan	22,8 km	lagana
Sunčana obala grofa Hüterotta	Rovinj	31,9 km	lagana

Izvor: obrada autorice prema Istra Trails (2023): Staze, dostupno na <http://www.istria-trails.com/hr/staze>, pristupljeno 09.08.2023.

Osim navedenih staza, također su opisane i pješačke rute koje prelaze veći dio teritorija Istarske županije, ističući se prirodnim i kulturnim atrakcijama koje ovaj regija nudi. Također, istaknute su i posebno atraktivne planinarske staze koje pružaju izuzetne turističke doživljaje. Ovaj obimni sustav pješačkih staza ne samo da pruža putnicima priliku da istraže prirodne ljepote i kulturno bogatstvo Istarske županije, već i potiče aktivni način odmora i održivi turizam. Staze omogućuju pješčenje kroz raznolike krajolike, uključujući planine, obalu, vinograde i seoske puteve, te se očekuje da će privući putnike s različitim interesima i razinama kondicije. Kroz promociju i upravljanje ovim mrežama pješačkih staza, Istarska županija može dodatno povećati svoju atraktivnost kao destinacija za pješački turizam te pružiti posjetiteljima priliku da otkriju autentičnost regije na zdrav, aktivan i održiv način.

Istarska županija kao veliku pogodnost i prednost za razvoj pješačkog turizma ima Nacionalne parkove i zaštićene dijelove prirode. U Istarskoj županiji proglašena su 34 zaštićena područja od kojih su tri nacionalna parka, a to su Nacionalni park Brijuni, Park prirode Učka i Rt Kamenjak.

Pješačke staze označene su kao i biciklističke po bojama i brojevima, te svaka ima svoju težinu, a dijele se na lagane, srednje teške i teške. Težina staze se klasificira prema nagibu i upotrebi ruku prilikom pješčenja. Također, postoje i orijentacijski putokazi koji se najčešće nalaze na stablima, kamenju te stijenama a pomažu u orijentaciji u prirodi.

U nastavku će se opisati najznačajnije i često eksploatirane pješačke staze u Istri koje su zbog svojih prirodnih resursa i obilježja prepoznate kao najposjećenije, a one su:

- *Staza sedam slapova* jedna je od najljepših i najpoznatijih pješačkih staza u Istri koju posjećuju ne samo domaći već i strani turisti. Najveća posjećenost upravo je u proljeće jer slapovi obiluju vodom, vrijeme je pogodno, te bujna vegetacija upotpunjuje cjelokupni doživljaj. Dužina staze iznosi 13,3 kilometara te je staza veoma zahtjevna i potreban je za nju dodatan oprez (Istra Trails, 2023). Staza je kružna te kreće s mosta Mirne podno Buzeta te tu i završava. Vremenski je za cijelu stazu potrebno oko 5 sati hoda, bez zaustavljanja. Može se izabrati i kraća dionica ovisno o sposobnostima posjetitelja. Dijelovi staze prolaze uz korito rijeke Mirne i Drage s jezercima, brzacima



i slapovima. Odmah na prvom kilometru staze prolazi se pored pet slapova. Prolazi se i kroz napuštena sela i dolazi do najpoznatijeg mjesta – Kotli, gdje se nalaze posljednja dva slapa, gdje je rijeka Mirna stvorila tzv. Kotle. Kotle predstavljaju neobična udubljenja u koritu rijeke, u obliku kotlova.

- *Staza Bella vista* počinje i završava u Rapcu, a njena dužina je 15 kilometara i srednje je zahtjevna. Svoje ime Bella Vista dobila je po prekrasnim vidicima. Na 500 metara nadmorske visine dolazi se do mjesta Standara gdje se pruža očaravajući pogled s jedne strane na Cres i Lošinj, a s druge strane na zvonike obližnjeg Labina, Pićna i Grčišća. Tu se nalazi i više arheoloških lokaliteta, te mnoštvo suhozida. Staza i završava u Rapcu. Staza Sv. Šimuna dugačka je 8,9 kilometara, srednja je zahtjevna te je kružnog karaktera i također počinje i završava u Rapcu. Na početku staze nalazi se ruševna crkva odakle joj ime i potječe. Staza vodi do slapa Sopot, koji stvara jezerce tirkizne boje, preko kojeg prolazi most iz doba Napoleona. Sopot je visok 2,5 metra i predstavlja prirodni fenomen. Nakon Sopota staza prolazi kroz mala živopisna sela, te pored crkvice Svete Marije Magdalene koja se nalazi se usred prirode na brežuljku.
- *Staza srednjovjekovnih puteva* duga je 6,30 kilometara, vrlo je lagana, kružna je i počinje i završava u stanciji Guran. Staza vodi kroz vinograde i maslinike uz suhozide, te dio staze ide asfaltom, a dio makadamskim putem, gdje su razni lokaliteti srednjovjekovnih naselja.
- *Staza Moj Kažun* ističe se svojom posebnosti, dužine je 8,3 kilometara i po težini je lagana. Kažun je građevina specifična za istarsko područje, okruglog oblika, građena kamenom u tehnici suhozida sa stožastim vrhom. U 2012. godini otvoren je Park kažuna kraj Vodnjana gdje je prikazana gradnja kažuna u četiri faze. Tu se održavaju i mnoge radionice gradnje kažuna i suhozida. Nedaleko od staze nalazi se crkvice svete Foške, te se nalazi na lokaciju od tri kažuna koji su smješteni jedan uz drugoga, a zatim na lokaciju od dva kažuna gdje se mogu vidjeti kažuni četvrtastog oblika.

Pješačke staze u Istri predstavljaju neprocjenjiv resurs za održivi turizam. Raznovrsnost prirodnih ljepota, kulturnog naslijeđa i povijesnih spomenika omogućuje putnicima da se povežu s regijom. Pješačenje kao oblik turističkog iskustva pruža ne samo tjelesnu aktivnost, već i emocionalno obogaćuje putnike kroz duboko uranjanje u okolinu i interakciju s lokalnom zajednicom. S 96 označenih pješačkih staza koje prolaze kroz 30 gradova i općina, Istra ima potencijal privući različite skupine putnika s različitim interesima. Osim prirodnih resursa, staze također povezuju turiste s kulturnim nasljeđem, povijesnim spomenicima i lokalnim

stanovništvom. Kao ekološki prihvatljiv način putovanja, pješaćenje ne samo da smanjuje negativni utjecaj na okoliš, već i potiče svijest o važnosti očuvanja prirode, potiče održivo gospodarstvo i razvoj ruralnih područja. Kroz daljnje ulaganje, održavanje i promociju pješačkih staza, Istra ima priliku postati destinacija pješačkog turizma.

Uz navedene staze, tradicionalni hodočasnički putevi u Istri pružaju putnicima duhovno ispunjenje, ali i priliku za istraživanje kulturnih i prirodnih bogatstava regije. Uz navedenu infrastrukturu, u Istri je i dio međunarodnih pješačkih putova koji doprinose ponudi.

Europski pješački putovi predstavljaju međunarodne tematske staze namijenjene ljubiteljima pješaćenja. Ovi putovi povezuju gotovo sve značajne europske države, spajajući obale Baltičkog mora, Atlantskog oceana i Sredozemnog mora. Na svojim trasama, ovi putovi omogućuju istraživanje raznovrsnih turističkih, povijesnih, kulturnih i prirodnih ljepota kroz koje prolaze i prilagođeni su aktivnom provođenju odmora, ili samo vikenda i blagdana. Kriteriji za trasiranje pješačkih putova osmišljeni su kako bi bili dostupni obiteljima s djecom bez značajnih fizičkih napora, dok su određene dionice prilagođene i osobama s invaliditetom. Prve europske pješačke staze su uređene i otvorene sredinom 20. stoljeća.

Europski pješački putovi imaju iznimno važno mjesto u turističkoj ponudi većine europskih država. U njihovom označavanju, uređivanju i održavanju sudjeluju različite razine turističkih organizacija, uključujući nacionalne, regionalne i lokalne, kao i udruge posvećene pješaćenju i planinarenju. Također, lokalne vlasti i pružatelji različitih ugostiteljskih i smještajnih usluga aktivno sudjeluju u ovom procesu. Način na koji su ovi putevi uređeni omogućava kvalitetno iskustvo za pješake, uz redovite oznake koje olakšavaju navigaciju. Cijela Europa je povezana s 12 europskih pješačkih puteva, koji su označeni slovom E i brojem. Bitan uvjet za ove staze je prisutnost prepoznatljivih oznaka na stazi i postojanje odgovarajuće turističke infrastrukture, uključujući ugostiteljske objekte dostupne svakih nekoliko sati, te objekte za noćenje nakon dužeg puta. Standardi ovih objekata variraju, od luksuznih do skromnijih, kako bi zadovoljili različite potrebe pješaka. Pješaćenje duž ovih ruta vrlo je popularno u zapadnoeuropskim državama i privlači milijune zaljubljenika u prirodu.

Pješaćenje omogućuje posjetiteljima dublje povezivanje s lokalnom zajednicom, susretanje s lokalnim stanovništvom i upoznavanje s njihovim načinom života. Ovi potencijali čine pješački turizam izvanrednim resursom za razvoj turizma u Istri. Kroz održivo upravljanje, promociju i ulaganje u pješački turizam, Istra može privući sve veći broj putnika koji cijene aktivno istraživanje, zdrav način života i očuvanje okoliša, no za to treba osigurati odgovarajuće preduvjete, prije svega infrastrukturu.

### 3.1.2. Manifestacije koje utječu na razvoj pješačkog turizma u Istri

Pješačke staze trebaju omogućiti turistima da dožive lokalnu kulturu, tradiciju i gastronomiju (Rojo – Ramos, 2020). Razvijanje ruta koje prolaze kroz tradicionalna sela, obrtničke radionice i restorane s domaćim jelima doprinose autentičnosti iskustva. Uključivanje lokalnih stanovnika, vlasti, turističkih organizacija, ugostitelja i drugih dionika ključno je za uspješan razvoj pješačkog turizma. Suradnja omogućuje bolje razumijevanje potreba posjetitelja, očuvanje autentičnosti i stvaranje povoljnog okruženja za razvoj. U Istri, program vinskih šetnji pod nazivom *Wine & walk* najpoznatije je gastronomsko događanje koji nudi spoj lokalnih specijaliteta, te kušanja vina poznatih lokalnih vinara uz šetnju (Istra Trails, 2023.). Tura ide sjeverozapadnom Istrom, dužine je 11 kilometara sa 9 punktova degustacije vina i isto tako 9 najboljih restorana tog dijela Istre (TZ Istarske županije, 2023.). Predviđeni su punktovi za relaksaciju i odmor gdje se posjetitelji odmaraju na ležaljkaama i autentičnim balama sjena.

Može se izdvojiti događanje tijekom ljetnih mjeseci koje se odvija u organizaciji turističke zajednice središnje Istre, a to je *Central Istria free walk tour* (TZ Istarske županije, 2023.). To su besplatni razgledi gradića središnje Istre u pratnji licenciranih vodiča, a svaki dan u tjednu razgledava se po jedan grad. To su Pićan - Gračišće, Pazin, Sveti Petar u Šumi - Tinjan i Sveti Lovreč. Pješačke ture su besplatne, a upotpunjene su (uz doplatu) dodatnim ponudama kao što su degustacija vina, maslinovog ulja, istarskog pršuta i ostalih istarskih delicija. Na taj način se potiče turizam centralne Istre, a ne samo obalnog područja.

Osim navedenih, postoji još nekoliko manifestacija koje utječu na razvoj pješačkog turizma u Istri:

- *Istarski trekking festival*: Ova manifestacija promiče pješaćenje kroz različite dijelove Istre, omogućujući sudionicima da istraže prirodne ljepote, ruralne krajobrazne i kulturne znamenitosti regije. Razne rute i težine prilagođene su različitim iskustvenim razinama, što privlači širok spektar posjetitelja.
- *Istarski planinarski put*: Ovaj dugački planinarski put pruža priliku za istraživanje planina, šuma i sela Istre. Put vodi kroz raznolike krajolike i omogućuje sudionicima da dožive autentičnu prirodu i tradiciju regije.
- *Trkačke manifestacije*: Istarske trke, poput utrka na brdskim stazama ili trail utrka, privlače pješaće i trkače koji žele istražiti teren i izazvati sebe fizički. Ove utrke često prolaze kroz prekrasne prirodne krajolike Istre, privlačeći sportski orijentirane posjetitelje.

- Gastro i vinske ture: Pješačke ture koje uključuju posjete lokalnim vinarijama, maslinicima i restoranima promiču spoj prirode, hrane i kulture. Posjetitelji imaju priliku okusiti lokalne delicije i vina dok istražuju regiju.
- Edukativne šetnje: Organizirane edukativne šetnje s vodičima omogućuju posjetiteljima da saznaju više o povijesti, kulturi, biljnom i životinjskom svijetu Istre. Ovo može dodatno obogatiti iskustvo pješčenja.
- Festivali prirode i ekologije: Manifestacije koje promiču ekološku svijest i očuvanje prirode često privlače ljude koji cijene ekoturizam i žele podržati održivi razvoj regije.
- Kulturni događaji: Kulturni događaji poput sajмова, koncerata i izložbi često privlače posjetitelje u regiju. Pješačke ture mogu biti sjajan način za istraživanje okolice i istodobno sudjelovanje u kulturnim zbivanjima.

Sve navedene manifestacije, odnosno manifestacije pješačkog turizma općenito, doprinose raznovrsnosti ponude pješačkog turizma u Istri, privlačeći različite skupine posjetitelja koji žele istražiti prirodne ljepote, kulturnu baštinu i autentičnu atmosferu regije na ovaj specifičan način.

### **3.2. Strateški dokumenti za razvoj pješačkog turizma u Istri**

Strateški dokumenti za razvoj pješačkog turizma u Istri uključuju sljedeći okvir, odnosno dokumente na razini Europske Unije i Republike Hrvatske:

- Strategija razvoja održivog turizma do 2030. godine (Ministarstvo turizma, 2022). Ovo je širi dokument koji obuhvaća sve oblike turizma, uključujući pješački. Ona postavlja opće ciljeve i smjernice za razvoj turizma u regiji.
  - Strategija razvoja ruralnog turizma. Ovaj oblik turizma obrađen je u temeljnom dokumentu - Strategija razvoja održivog turizma do 2030. godine, gdje je projekcija razvoja ruralnog turizma do 2030. godine uključena u ovaj dokument kao segment. Ako pješački turizam ima naglasak na ruralnim područjima, strategija ruralnog turizma može se koristiti za definiranje razvoja pješačkih ruta kroz seoske krajeve.
  - Plan održivog razvoja turizma (Ministarstvo turizma, 2022). Dokument je temelj Strategije razvoja održivog turizma Hrvatske do 2030. godine, gdje se u predmetnoj Strategiji glavni naglasak stavlja na održivost. Ovaj dokument

naglašava održivost u razvoju turizma, uključujući pješački turizam. Fokusira se na zaštitu prirodnih i kulturnih resursa te promicanje odgovornih praksi.

- Plan razvoja rekreacijske infrastrukture. Ovaj dio uklopljen je u planove razvoja turizma pojedinih županija i gradova (Strategija razvoja turizma Knina, općine Sv. Križ, Splitsko – dalmatinske županije, Primorsko – goranske županije), gdje je u projekcijama razvoja regionalnog i lokalnog turizma izvršena projekcija izgradnje rekreacijske infrastrukture za eksploataciju u turističke svrhe. Ovaj plan obuhvaća razvoj infrastrukture za rekreacijske aktivnosti, uključujući staze i staze za pješaćenje.
- Plan promocije turističke ponude. Ovaj plan dio je Akcijskog plana razvoja kulturnog turizma Hrvatske koji je kreiran 2015. godine (Institut za turizam, 2015). Primarno je tu naglasak na unapređenju hrvatske kulturne turističke ponude jer je u cijelom kontingentu hrvatskog turizma kulturni turizam prepoznat kao najznačajniji i najperspektivniji specifični oblik turizma. Ovaj plan usmjerava marketinške aktivnosti kako bi se promovirala pješačka turistička ponuda. To može uključivati kreiranje marketinških materijala, suradnju s medijima i društvenim medijima te organizaciju događanja.
- Strategija lokalnog razvoja. Ove Strategije izrađuju sve jedinice lokalne samouprave u kontekstu potrebe unapređenja lokalnog razvoja i one predstavljaju temeljne strateške dokumente na kojima JLS temelje svoj budući napredak. U okviru takvih Strategija obrađuje se i lokalni turizam svih JLS u Hrvatskoj sa preporukama kontinuiteta razvoja. Lokalne vlasti mogu razviti strategiju koja promiče razvoj pješačkog turizma kao dio ukupne strategije lokalnog razvoja.
- Strategija kulturnog turizma. Ovaj plan dio je Akcijskog plana razvoja kulturnog turizma Hrvatske koji je kreiran 2015. godine (Institut za turizam, 2015). Ako se pješački turizam fokusira na kulturne atrakcije i spomenike, strategija kulturnog turizma može se koristiti za razvoj pješačkih ruta koje povezuju ove atrakcije.
- Strategija prometnog razvoja Republike Hrvatske (2017. - 2030.) (MMPI, 2016.), u okviru koje je obrađena i biciklistička i pješačka infrastruktura Hrvatske s preporukama njihova unapređenja, gdje se može doprinijeti unapređenju biciklističkog i pješačkog turizma. Ako se pješački turizam kombinira s javnim prijevozom ili drugim održivim oblicima prijevoza, ova strategija može biti relevantna za osiguravanje praktičnih opcija za posjetitelje.

Važno je napomenuti da je ključno prilagoditi strateške dokumente specifičnim potrebama i karakteristikama određene destinacije kako bi se postigao uspješan razvoj pješačkog turizma.

Perspektiva razvoja pješačkog turizma u Istri je obećavajuća. Regija posjeduje bogatstvo prirodnih, kulturnih i povijesnih resursa koji imaju potencijal privući sve veći broj posjetitelja željnih autentičnih iskustava i aktivnog istraživanja. Istra može kontinuirano razvijati nove pješačke rute koje će zadovoljiti različite interese i preferencije putnika. To uključuje staze koje povezuju kulturne atrakcije, prirodne ljepote, ruralne krajolike, gastronomske doživljaje i druge atraktivnosti. Diversifikacija će privući široki spektar posjetitelja i omogućiti im da se vraćaju radi novih iskustava. Integracija tehnoloških rješenja kao što su mobilne aplikacije, GPS vodiči, virtualne ture i interaktivne mape može poboljšati iskustvo putnika, pružiti informacije o atrakcijama duž staze i olakšati navigaciju.

Uključenost lokalnih dionika, prije svega stanovništva, te organizacija događanja, dodatno bi povećali privlačnost destinacije. S povoljnom klimom tijekom cijele godine, Istra ima potencijal za razvoj cjelogodišnjeg pješačkog turizma, ravnomjerniju distribuciju posjećenosti i veću ekonomsku korist.

## **4. Osviještenost o važnosti cikloturizma i pješačkog turizma za produljenje turističke sezone**

Za potrebe povezivanja teorije ovog diplomskog rada sa stvarnošću ponude biciklističkog i pješačkog turizma, te adresiranje postavljenih ciljeva istraživanja provedeno je ispitivanje među dionicima ponude Istre kako bi se istražila svijest o važnosti cikloturizma i pješačkog turizma za produljenje turističke sezone. Anketno istraživanje se smatra prihvatljivom metodom za ispitivanje javnog mišljenja na odabranom uzorku, te je omogućilo formiranje zaključaka temeljenih na prikupljenim podacima. Iako u ovom istraživanju postoje ograničenja (poput tipa uzorka, veličine uzorka), izvedeni zaključci mogu pružiti indicaciju stvarnog stanja istraživog problema i poslužiti kao osnova za formiranje preporuka kojima bi se utvrđeno stanje unaprijedilo.

### **4.1. Opis istraživanja**

Kroz anketno istraživanje, prikupljene su specifične informacije od ispitanika, što je omogućilo dublju analizu njihovih mišljenja i stavova o važnosti cikloturizma i pješačkog turizma u odnosu na trajanje sezone u Istri. Također, ovaj pristup omogućio je identifikaciju glavnih pitanja i izazova s kojima se susreću dionici ponude. Podaci prikupljeni putem anketnog upitnika predstavljaju stajališta i mišljenja ispitanika o problemu istraživanja.

Formulirana anketna pitanja su bila precizna, jasna i nedvosmislena. Upitnici su distribuirani online, distribucijom poveznice na upitnik putem društvenih mreža i elektronske pošte, izrađen u *Google Forms*, čime je osigurana privatnost sudionika. Provedba ove ankete fokusirana je na ciljnu skupinu privatnih iznajmljivača u Istarskoj županiji jer isti pružaju privatni smještaj cikloturistima i turistima koji dolaze pješachiti te su u direktnom kontaktu s njima. Uzorak uključuje 48 privatnih iznajmljivača u Istri. Radi se o prigodnom uzorku.

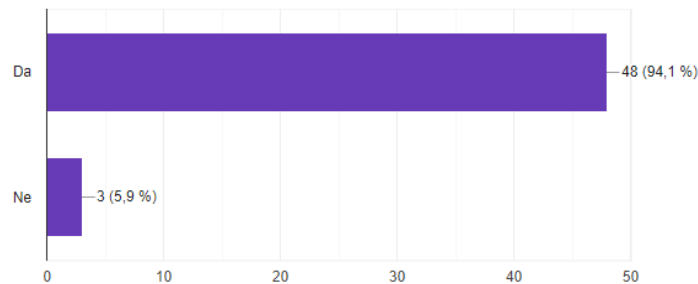
U anketnom ispitivanju prisustvovalo je 69% ispitanika ženskog spola te 31% ispitanika muškog spola. Najviše je ispitanika u dobi od 25 – 34 godine, njih 39,6%. Potom slijede ispitanici u dobi od 55 – 65 godina, njih 25% te ispitanici u dobi od 35 – 54 godine u podjednakom udjelu od 14,6%. Najveći udio ispitanika čine oni sa završenim diplomskim studijem, njih 37,5%.

Autorici diplomskog rada nije poznato da postoje istraživanja ovog tipa - o svijesti o važnosti cikloturizma i pješačkog turizma za produljenje turističke sezone među iznajmljivačima

privatnog smještaja. Stoga su rezultati ovog ispitivanja važni za dobivanje dubljeg uvida u stvarno stanje. Dobiveni rezultati omogućavaju razumijevanje potencijala selektivnih oblika turizma u odnosu na izazove sezonalnosti u turizmu.

## 4.2. Rezultati istraživanja

U nastavku će se opisati rezultati istraživanja o svijesti o važnosti cikloturizma i pješačkog turizma za produljenje turističke sezone. Iz grafikona 1 je razvidno kako je ispitivanjem prvotno obuhvaćeno 94% privatnih iznajmljivača i 6% ispitanika koji nisu vlasnici privatnog smještaja, a koji su potom isključeni iz uzorka kojim se utvrđuju stavovi i viđenja privatnih iznajmljivača.



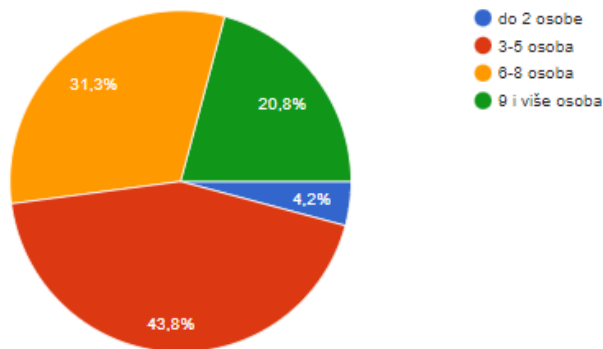
**Grafikon 1.** Ispitanici kao vlasnici privatnog smještaja

Izvor: izrada autorice

Podaci navedeni u nastavku odnose se isključivo na stavove ponuđača privatnog smještaja u Istri, budući su oni odabrani kao ciljna skupina, u skladu s ranije objašnjenim kriterijem u opisu istraživanja.

Iz grafikona 2 vidljivo je kako ispitanici imaju većinom smještajne kapacitete za 3 do 5 osoba, njih 43,8%.

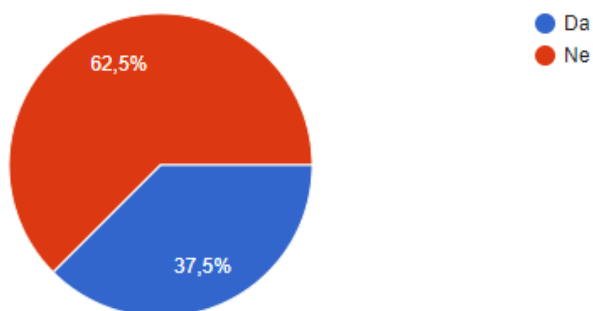




**Grafikon 2.** Smještajni kapaciteti ispitanika

Izvor: izrada autorice

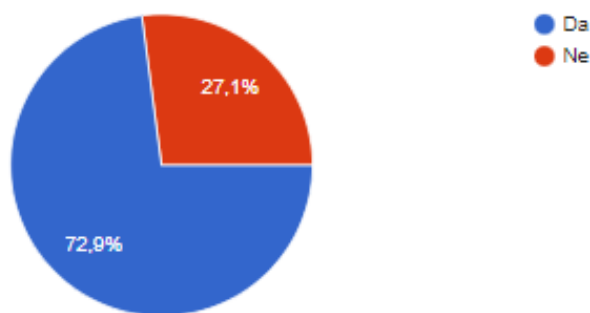
Slijedi njih 31,3% s kapacitetom za 6 do 8 osoba. Dok njih 20,8% ima smještajne kapacitete za 9 i više osoba, te 4,2% s kapacitetima do 2 osobe. U uzorku iznajmljivača privatnog smještaja dominiraju dakle iznajmljivači s kapacitetom za 3 do 5 osoba.



**Grafikon 3.** Ponuda Bike & Bed smještaja

Izvor: izrada autorice

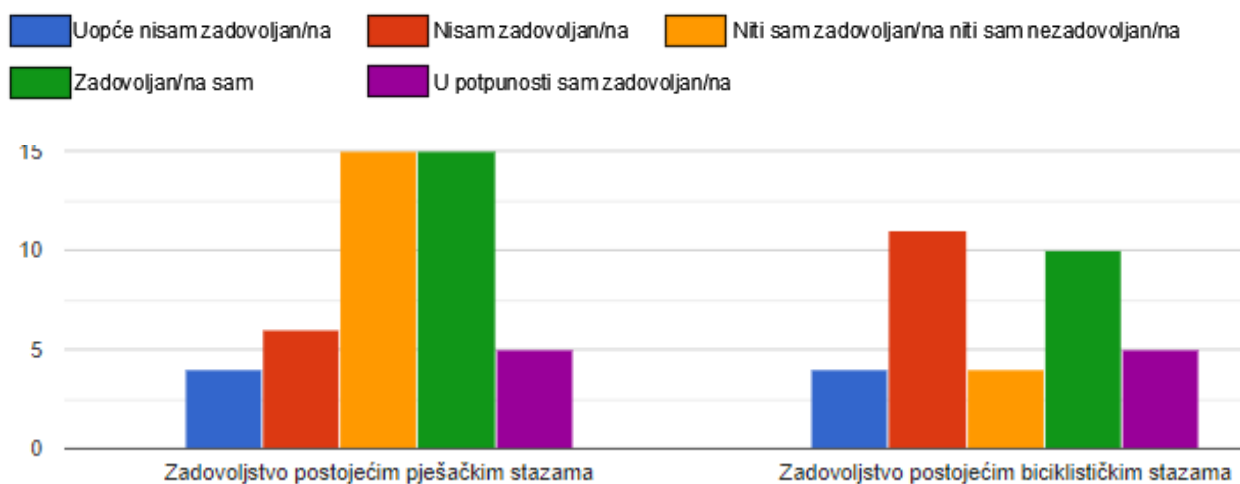
Većina ispitanika u uzorku, njih 62,5%, ne nudi *Bike & Bed* smještaj, dok njih 37,5% ipak sudjeluje u tom obliku ponude. Iz grafikona 4 vidljivo je kako 72,9% privatnih iznajmljivača ispitanika primjećuje da gosti koji dolaze u njihov privatni smještaj imaju tendenciju bavljenja sportskim aktivnostima planinarenja, odnosno pješčenja.



**Grafikon 4.** Primjećivanje gostiju planinara/pješaka/hikera

Izvor: izrada autorice

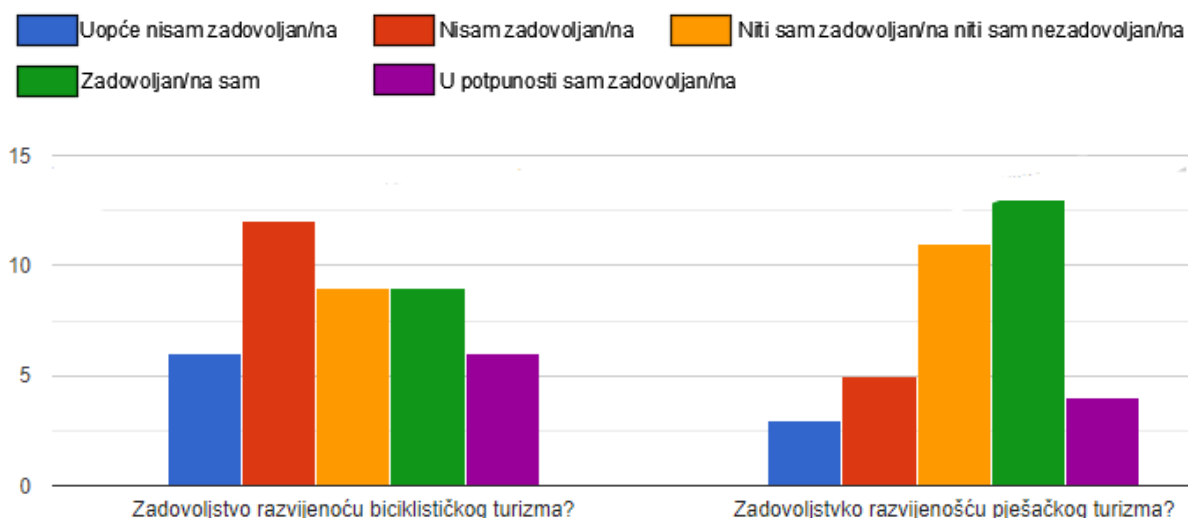
Ipak, 27,1% ispitanih to ne zamjećuje, a radi se o gotovo trećini ponuđača, što može biti značajno za iskorištavanje potencijala razvoja pješačkog turizma u Istri, ukoliko vrijedi na razini cijele populacije.



**Grafikon 5.** Zadovoljstvo iznajmljivača postojećim biciklističkim i pješačkim stazama

Izvor: izrada autorice

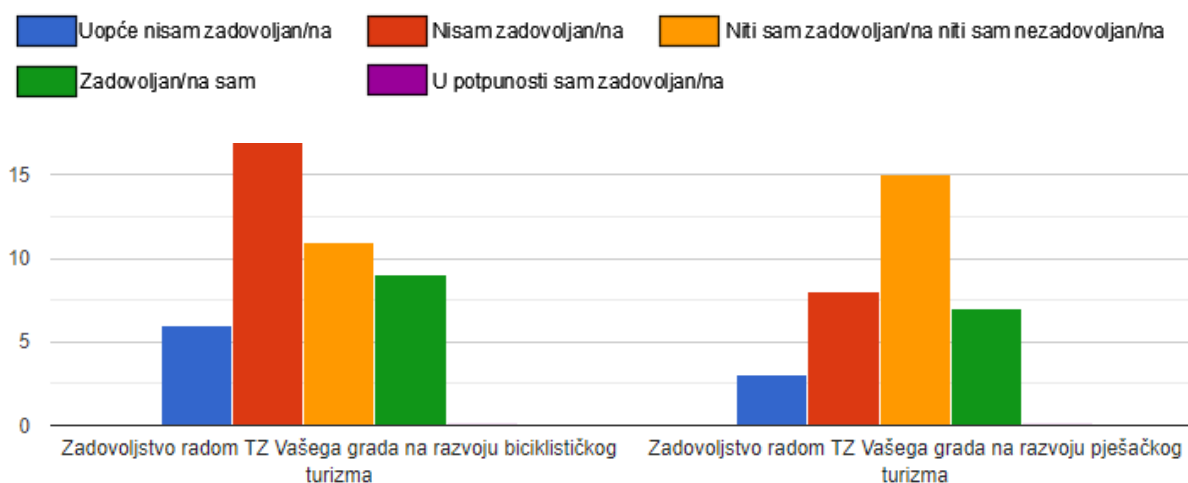
Iz grafikona 5 je vidljivo kako su privatni iznajmljivači u Istri većinom podijeljenog mišljenja – niti zadovoljni, niti nezadovoljni postojećim pješačkim stazama te jednako tako odgovorili su da zadovoljni postojećim pješačkim stazama te prosječna ocjena iznosi 3,24. Izračun AS iznosi 29,2 dok SD iznosi 1,43. U kontekstu zadovoljstva postojećim biciklističkim stazama, ispitanici su nešto manje zadovoljni, budući su dodijelili istima prosječnu ocjenu od 3,02. Izračun AS iznosi 20,6, dok SD iznosi 1,41.



**Grafikon 6.** Zadovoljstvo iznajmljivača razvijenošću biciklističkog i pješačkog turizma

Izvor: izrada autorice

Iz grafikona 6 je vidljivo kako su privatni iznajmljivači u Istri većinom nezadovoljni razvijenošću biciklističkog turizma, gdje je prosječna ocjena ovog zadovoljstva 2,93. Izračun AS iznosi 24,6, dok SD iznosi 3,17. U kontekstu zadovoljstva razvijenošću pješačkog turizma, ispitanici su dodijelili istima prosječnu ocjenu od 3,28 što ukazuje da su **više zadovoljni razvijenošću pješačkog, nego biciklističkog turizma**. Izračun AS iznosi 23,6, dok SD iznosi 1,44.



**Grafikon 7.** Zadovoljstvo iznajmljivača radom TZ na razvoju biciklističkog/pješačkog turizma

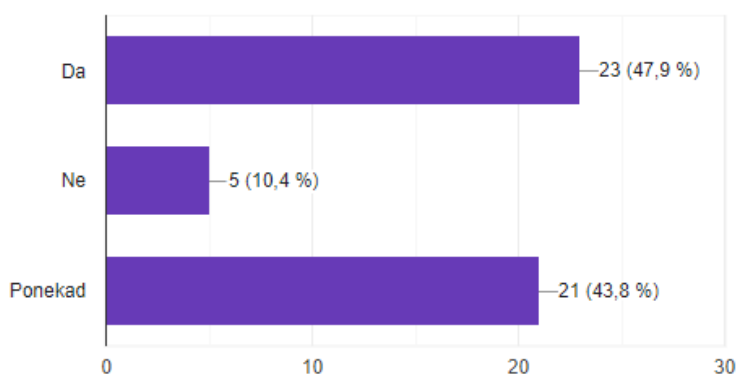
Izvor: izrada autorice

Iz grafikona 7 je vidljivo kako su privatni iznajmljivači u Istri većinom nezadovoljni radom TZ na razvoju biciklističkog turizma, gdje je prosječna ocjena ovog zadovoljstva 2,53. Izračun

AS iznosi 21,8, dok SD iznosi 1,49. U kontekstu zadovoljstva radom TZ na razvoju pješačkog turizma, ispitanici su odgovorili da niti su zadovoljni niti nezadovoljni radom TZ na ravoju pješačkog turizma, gdje je prosječna ocjena zadovoljstva 2,79. Izračun AS iznosi 18,4, dok SD iznosi 1,43.

U kontekstu **ocjene prednosti i dosadašnjih uspjeha u razvoju biciklističkog turizma u Istri** ispitanici su kao **glavne pozitivne strane** istaknuli: produljenje turističke sezone, ponudu biciklističkih staza, zdraviji način života, prisutnost biciklističkih staza izvan kao i unutar mjesta, postojanje određenih površina za parkiranje bicikla te smanjenje broja automobila i gužvi na cestama. Ispitanici su naveli kako je prioritetno **potrebno učiniti sljedeće**: unaprijediti infrastrukturu, omogućiti veći broj uređenih biciklističkih staza, kreirati karte biciklističkih staza s interesnim punktovima, omogućiti edukaciju biciklista te provesti čim više označavanja i razvijanja novih staza, odnosno kreirati više označenih staza.

U kontekstu **ocjene prednosti i dosadašnjih uspjeha u razvoju pješačkog turizma u Istri** ispitanici su kao **glavne pozitivne strane** istaknuli: produljenje turističke sezone, zdraviji način života, pješačku dostupnost svih lokacija, uređenu okolicu oko pješačkih staza, poticanje ljudi na pješačenje i boravak u prirodi. Istra ima puno potencijala i mikrolokacija koje bi profitirale od povezanosti pješačkim stazama, ali se pozitivno odrazile na raznolikost ponude. Prilikom ocjene unapređenja ispitanici su naveli kako je prioritetno **potrebno sljedeće**: unaprijediti infrastrukturu, kreirati više uređenih pješačkih staza, poticati ljude na pješačenje, te općenito obogatiti pješačku ponudu, prije svega van urbanih sredina.

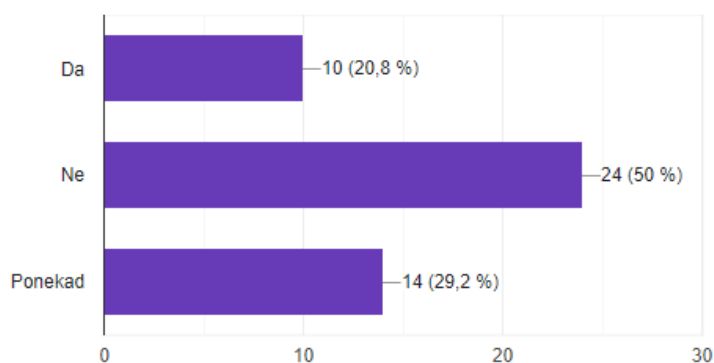


**Grafikon 8.** Korištenje pješačkih staza u Istri

Izvor: izrada autorice

Iz grafikona 8 je vidljivo kako najviše ispitanika, njih 47,9%, koristi pješačke staze u Istri, dok ih njih 10,4% uopće ne koristi. Njih 43,8% ih koristi ponekad. Navedeni podatak ukazuje da su privatni iznajmljivači u Istri ujedno i aktivni korisnici ponude pješačkog turizma, zbog

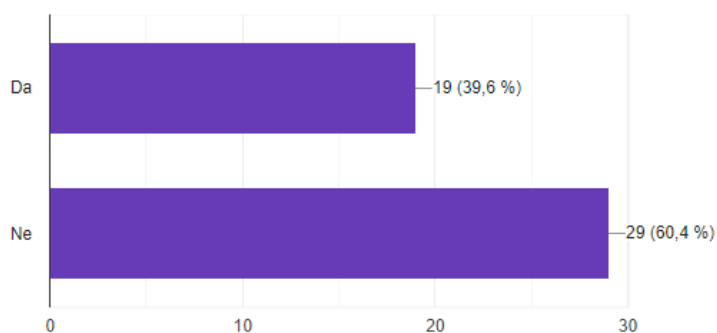
čega su više spremni i sposobni davati valjene informacije i pomoći svojim gostima u planiranju iskustava pješaćenja u regiji.



**Grafikon 9.** Korištenje biciklističkih staza u Istri

Izvor: izrada autorice

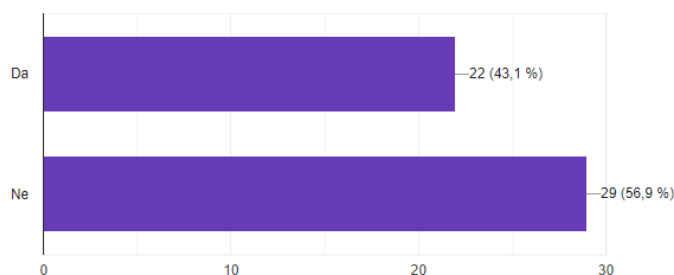
Iz grafikona 9 je vidljivo kako najviše ispitanika, njih 50%, ne koristi biciklističke staze u Istri, dok ih samo 20,8% koristi, odnosno 14% ih koristi ponekad. Stoga su privatni iznajmljivači u Istri ujedno i potencijalno slaba karika razvoja punog potencijala biciklističkog turizma, prije svega u segmentu informiranja i promoviranja ponude turistima kroz individualniji pristup i „insajderske“ informacije.



**Grafikon 10.** Ocjena obilježavanja biciklističkih staza

Izvor: izrada autorice

Iz grafikona 10 proizlazi kako većina ispitanika, njih 60,4% smatra kako biciklističke staze nisu dobro obilježene, dok njih 39,6% smatra suprotno. Slično je i u stavovima spram infrastrukture pješaćkog turizma.



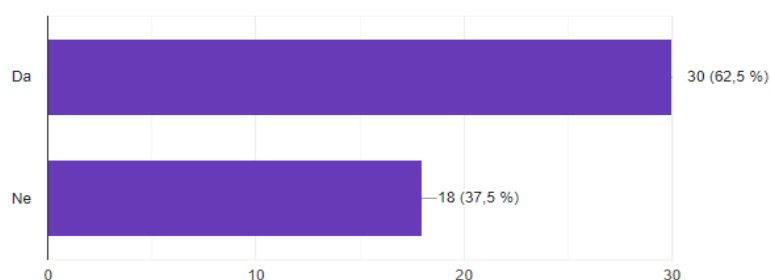
**Grafikon 11.** Ocjena obilježavanja pješačkih staza

Izvor: izrada autorice

Grafikon 11 prikazuje da većina ispitanika, njih 56,3%, smatra kako pješačke staze nisu dobro obilježene.

U kontekstu **ocjene valorizacije biciklističkih staza u Istri** ispitanici smatraju kako su biciklističke staze slabo valorizirane, ima dosta nedostataka u označavanju, pristupačnosti te su neke staze vrlo nesigurne radi brze vožnje automobila. Većina ispitanika smatra da turističke zajednice nisu dovoljno angažirane u turističkoj valorizaciji postojeće infrastrukture.

U kontekstu **ocjene valorizacije pješačkih staza u Istri** ispitanici smatraju kako su pješačke staze manje od potencijala valorizirane i to najviše uz glavnu cestu, gdje su označene pješačke staze. Smatraju da mogu biti bolje valorizirane, iako su bolje ocijenjene od biciklističkih staza, no također uviđaju da ima mnogo staza koje nisu održavane i koje su neprohodne. Također smatraju da nedostaje sadržaja na stazama, kao i tematizacija staza.

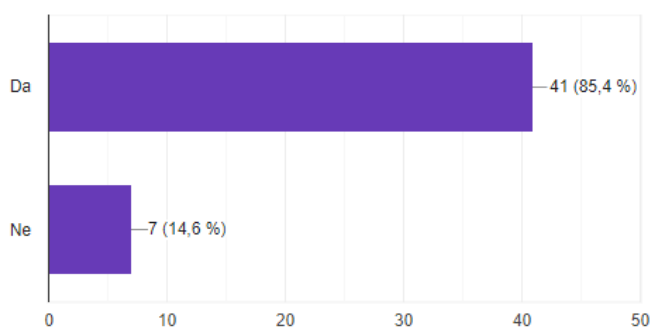


**Grafikon 12.** Dostupnost apartmana i kuća za odmor opremljenih za prihvata biciklista

Izvor: izrada autorice

Iz grafikona 12 je vidljivo kako većina ispitanika, njih 62,5%, smatra da u Istri postoji dovoljno apartmana i ostalog privatnog smještaja za prihvata cikloturista, dok njih 37,5% smatra suprotno.

Većina ispitanika smatra kako pješački turizam u Istri utječe na produljenje turističke sezone i to čak 85,4% ispitanika – grafikon 13.



**Grafikon 13.** Utjecaj pješačkog turizma na produljenje turističke sezone

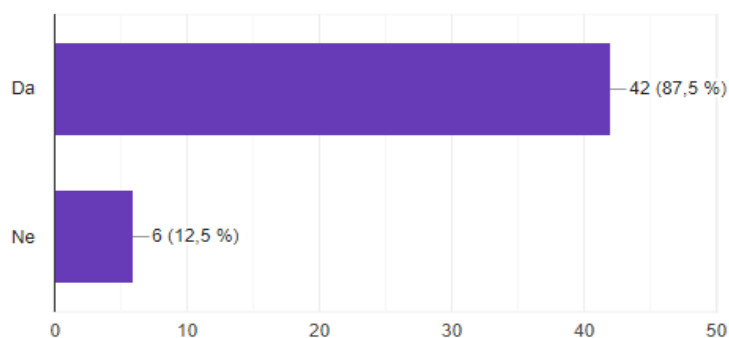
Izvor: izrada autorice

Kao glavne razloge ovog pozitivnog utjecaja pješačkog turizma ispitanici su naveli sljedeće razloge:

- Najpogodniji vremenski uvjeti za pješaćenje su u proljeće i jesen te iz tog razloga turisti koji vole pješaćiti biraju upravo ta godišnja doba i tako produljuju turističku sezonu. Idealnim periodom za pješaćenje smatraju jesen.
- Turisti nastoje izbjeći velike sezonske gužve, kako bi imali priliku više uživati u prirodi i čistom zraku.

Ispitanici smatraju da i biciklistički turizam u Istri također utječe na produljenje turističke sezone – grafikon 14. Kao glavne razloge ovog utjecaja naveli su sljedeće razloge:

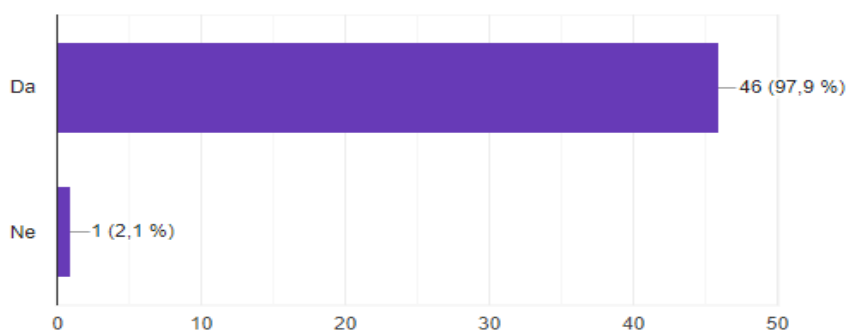
- Najpogodniji vremenski uvjeti za biciklizam su u proljeće i jesen te iz tog razloga turisti koji vole pješaćenje i biciklizam biraju upravo ta godišnja doba te tako produljuju turističku sezonu.
- Biciklira se više prije i nakon glavne sezone zbog samih temperatura.
- Izvrsno mikroklimatsko okruženje.



**Grafikon 14.** Utjecaj cikloturizma na produljenje turističke sezone

Izvor: izrada autorice

Gotovo svi ispitanici smatraju kako bi trebala postojati veća angažiranost lokalnih i regionalnih turističkih organizacija u novim projektima za razvoj cikloturizma i pješaćenja i to njih 98%, dok ih samo 2% smatra da je njihova angažiranost dovoljna (grafikon 15).

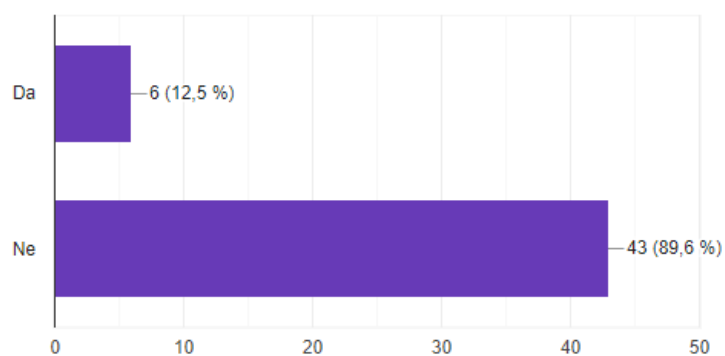


**Grafikon 15.** Postojanje veće angažiranosti lokalnih i regionalnih turističkih organizacija u novim projektima za razvoj cikloturizma i pješaćenja

Izvor: izrada autorice

Kao glavne strategije unapređenja angažmana lokalnih i regionalnih turističkih organizacija u novim projektima za razvoj cikloturizma i pješaćenja naveli su: veću promociju biciklizma i pješaćenja turistima, aktivne rasprave i razvoj staza, razvoj mobilnih aplikacija s dostupnom infrastrukturom te zanimljivim “punktovima” (povijesne znamenitosti, vidikovci, restorana s isključivo domaćom kuhinjom), te marketing.

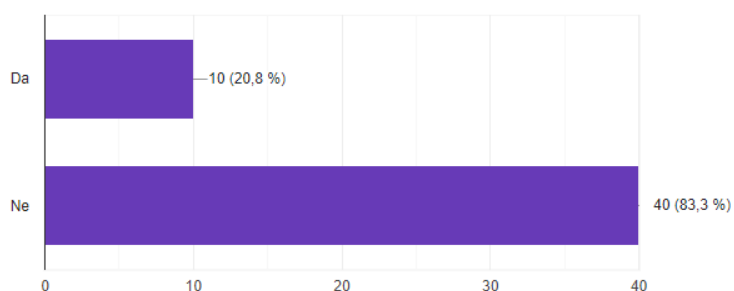




**Grafikon 16.** Ocjena promocije pješačkog turizma

Izvor: izrada autorice

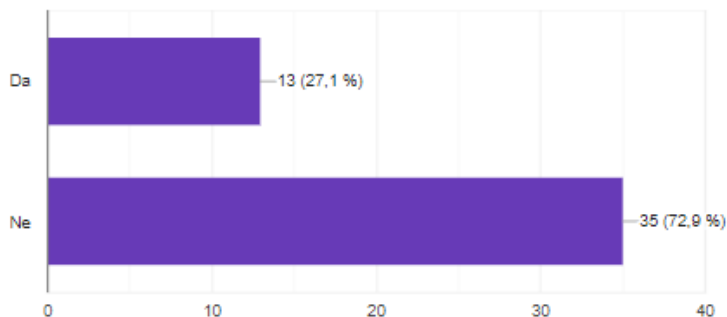
Ispitanici smatraju kako promocija pješačkog turizma u Istri nije dovoljna, dok samo njih 12,5% ocjenjuje promotivne aktivnosti kao dostatne.



**Grafikon 17.** Ocjena promocije biciklističkog turizma

Izvor: izrada autorice

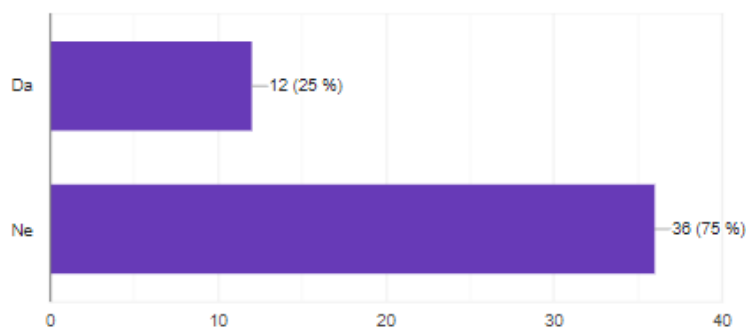
Slično kao kod pješačkog turizma, ispitanici smatraju kako da je promocija biciklističko turizma Istre nedostatna - njih 83,3%, dok samo 20,8% ocjenjuje postojeću promociju dostatnom.



**Grafikon 18.** Ocjena realizacije biciklističkih manifestacija i utrka kroz cjelogodišnji period

Izvor: izrada autorice

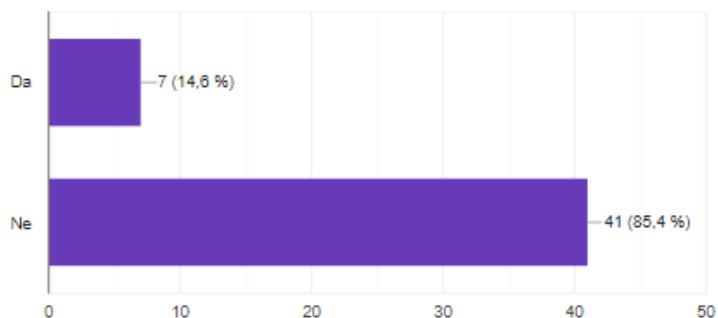
Ispitanici većinom smatraju, njih 72,9%, kako u Istri nema dovoljno biciklističkih manifestacija usmjerenih u popularizaciju biciklističkog turizma, kao ni sportsko-rekreativne ponude utrka tijekom cijele godine. Njih 27,1% smatra da je postojeći broj manifestacija dostatan.



**Grafikon 19.** Ocjena realizacije pješačkih manifestacija kroz cjelogodišnji period

Izvor: izrada autorice

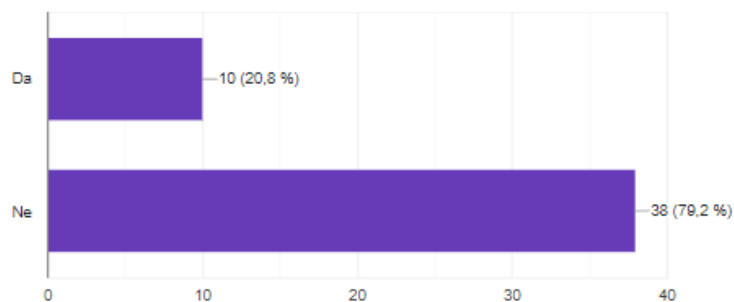
Ispitanici smatraju kako u Istri nema dovoljno pješačkih tura tijekom cijele godine, dok ih 25% smatra da su pješačke ture u Istri zastupljene u adekvatnoj mjeri.



**Grafikon 20.** Ocjena popratnih sadržaja pješačkog turizma izvan glavne turističke sezone

Izvor: izrada autorice

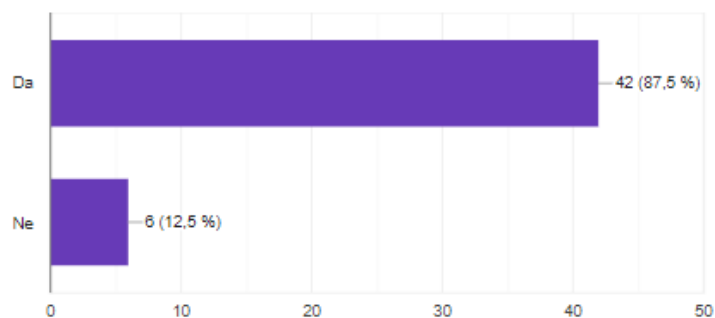
Iz grafikona 20. se vidi kako je 85,4% ispitanika ocijenilo nedostatnima popratne sadržaje izvan sezone. Njih 14,6% ih je ocijenilo dostatnima.



**Grafikon 21.** Ocjena popratnih sadržaja cikloturizma izvan glavne turističke sezone

Izvor: izrada autorice

Ispitanici smatraju većinom, njih 79,2%, kako u Istri nema dovoljno popratnih sadržaja za cikloturiste izvan turističke sezone dok njih 20,8% smatra da ima.



**Grafikon 22.** Ocjena ponude edukacija ponuđačima ugostiteljskih usluga za cikloturiste

Izvor: izrada autorice

Iz grafikona 22. se vidi kako 87,5% ispitanika smatra da bi se tijekom godine trebale održavati razne edukacije ponuđačima ugostiteljskih usluga vezano uz spremnost za prihvata takve vrste gostiju. Njih 12,5% ocijenilo je da nije potrebno.

Ispitanici većinom smatraju kako bi se ponuđači ugostiteljskih usluga u Istri trebali educirati o problematici vezanoj uz spremnost na prihvata ovih tipova gostiju specifičnih potreba. Kao **vrste potrebnih edukacija** istaknuli su: edukacije usmjerene na poticanje zdravog načina života, razne radionice i predavanja o utjecaju ovih oblika turizma, te edukaciju o prihvatu cikloturista, uslugu iznajmljivanja bicikala te potrebnih sadržaja koje moraju osigurati.

Ispitanici većinom smatraju da će pješački turizam odigrati značajnu ulogu u daljnjoj perspektivi razvoja Istre kao prepoznatljive turističke destinacije. Kao glavne razloge toj tvrdnji naveli su da je Istra destinacija bogata prirodnim ljepotama te da bi u budućnosti ona mogla odigrati značajnu ulogu, te da sve više ljudi shvaća ozbiljnost bavljenja sportom i zdravim životom. Nadalje, ispitanici smatraju da će cikloturizam odigrati značajnu ulogu u daljnjoj perspektivi razvoja Istre kao prepoznatljive turističke destinacije. Kao glavne razloge toj tvrdnji naveli su kako Istra napreduje u svakom pogledu, ali da su potrebni dodatni naponi da se nešto sustavno poduzme.

### **4.3. Preporuke za unapređenje biciklističkog i pješačkog turizma u Istri**

Unapređenje biciklističkog i pješačkog turizma u Istri predstavlja ključni faktor za razvoj održive ponude destinacije zbog potencijala za privlačenje posjetitelja tijekom cijele godine te diverzifikaciju turističke ponude. U nastavku su predstavljene preporuke koje bi mogle doprinijeti unapređenju biciklističkog i pješačkog turizma u Istri, a proizlaze iz rezultata istraživanja. Preporuke koje se daju ovim diplomskim radom su vlastite te uključuju sljedeće:

- Razvoj kvalitetnije infrastrukture. Ključno je ulagati u izgradnju i održavanje biciklističkih i pješačkih staza, te njihovo povezivanje s turističkim atrakcijama. Kvalitetno označavanje i mapiranje ruta omogućit će gostima da se lakše snalaze i istražuju regiju.
- Promocija i edukacija. Edukacija o sigurnosti, pravilnom ponašanju i ekološki osviještenom ponašanju treba biti ključan dio promocije biciklističkog i pješačkog turizma. Kampanje i radionice koje podižu svijest o održivom turizmu mogu doprinijeti boljem razumijevanju i poštivanju lokalnog okoliša.

- Diversifikacija ponude. Raznolikost ruta i staza koje odgovaraju različitim nivoima iskustva i kondicije privući će široki spektar gostiju. Također, organizacija tematskih tura (kulturnih, enoloških, prirodnih) dodatno će obogatiti ponudu.
- Uključivanje lokalnog stanovništva. Aktivno uključivanje lokalne zajednice u razvoj i promociju biciklističkog i pješačkog turizma osigurat će autentično iskustvo za posjetitelje. To može uključivati organizaciju vodiča iz među lokalnih stanovnika i promociju lokalnih proizvoda.
- Pružanje informacija. Postavljanje informativnih ploča na ključnim točkama ruta, izrada digitalnih vodiča i aplikacija za mobilne uređaje te organizacija centara za informiranje olakšat će gostima planiranje i istraživanje.
- Inicijativa za održivi turizam. Poticanje gostiju na korištenje ekološki prihvatljivih prijevoznih sredstava kao što su bicikli ili pješčenje može se postići kroz dodatne pogodnosti, popuste ili nagrade za one koji se odluče na održiv način istraživanja regije.
- Suradnja s turističkim sektorom. Partnerstva s lokalnim agencijama, restoranima, smještajnim objektima i drugim dionicima turističke industrije mogu doprinijeti stvaranju cjelovitog iskustva za goste. Paket aranžmani koji uključuju smještaj, hranu i različite aktivnosti potaknut će dulji boravak.
- Redovno održavanje i praćenje. Održavanje biciklističkih i pješačkih ruta te praćenje njihove popularnosti i ocjena gostiju omogućit će pravovremeno reagiranje i poboljšavanje ponude.
- Promocija događanja. Organizacija sportskih događanja kao što su biciklističke utrke i pješački maratoni privući će veći broj posjetitelja i stvoriti dinamičan turistički kalendar.

Unapređenje biciklističkog i pješačkog turizma zahtijeva sinergiju napora lokalnih vlasti, turističkih dionika, organizaciju civilnog društva i samih posjetitelja. Održivo iskustvo koje promiče zdravlje, ekološku svijest i interakciju s lokalnim okruženjem ključno je za dugoročni uspjeh ove vrste turizma u Istri.

## Zaključak

Stanje biciklističkog turizma u Istri predstavlja inspirativan temelj za daljnji razvoj i progres. Istra se već etablirala kao iznimno atraktivna destinacija za bicikliste, zahvaljujući svojoj raznolikoj topografiji, predivnoj prirodi te bogatom kulturnom i gastronomskom nasljeđu. Međutim, kako bi se osigurao trajni uspjeh biciklističkog turizma, potrebno je kontinuirano raditi na unapređenju infrastrukture, promociji, edukaciji te suradnji svih relevantnih aktera. Unatoč napretku i postignućima, postoje i izazovi koji zahtijevaju pažnju. Održavanje kvalitetne biciklističke infrastrukture i staza, njihovo označavanje i povezivanje s ostalim atrakcijama bit će ključno kako bi se osiguralo ugodno iskustvo za sve posjetitelje. Poboljšana promocija i informiranje o dostupnim rutama te njihovim karakteristikama pružit će dodatnu vrijednost gostima i povećati privlačnost destinacije.

Biciklistički turizam u Istri ima potencijal ostvariti dugotrajan i održiv uspjeh, pružajući posjetiteljima ne samo fizičku aktivnost i adrenalin, već i duboki kontakt s prirodom, lokalnom kulturom i bogatstvom regije. Kontinuirani rad na unapređenju infrastrukture, promociji, edukaciji i održivosti osigurat će da Istra ostvari svoj potencijal kao destinacija biciklističkog turizma, uz sve veću prepoznatljivost među ljubiteljima aktivnog turizma. Unapređenje biciklističke ponude može značajno produljiti turističku sezonu, privući različite profile gostiju te pozitivno utjecati na lokalnu ekonomiju. Daljnji razvoj trebao bi uključivati suradnju s lokalnim dionicima, turističkom industrijom, stručnjacima za održivi razvoj i zaštitu okoliša te komunikaciju s posjetiteljima kako bi se kontinuirano unaprjeđivala ponuda sukladno njihovim potrebama i željama. Edukacija i osvještavanje o održivom turizmu, zajedno s razvojem ekološki osviještenih praksi, ključni su za očuvanje prirodnih ljepota Istre i stvaranje autentičnog i nezaboravnog iskustva za sve posjetitelje.

Stanje pješačkog turizma u Istri izaziva optimizam i nudi izvanredan temelj za budući razvoj ove vrste turizma. Istra se već pozicionirala kao destinacija koja privlači pješake svojom prirodnom ljepotom, kulturnom baštinom i raznolikim stazama. No, kako bi se osigurao daljnji uspjeh pješačkog turizma, nužno je kontinuirano raditi na poboljšanju infrastrukture, promociji, edukaciji i suradnji s relevantnim dionicima. Nedvojbeno, pješački turizam u Istri ima svoje izazove. Održavanje kvalitetnih pješačkih staza, njihovo označavanje te osiguranje dostupnosti svim različitim profilima posjetitelja su ključni. Diversifikacija ponude staza koje će zadovoljiti i rekreativne pješake i ozbiljne planinare omogućit će da Istra bude privlačna za širok spektar gostiju.

Istraživanje provedeno među iznajmljivačima privatnog smještaja u Istri o važnosti cikloturizma i pješačkog turizma u odnosu na trajanje sezone u Istri pokazalo je kako ispitanici imaju dovoljno smještajnih kapaciteta za prihvata turista orijentiranih na biciklizam i pješačenje te da imaju mogućnosti i volje pružiti istima segmente turističke ponude unutar svog smještaja (npr. *Bike & Bed*) koji se odnose na bavljenje aktivnošću biciklizma ili pješačenja. Međutim, unatoč dovoljnoj dostupnosti smještajnih kapaciteta i volji iznajmljivača da unaprijede turističku biciklističku i pješačku ponudu, oni smatraju kako Istra još uvijek nema dovoljno sadržaja, primarno infrastrukture te manifestacija. Tu je primarno naglašen nedostatak biciklističke i pješačke infrastrukture u vidu pješačkih staza i popratnih elemenata, kao i nedostatak promocije cikloturizma i pješačkog turizma od strane nadležnih turističkih institucija.

U kontekstu utvrđenih prednosti i nedostataka cikloturizma i pješačkog turizma u Istri utvrđenih primarnim istraživanjem, može se izvesti zaključak da aktualno stanje ovih oblika turizma nije u potpunosti razvijeno, ali niti nije zapostavljeno u odnosu na druge specifične oblike turizma. Ocjena je ispitanika osrednja u kontekstu relativno dobre zastupljenosti biciklističkog i pješačkog turizma u Istri, kao i relativno dostatne ponude takvih turističkih sadržaja. Međutim, još uvijek nedostatna infrastruktura i popratni sadržaji, kao i manifestacije u odnosu na rastuću potražnju cikloturista predstavljaju temeljna ograničenja za učinkovit napredak ovih oblika turizma.

U diplomskom radu dane su preporuke koje se mogu implementirati u funkciji doprinosa unapređenja biciklističkog i pješačkog turizma u Istri. Primarno je tu naglasak na izgradnji potrebne nove infrastrukture i modernizaciji postojeće, te na povećanju količine biciklističkih i pješačkih staza i popratne infrastrukture. Potrebna je i diverzifikacija turističke ponude popratnih sadržaja i edukacija lokalnog stanovništva o važnosti ovih oblika turizma. U konačnici, potrebno je unaprijediti marketinške aktivnosti ovih oblika turizma da bi se Istra jasno istaknula kao biciklistička i pješačka destinacija. Nadalje, suradnja sa zajednicom, lokalnim dionicima i stručnjacima za održivost bit će ključna u daljnjem razvoju biciklističkog i pješačkog turizma. Podizanje svijesti o važnosti očuvanja prirode i kulturne baštine, kao i edukacija o pravilnom ponašanju i ekološki osviještenim praksama, doprinijet će održivom razvoju i zaštiti regije.

## Bibliografija

1. Brščić, K., Šugar, T., Lovrečić, K. (2019): Operativni plan razvoja cikloturizma Istarske županije za razdoblje od 2019. do 2025. godine, Institut za turizam Istarske županije, Poreč.
2. Brščić, K., Šugar, T., Lovrečić, K. (2021): Studija upravljanja kvalitetom razvoja cikloturizma u Istarskoj županiji, Institut za turizam Istarske županije, Poreč.
3. Brščić, Kristina, i Katarina Lovrečić. 2019. How to plan the development of cycle tourism? – Example of Istria County. Tourism as a Generator of Employment (TISC 2019) – Thematic proceedings II
4. Cikloturizam (2023): Rute, dostupno na <https://cikloturizam.hr/rute/>, pristupljeno 20.7.2023.
5. Cikloturizam.hr (2023): Anketa - Cikloturizam u Istarskoj županiji, dostupno na <https://www.istra.hr/hr/top-news/anketa-cikloturizam-u-istarskoj-zupaniji>, pristupljeno 1.8.2023.
6. Colours of Istria (2023): Biciklizam, dostupno na <https://coloursofistria.com/kategorije/sport/biciklizam>, pristupljeno 1.8.2023.
7. Čaplar, A. (2012): Planinarski udžbenik za planinare, penjače, alpiniste, spašavatelje i vodiče, Hrvatski planinarski savez, Zagreb.
8. Čorak, S. (2006): Hrvatski turizam – plavo, bijelo, zeleno, Institut za turizam, Zagreb.
9. DZS (2023): Turizam, dostupno na <https://dzs.gov.hr/>, pristupljeno 5.8.2023.
10. Euro Velo (2012). The European Cycle Route Network , EUROVELO, dostupno na <https://pro.eurovelo.com/download/document/European%20Cycle%20Route%20Network%20EuroVelo%20study.pdf>, pristupljeno 13.7.2023.
11. Galičić, V.; (2014). Leksikon ugostiteljstva i turizma, Opatija, Fakultet za menadžment u turizmu i ugostiteljstvu, Opatija.
12. Geić, S., (2011): Menadžment selektivnih oblika turizma, Sveučilište u Splitu, Split.
13. Grad Pula (2023): Turizam, dostupno na <https://www.pula.hr/hr/opci-podaci/opci-podaci/turizam/>, pristupljeno 13.7.2023.
14. Grad Rovinj (2023): Turizam, dostupno na <https://www.rovinj-tourism.com/hr>, pristupljeno 5.7.2023.



15. Heinen, E. (2022): *Cycling*, Elsevier, London, UK.
16. Hrvatska turistička zajednica (2020): *Turizam u brojkama*, Ministarstvo turizma Republike Hrvatske, Zagreb
17. Hrvatska turistička zajednica (2022): *Turizam u brojkama*, Ministarstvo turizma Republike Hrvatske, Zagreb.
18. Istra Trails (2023): *Staze*, dostupno na <http://www.istria-trails.com/hr/staze>, pristupljeno 09.08.2023.
19. Istra.hr (2023): *Biciklizam*, dostupno na <https://www.istra.hr/hr/dozivljaji/sport-i-outdoor/biciklizam>, pristupljeno 20.7.2023.
20. Istrabike (2023): *Staze*, dostupno na <http://www.istria-bike.com/hr/staze>, pristupljeno 09.08.2023.
21. Jadrešić, Vlatko. 2010. *Janusovo lice turizma, od masovnog do održivog turizma*. Zagreb: Plejada
22. Klarić, Z., Gatti, P. (2006.): *Hrvatski turizam – plavo, bijelo, zeleno*. Institut za turizam, Zagreb
23. Klarić. Z., Kos. G., Krešić. D., Miličević K. (2015). *Akcijski plan razvoja cikloturizma.*, Institut za turizam., dostupno na [https://mint.gov.hr/UserDocsImages/arhiva/151014\\_AP\\_cikloturizam.pdf](https://mint.gov.hr/UserDocsImages/arhiva/151014_AP_cikloturizam.pdf)., str. 27., pristupljeno 15.7.2023.
24. Kocković, T. (2005). *Istarska enciklopedija*. Zagreb: Leksikografski zavod Miroslav Krleža.
25. Luković, T. (2007): *Nautički turizam – definiranje i razvrstavanje*, *Ekonomski pregled*, Vol. 58. No. 11, 2007., str. 689 – 708
26. Poreština.info (2023): *Istria wine and walk*, dostupno na <https://porestina.info/istria-wine-walk-21-5-2022/>, pristupljeno 09.08.2023.
27. Rojo-Ramos, J., Martín-Carmona, R., Galán-Arroyo, C., Manzano-Redondo, F., GarcíaGordillo, M., Adusar, C. (2020): *rekking Tourism in Spain: Analysis of the Sociodemographic Profile of Trekking Tourist for the Design of Sustainable Tourism Services*. *Sustainability* No. 12, str. 1-10.

28. Różycki, P., Dryglas, D. (2014): Trekking as a phenomenon of tourism in the modern world. *Acta Geoturistica*, No. 5, str. 24-40.
29. Ružić, P., Dropulić, M. (2009): Uloga tradicijske prehrane u gastronomskoj ponudi ruralne Istre, *Sociologija i prostor*, Vol. 47, No. 1, str. 57 – 68
30. Staze.hr (2023): Istra – planinarenje, dostupno na <https://staze.hr/area/41>, pristupljeno 10.7.2023.
31. Sustrans (1999). Cycle Tourism, Information pack TT21, Sustrans, Bristol, UK., pp.1, dostupno na: <http://www.tourisminsights.info/ONLINEPUB/ONLINEP/PDFS/SUSTRAN/SUSTRANS%20-%20CYCLE%20TOURISM.pdf>, pristupljeno 07.06.2022.
32. Terra Magica (2023): Pješачke staze, dostupno na <https://www.terramagica.hr/hr/zelena-istra/pjesacke-staze-bilo-kuda-ljepota-svuda/>, pristupljeno 09.07.2023.
33. Turistička zajednica Istarske županije. 2015. Master plan turizma Istarske županije 2015. – 2025. <https://www.istra.hr/hr/business-information/tzi/master-plan-turizma-istre>
34. Veseli izleti (2023): 7 slapova, dostupno na <https://veseli-izleti.com/planinarenje/317-7-slapova-rijeka-mirne-u-istri-jednodnevna-avantura>, pristupljeno 09.08.2023.
35. Vitasović, A. (2014): Konkurentsko pozicioniranje turističke ponude Republike Hrvatske u Gržinić, J., Bevanda, V. (2014): Suvremeni trendovi u turizmu, Sveučilište Jurja Dobrile u Puli, str. 116-153
36. WHO (2022): Walking and cycling: latest evidence to support policy-making and practice, WHO, Ženeva.
37. Yachts Croatia (2023): Istarske stancije, dostupno na <https://www.yachtscroatia.hr/istarske-stancije/>, pristupljeno 09.08.2023.

# Popis ilustracija

## Tablice

Tablica 1. Dolasci i noćenja domaćih i stranih gostiju 2021. i 2022. godine	6
Tablica 2. Dolasci i noćenja u najznačajnijim destinacijama Istre u 2022. godini	8
Tablica 3. Podjela tržišta cikloturista prema osnovnim odrednicama profila	16
Tablica 4. Kritične dionice i sugerirane alternative za kretanje biciklista u Istri	26
Tablica 5. Najznačajnije pješačke staze u Istri	32

## Grafikoni

Grafikon 1. Ispitanici kao vlasnici privatnog smještaja	41
Grafikon 2. Smještajni kapaciteti ispitanika	42
Grafikon 3. Ponuda Bike & Bed smještaja	42
Grafikon 4. Primjećivanje gostiju planinara/pješaka/hikera	43
Grafikon 5. Zadovoljstvo iznajmljivača postojećim biciklističkim i pješačkim stazama	43
Grafikon 6. Zadovoljstvo iznajmljivača razvijenošću biciklističkog i pješačkog turizma	44
Grafikon 7. Zadovoljstvo iznajmljivača radom TZ na razvoju biciklističkog/pješačkog turizma	44
Grafikon 8. Korištenje pješačkih staza u Istri	45
Grafikon 9. Korištenje biciklističkih staza u Istri	46
Grafikon 10. Ocjena obilježavanja biciklističkih staza	46
Grafikon 11. Ocjena obilježavanja pješačkih staza	47
Grafikon 12. Dostupnost apartmana i kuća za odmor opremljenih za prihvrat biciklista	47
Grafikon 13. Utjecaj pješačkog turizma na produljenje turističke sezone	48
Grafikon 14. Utjecaj cikloturizma na produljenje turističke sezone	49
Grafikon 15. Postojanje veće angažiranosti lokalnih i regionalnih turističkih organizacija u novim projektima za razvoj cikloturizma i pješačenja	49
Grafikon 16. Ocjena promocije pješačkog turizma	50
Grafikon 17. Ocjena promocije biciklističkog turizma	50
Grafikon 18. Ocjena realizacije biciklističkih manifestacija i utrka kroz cjelogodišnji period	51
Grafikon 19. Ocjena realizacije pješačkih manifestacija kroz cjelogodišnji period	51
Grafikon 20. Ocjena popratnih sadržaja pješačkog turizma izvan glavne turističke sezone	52
Grafikon 21. Ocjena popratnih sadržaja cikloturizma izvan glavne turističke sezone	52
Grafikon 22. Ocjena ponude edukacija ponuđačima ugostiteljskih usluga za cikloturiste	52

## Slike

Slika 1. Biciklističke signalizacije na biciklističkim stazama Istra	20
--	----