

## Памятка

### для участников конного тура по горам Алтая (турприют «Аркадия»)

#### **Встреча туристов**

Встреча группы – в день заезда в 11 часов (+4 моск.) утра местного времени в с.Элекмонар по адресу ул.Алтайская 2 – кафе «Манас». Как добраться до с.Элекмонар нужно заранее обсудить с туроператором. Возможен заказ группового трансфера из городов Барнаул, Бийск, Горно-Алтайск.

#### **О маршруте**

Маршрут конно-верховой 1 категории сложности. В походе груз вьючится на лошадях. Тяжелые подъемы и спуски, каменистые участки туристы проходят пешком, ведя лошадей в поводу. Проживание на турбазе в летней мансарде, комнаты по 5-2 человека, в походе в палатках. В турбазе выдается постельное белье, спальник, посуда, палатки, плащи химзащитные, коврики туристические двухслойные пенополипропиленовые, конное снаряжение и арчимаки (переметные сумы). Лишние вещи и сумки на период похода сдаются на склад. Ценные вещи под расписку директору. Населенных пунктов по трассе похода нет. Ближайший населенный пункт - с.Элекмонар. Навыки обращения с лошадьми или туристический опыт необязательны. В первый день перед походом туристы обучаются седловке и верховой езде, совершают тренировочные поездки. В походе ловят, седлают, грузят лошадей туристы самостоятельно, при необходимости с помощью инструктора. Лошади подбираются по силе и темпераменту индивидуально каждому туристу.

В турприюте можно приобрести мед высокогорный, сувениры. Приобретать что-то у местного населения желательно только посоветовавшись с инструктором.

#### **О климате**

На перевалах и высокогорье в летнее время может выпасть кратковременный снег. Но в основном летом преобладает солнечная или переменная погода, температура может подниматься до + 35 градусов. По количеству солнечных дней Алтай не уступает Сочи. Большие перепады дневных и ночных температур (высокогорный эффект). Высота расположения турбазы - 700 м над уровнем моря. Высота стоянок в походе 1500-2000 м. На маршруте проходятся природно-климатические зоны: тайга, альпийские луга, кедррачи, тундровые зоны. Температура воды 4-6 ° в реках, 10-12 ° в озерах.

По ходу маршрута много лечебных растений: чабрец, зверобой, тысячелистник, душица, лабазник (белоголовник), марьин корень, маралий корень, золотой корень, бадан, жимолость. В больших количествах вывоз лекарственных растений запрещен.

#### **Требования к участнику тура**

Тур не требует специальной подготовки, в нем могут участвовать все желающие. Технические навыки, необходимые для преодоления локальных и протяженных препятствий, организации

ночлегов в полевых условиях и другие приобретаются по ходу проведения тура. Лучше Вас никто не знает о состоянии Вашего здоровья, поэтому при наличии индивидуальных отклонений, обязательно предупредите об этом заранее.

## **Питание**

В стационарных и походных условиях питание трехразовое, пищу готовит гид-проводник на костре. При желании туристов возможна и их помощь. Личную посуду туристы моют самостоятельно. Вода берется из ручьев, рек. Туристы заготавливают дрова для кухни и вечернего костра. Кухонный костер обслуживается гидом-проводником.

## **Необходимое личное снаряжение:**

1. Во время конного маршрута все ваши личные вещи упаковываются в арчемаки (специальные выючные сумы). Для удобства в конное путешествие можно взять небольшой рюкзак или поясную сумку для самых необходимых вещей.
2. Надежный непромокаемый вкладыш, полиэтиленовые пакеты (непромокаемый мешок для защиты особо ценных личных вещей).
3. Обувь для конной части маршрута. Вам необходимо иметь сапоги, которые могут быть кожаными, резиновыми, кирзовыми, главное чтобы они не промокали и закрывали голенище от натирания об стременной ремень (путлище) или высокие ботинки. Сапоги должны быть свободными, чтобы одеваться с шерстяными носками.
4. Сменная обувь для пешеходных прогулок и для отдыха в лагере (кроссовки), сланцы для душа и бани.
5. Удобная свободная одежда для верховой езды - брюки из плотной мягкой ткани без грубых внутренних швов.
6. Удобные спортивные брюки, не сковывающие движения, сделанные из легкого быстросохнущего материала способные сохранять тепло при низкой температуре. Пригодятся вам в лагере, и при радиальных пеших выходах.
7. Легкий непромокаемый плащ.
8. Свитер, тёплая куртка и шапка. Вещи должны быть и на температуру -5 градусов и на температуру + 35 градусов. Теплой одежды берите 2 комплекта, чтобы можно было переодеться в сухое, если вы промокли под дождем. Возьмите побольше полиэтиленовых пакетов, в них вы будете упаковывать свои вещи.
9. Пара футболок и рубашка с воротником и длинными рукавами.
10. Головной убор на выбор: шляпа с полями или панамы, кепка с длинным козырьком для защиты от слепящего низкого солнца; обязательно флисовая или шерстяная шапка.
11. Перчатки, чтобы не натирать руки о поводья (подойдут простые хлопчатобумажные).
12. Носки – 3-4 пары хлопчатобумажных или льняных, 2 пары шерстяных.
13. Купальный костюм.
14. Туалетные и гигиенические принадлежности, полотенце, влажные салфетки, мыло, шампунь. В том числе гигиеническую губную помаду и крем от солнца с высоким фактором защиты.

15. Солнцезащитные очки, защищающие глаза от ультрафиолетовых лучей в горах.
16. Маленький фонарик. Запасные аккумуляторы, батарейки или пауэрбэнки. Возможный вариант: экономичные налобные фонарики с диодными лампочками.
17. Индивидуальные лекарственные средства, в т.ч. от ушибов, ссадин, мозолей и опрелостей (можно натереть ноги при езде верхом). Эластичные наколенники или 2 эластичных бинта для фиксации коленных суставов.
18. Небольшая фляга для воды или термос для чая (можно использовать пластиковую бутылку ёмкостью 0,5 л).
20. Фотоаппарат, если необходим.
21. Репелленты от комаров, клещей и пр.кровососущих.
22. Записную книжку, ручку. Английскую булавку, иголку и нитки. Зажигалку. Карманный складной нож.

На турбазе можно взять напрокат: куртки и телогрейки (44-52 размер), сапоги резиновые (35-45 размер).

Готовя экипировку к конному туру, руководствуйтесь тем, что ваша лошадь на маршруте будет перемещать не только вас, но и ваши личные вещи, а также групповое снаряжение и продукты. Отнеситесь продумано к подбору необходимых вам вещей, исключите лишние вещи, которые заведомо будут тяготить и вас и вашу лошадь. Ценные вещи желательно с собой в поход не брать!

#### **Меры профилактики укуса клеща (нужно сделать самостоятельно при желании):**

Вакцинация: сейчас есть специальная вакцина, позволяющая делать прививку от клеща даже маленьким детям, начиная с возраста одного года.

Собираясь в лес, необходимо одеться так, чтобы исключить возможность попадания клещей под одежду. Брюки надо заправить в сапоги, рубашку - в брюки; манжеты рукавов, воротник, должны плотно прилегать к телу.

Для отпугивания клещей на одежду можно наносить отпугивающие средства (репелленты).

При присасывании клеща необходимо своевременно обращаться за медицинской помощью.

За последние 20 лет в Элекмонаре не было случаев заражения клещевым энцефалитом, но в аптечку гид-проводник включит таблетки Йодантипирина от клещевого энцефалита.

#### **Сопровождение на маршруте.**

Группу на активной части маршрута обслуживают опытные гиды-проводники (1-3 человека на группу), имеющие опыт работы на маршруте.

#### **Безопасность.**

Выполнение этого пункта возлагается на гидов и руководителей маршрутов.

Вы добровольно приобрели путевку и знаете, что горы, реки, лес являются местами повышенной опасности для здоровья и жизни городских жителей, попавших в условия природной среды. Здесь бывают: дожди, возможен снег на перевалах, сильные ветры, затяжная непогода, низкие и высокие

температуры воздуха, резкая смена погоды, пожары, паводки. На человека влияет перепад температур, высот, повышенная ультрафиолетовая активность солнца и другие факторы.

Маршруты проходят по малонаселенным и ненаселенным территориям, лишенных благ цивилизации, поэтому турист должен быть готов к путешествию и не бояться походных условий и невзгод погоды.

Перед выходом на активную часть маршрута гидами-проводниками проводится инструктаж по технике безопасности. Турист обязан соблюдать правила личной безопасности и правила, изложенные в инструкции, выполнять указания и команды гида-проводника.

Гид-проводник является одновременно руководителем похода. В силу возложенной на него ответственности, имеет право изменить или вообще отменить маршрут в случае резкого изменения погоды, угрозы наводнения и других обстоятельств форс-мажора, а также при тяжелом заболевании или же получении травм участниками похода.

Маршрут и график движения могут быть скорректированы по соображениям безопасности (уровень воды в реке, паводки, неблагоприятные метеоусловия и другое), либо по иным, независящим от организатора причинам. В любом случае об этом Вам будет сообщено. Не настаивайте на прохождении препятствия по самому опасному пути, гид-проводник самостоятельно оценивает готовность группы и сложность участка.

Вам необходимо учитывать факторы риска для здоровья и благополучного прохождения маршрута:

– *Травмоопасные*: неосторожность при преодолении естественных и искусственных препятствий, не соблюдение техники безопасности, не выполнение указаний гида-проводника, недисциплинированность, самовольство, бравада и т.д.;

– *Пожароопасные*: курение вне разрешенных зон, разведение костров в не отведенных местах (без согласования с гидом-проводником); непотушенные спички, сигареты, костры могут стать причиной природных катастроф.

– *Биологические*: употребление продуктов питания, привезенных с собой или купленных в пути, не известных Вам грибов, ягод, растений и лекарственных препаратов.

В Горном Алтае встречаются ядовитые растения: цикута, борец, черемица и вороний глаз, из ядовитых грибов: бледная поганка и мухомор, из ядовитых рептилий только гадюка.

– *Повышенные или пониженные температуры воздуха*: несоответствующая погодным и природным условиям личная одежда и экипировка.

Вы должны быть очень мобилизованы, не отставать от группы, не отвлекаться по мелочам и всегда быть готовыми помочь ближнему.

*!!! Сотовой связи во время проживания на базе и во время похода нет. Ближайший населенный пункт, где доступна сотовая связь - село Элекмонар. В Чемале и Элекмонаре есть связь МТС, Билайн и Мегафон.*

### **Охрана природы.**

Уважительное, бережное отношение к природе – важнейшее правило поведения туриста. Никогда не забывайте, что, находясь в путешествии, Вы находитесь в гостях у друга – ПРИРОДЫ. Не делайте ничего такого, что Вы сочли бы неприличным сделать в гостях. Недопустима – татуировка скал, камней, стволов деревьев. Фантики, окурки, бумагу, полиэтиленовые мешки и прочие отходы Вашей деятельности нужно сжечь на костре или утилизировать.

### **Страхование.**

Бесплатное медицинское обслуживание на территории России осуществляется по полису медстрахования, поэтому **в поездку обязательно берите с собой полис ОМС**. Дополнительное страхование жизни и здоровья осуществляется участником группы самостоятельно в любой организации, занимающейся страховой деятельностью.

**Выполнение инструктажа турфирмы, указаний гида-проводника, Ваша личная дисциплинированность и осторожность – гарантия Вашей безопасности на маршруте!**

ТЕЛЕФОНЫ ДЛЯ ЭКСТРЕННОЙ СВЯЗИ С ТУРОПЕРАТОРОМ:

+79136963554, +79126531089, +79058058517

WhatsApp, Telegram, Max: +79136963554

Мы желаем вам приятного путешествия!