



Министерство культуры Челябинской области
Областное государственное бюджетное учреждение культуры
«Центр развития туризма Челябинской области»

Памятка активных видов туризма



ВОСХИЩАТЬСЯ. МЕЧТАТЬ. ВОЗВРАЩАТЬСЯ.

ПОКОРЯТЬ. ПОБЕЖДАТЬ. НАСЛАЖДАТЬСЯ.

КАТАТЬСЯ. ЛЮБИТЬ. КУПАТЬСЯ.

Добро пожаловать на Южный Урал!

Во время поездки при себе необходимо иметь:

- оформленную путевку (если требуется);
- посадочный талон (если требуется);
- для детей – свидетельство о рождении;
- для взрослых – паспорт или другой документ, удостоверяющий личность (военный билет, паспорт моряка).

НЕОБХОДИМО ВЗЯТЬ С СОБОЙ НА СПЛАВ:

- теплые вещи (головной убор, две пары походной обуви, два комплекта вещей для спортивного отдыха, солнцезащитные очки, ветрозащитный костюм, защиту от дождя (в идеале мембранную);
- предметы личной гигиены;
- фонарик со сменными батарейками;
- спальный мешок;
- палатка;
- рюкзак (от 80 литров);
- КЛМН (кружка, ложка, миска, нож);
- коврик туристический;
- костровые принадлежности;
- средства защиты от насекомых и клещей;
- гермомешок (на случай дождя)
- купальные принадлежности.

Отправляясь в организованный туристический поход, убедитесь, что у организаторов (инструкторов) путешествия, имеются все необходимое оборудование для бивака и прохождения маршрута.

Снаряжение должно быть легким, удобным и простым в обращении. Обустройством бивуака (установка палаток, заготовка дров, разведение костра и т.д.) осуществляется силами туристов под руководством инструктора.

Медицинское обслуживание: стандартная походная аптечка. Каждому туристу желательно привить себя от клещевого энцефалита. Лицам, нуждающимся в постоянном врачебном наблюдении, путешествовать по маршрутам не рекомендуется.

Программа любого маршрута может быть незначительно изменена по объективным причинам.

Каждый участник обязан соблюдать технику безопасности и выполнять команды инструктора.

Сплавы по рекам осуществляются на 4-х, 6-ти, 8-ми местных катамаранах. В качестве специального снаряжения туристам выдаются: спасжилеты. Если Вы берете с собой фотоаппарат или видеокамеру, следует позаботиться о непромокаемой дополнительной упаковке. Некоторые препятствия на реках при понижении уровня воды, становятся не доступными для прохождения, поэтому возможен провоз судна без пассажиров и даже без груза. Во время движения по воде судном управляют сами участники похода под руководством опытного инструктора. Требуется – некоторая выносливость и умение в сложных моментах прислушиваться к мнению более опытных гидов.

ТУРИСТУ ПЕШИХ МАРШРУТОВ НЕОБХОДИМО ИМЕТЬ С СОБОЙ:

- трекинговые ботинки;
- одежда для пешего трекинга (теплая куртка(легкий пуховик), водонепроницаемый костюм с капюшоном(желательно с мембраной), свитер, перчатки, вязаная шапочка);
- спальный мешок (если требуется);
- палатка;
- рюкзак (от 80 литров);
- КЛМН (кружка, ложка, миска, нож);
- коврик туристический;
- костровые принадлежности;
- средства защиты от насекомых и клещей;
- гермомешок (на случай дождя)
- купальные принадлежности.

Отправляясь в организованный туристический поход, убедитесь, что у организаторов (инструкторов) путешествия, имеются все необходимое оборудование для бивака и прохождения маршрута.

Ежедневные переходы (около 15-25 км) в спокойном темпе, предполагают нормальную физическую форму.

Рекомендуется предварительная консультация у врача.

ТУРИСТУ КОННЫХ МАРШРУТОВ НЕОБХОДИМО ИМЕТЬ:

- сапоги, которые могут быть кожаными, резиновыми, кирзовыми, главное чтобы они не промокали и закрывали голенище от натирания об стременной ремень (путлище);

- удобная одежда для верховой езды брюки из плотной мягкой ткани, необходимо также иметь перчатки (простые) т.к. зачастую с непривычки можно натереть поводом мозоли на руках, ветрозащитный костюм.

Необходимо позаботиться о защите от дождя, которая не должна быть яркой и шуршащей, чтобы не напугать коня.

Наличие теплых вещей обязательно в случае, если маршруты проходят на больших высотах, где возможны похолодания и выпадения осадков в виде снега.

Личные вещи желательно упаковывать в полиэтиленовые мешки.

Вещи, продукты и снаряжение перевозят в специальных переметных сумках (арчемак), которые вьючатся на лошадей участников похода.

Группу сопровождают 1-2 инструктора, 1-2 конюха.

На крутых склонах, каменных россыпях, снежных, болотистых, заваленных участках лошадей ведут в поводу. Поэтому турист должен быть физически готов к этим переходам.

Турист, отправляясь в конное путешествие должен знать, что лошадь в походе средство передвижения и перевоза груза, поэтому требует особо бережного отношения. Езда галопом во время похода не предусматривается.