

# РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ОСЕННЕМУ/ВЕСЕННЕМУ КОННУМУ ТУРУ



## НАШИ КОНТАКТЫ

[www.ALTAY.HORSE](http://www.ALTAY.HORSE)

[VK.COM/ALTAY.HORSE](http://VK.COM/ALTAY.HORSE)

[@ALTAY.HORSE](http://@ALTAY.HORSE)

[TRAVEL@ALTAY.HORSE](mailto:TRAVEL@ALTAY.HORSE)

[+7\(925\)700-03-02](tel:+79257000302)

[+7\(966\)095-03-02](tel:+79660950302)

# ОГЛАВЛЕНИЕ



## ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ

Важное .....	3
Предметы гигиены .....	3
Одежда .....	4
Обувь .....	5
Будет полезно .....	5

## ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Защита от укуса клеща .....	6
Погодные условия .....	6
Требования к туристу.....	7

## ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

Как вести себя с лошадью .....	8
Как вести себя с инструктором .....	11

## МОБИЛЬНАЯ СВЯЗЬ

Мобильные операторы и зона покрытия .....	12
---	----

## КАК ДО НАС ДОБРАТЬСЯ

Маршрут .....	13
Цены .....	13
Шаг за шагом (через г. Горно-Алтайск) .....	14
Шаг за шагом (через г. Барнаул без пересадки).....	15
Шаг за шагом (через г. Барнаул с пересадкой в г. Горно-Алтайске) .....	16
Шаг за шагом (через г. Новосибирск) .....	17
<b>КОНТАКТЫ .....</b>	<b>18</b>

# ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ

список необходимых вещей



## 1 ВАЖНОЕ

### ПАСПОРТ

**ДЕНЬГИ НАЛИЧНЫМИ** (практически везде в Республике Алтай оплатить покупку можно картой или через приложение, но сбои всё ещё случаются, без наличных – никак)

### ТЕЛЕФОН

**POWER BANK** (портативное зарядное устройство) [похожий товар](#)

### ФОТОАППАРАТ

### ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ПРЕПАРАТЫ

**НЕБОЛЬШОЙ РЮКЗАК** (не более 30x30см) ИЛИ СУМКА НА ПОЯС (чтобы под рукой всегда были бутылка воды, телефон/камера, салфетки) [похожий товар](#)

## 2 ПРЕДМЕТЫ ГИГИЕНЫ

### ЗУБНАЯ ЩЁТКА И ПАСТА

### ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ПОМАДА

**ШАМПУНЬ** (можно заменить мылом)

### ВЛАЖНЫЕ САЛФЕТКИ

### РАСЧЁСКА

### АНТИБАКТЕРИАЛЬНЫЙ КРЕМ

**СОЛНЦЕЗАЩИТНЫЙ КРЕМ** и др.



ВСЕ СРЕДСТВА МЫ РЕКОМЕНДУЕМ ПЕРЕЛИТЬ / ПЕРЕЛОЖИТЬ  
В СПЕЦ. КОНТЕЙНЕРЫ ДЛЯ ПОЕЗДОК [похожий товар](#)  
ЭТО УМЕНЬШИТ ВЕС ВАШЕГО БАГАЖА

# ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ

список необходимых вещей



## 3 ОДЕЖДА

**ФУТБОЛКА** (2-3 шт.)

**КОФТА И СВИТЕР** [похожий товар](#)

**ТЕРМОБЕЛЬЁ** [похожий товар](#)

**ШТАНЫ ИЗ ПЛОТНОЙ НЕПРОМОКАЕМОЙ ТКАНИ** [похожий товар](#)

**ШТАНЫ ЛЁГКИЕ** [похожий товар](#)

**КУРТКА УТЕПЛЁННАЯ, ПРОСТОРНАЯ** [похожий товар](#)

**ВЕТРОВКА (штормовка)** [похожий товар](#)

**ТЕРМО / ШЕРСТЯНЫЕ НОСКИ** (в дополнение к обычным носкам)

**ПЕРЧАТКИ** [похожий товар](#)

**ГОЛОВНОЙ УБОР** **обязательно!** (кефка или панамка в жаркую погоду + шапка для холодной погоды)

**ШАРФ / БАФФ**

**ДОМАШНЯЯ ОДЕЖДА**

**ОДЕЖДА ДЛЯ СНА**

**А В СЛУЧАЕ НЕПОГОДЫ МЫ ВЫДАДИМ ВАМ  
НЕПРОМОКАЕМЫЙ ПЛАЩ ОЗК!**

# ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ

список необходимых вещей



## 4 ОБУВЬ

**БОТИНКИ** (высотой по середину голени, подошва без глубокого протектора )

**ГАМАШИ («ФОНАРИКИ») / КРАГИ похожий товар**

**ТАПОЧКИ / ШЛЁПАНЦЫ** (ходить в доме / дойти до бани)

## 5 БУДЕТ ПОЛЕЗНО

**ВОДОНЕПРОНИЦАЕМЫЙ ЧЕХОЛ** (для ценных вещей) похожий товар

**ТУРИСТИЧЕСКАЯ СИДУШКА** (хоба, “поджопник”) похожий товар

**СОЛНЦЕЗАЩИТНЫЕ ОЧКИ**

**НОЖ С ОТКРЫВАЛКОЙ**

**ТЕРМОС ИЛИ ТЕРМОКРУЖКА** похожий товар

**СРЕДСТВА ОТ НАСЕКОМЫХ** (их на Алтае практически нет, одного баллончика вполне достаточно)

**ГРЕЛКИ ДЛЯ НОГ / РУК** похожий товар

**КРАСИВОЕ ПЛАТЬЕ** (для красивых фото)

**ПЛАВКИ / КУПАЛЬНИК** (для желающих искупаться в голубых озёрах)

В ДАЛЬНЕЙШЕМ ГАМАШИ ВАМ ОЧЕНЬ ПРИГОДЯТСЯ ПРИ ПРОГУЛКАХ ПО ЛЕСУ И ЛЮБЫХ АКТИВНОСТЯХ, ВПЛОТЬ ДО КОННЫХ ПОХОДОВ ЛЕТОМ, ТАК КАК ЗАЩИЩАЮТ ОТ ГРЯЗИ, КОНСКОГО ПОТА, МОКРОЙ ТРАВЫ И Т.Д.

# ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ



## ЗАЩИТА ОТ УКУСА КЛЕЩА

**МАЙ и СЕНТЯБРЬ** – месяцы, когда на Алтае **активизируются клещи**. Поэтому каждому туристу желательно **заранее сделать прививку**.

В каждом городе есть прививочные пункты, уточняйте самостоятельно способы вакцинации.

Тот, кто не успел сделать прививку, может приобрести рекомендованный СЭС **профилактический препарат "ЙОДАНТИПИРИН"** и за 3 дня до приезда на Алтай начать его принимать по инструкции.



## ПОГОДНЫЕ УСЛОВИЯ

Собираясь в тур весной или осенью, стоит помнить, что **погода в горах Алтая весьма непредсказуема!** Температура воздуха колеблется **от +5°C до +20°C** днём и **от +5°C до -5°C** ночью.

Возможны частые и быстрые смены погодных условий.

Участник тура должен быть готов ко всем переменам погоды и одет на все случаи жизни!

**ВНИМАТЕЛЬНО ИЗУЧИТЕ РЕКОМЕНДОВАННЫЙ СПИСОК ВЕЩЕЙ! НЕ ПРЕНЕБРЕГАЙТЕ ТЁПЛЫМИ ВЕЩАМИ И КРЕМОМ ОТ ЗАГАРА!**

# ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ



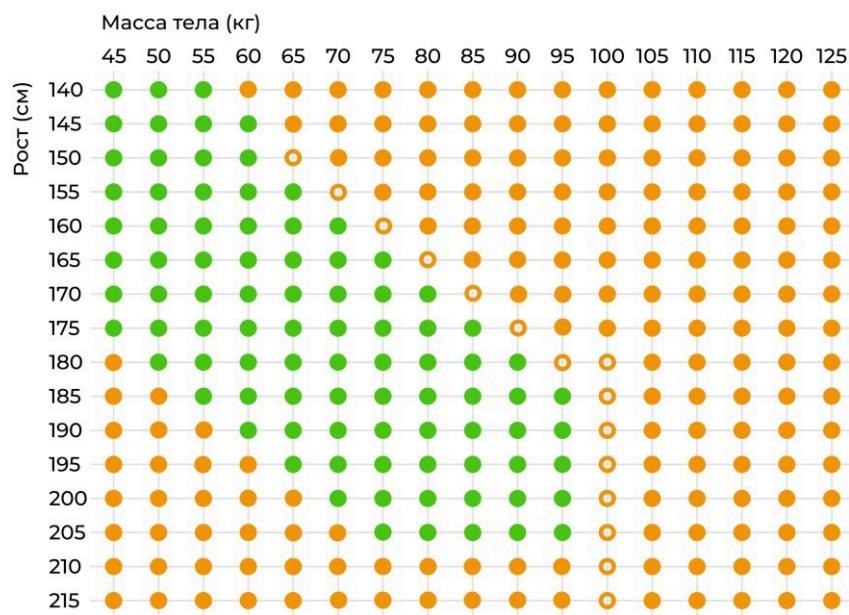
## ТРЕБОВАНИЯ К ТУРИСТУ

Дорогие друзья, мы рады видеть абсолютно всех в конном туре, но вынуждены установить следующие ограничения:

### В конный тур не допускаются:

- дети младше 12 лет
- люди старше 65 лет
- беременные женщины
- люди с недопустимым соотношением роста и массы тела (см. таблицу)

**Таблица соотношения роста и массы тела всадника  
для прохождения конного похода**



- — допустимое
- — недопустимое
- — требует индивидуального согласования с руководителем

МЫ ЗАБОТИМСЯ О ТОМ  
ЧТОБЫ ВАШ ОТПУСК  
БЫЛ ОТДЫХОМ,  
А НЕ ИСПЫТАНИЕМ!

### Не рекомендуется участие:

- людям в плохой физической форме
- людям с хроническими заболеваниями / мед. противопоказаниями

**P.S.** если вы относитесь к одной из данных категорий, то мы готовы рассмотреть вашу заявку индивидуально

# ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

как вести себя с лошадьми и инструкторами



## КАК ВЕСТИ СЕБЯ С ЛОШАДЬЮ

В условиях похода по горной местности управлять лошадью достаточно легко. В колонне лошади движутся самостоятельно одна за другой. Это для них привычное дело, тропы они знают хорошо. Задача всадника только:

- **держать дистанцию между лошадьми** (не слишком далеко и не слишком близко);
- в некоторых случаях, сидя верхом на лошади, **отталкиваться рукой от стволов деревьев и беречь голову** от низких веток;
- **не давать лошади постоянно есть траву** (для этого натяните повод и поднимите голову лошади);
- **не ездить через кусты;**
- **строго следовать тропой, выбранной инструктором, и не заходить в опасные места:** крутые откосы, в глубокие места рек;
- **не давать лошади прыгать с камней.**

Хлеб с солью есть?



НАШИ ЛОШАДКИ ДОБРЫЕ И СПОКОЙНЫЕ!  
С НИМИ СПРАВИТСЯ ДАЖЕ НЕОПЫТНЫЙ ВСАДНИК.  
ЧЁТКО СЛЕДУЙТЕ СОВЕТАМ ИНСТРУКТОРОВ  
И У ВАС ВСЁ ПОЛУЧИТСЯ!

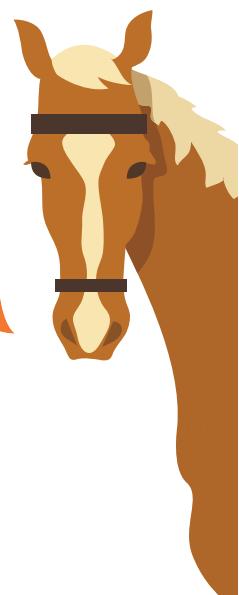
# ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

как вести себя с лошадьми и инструкторами



- **Лошадь – большое и мощное животное.** Следите, чтобы она случайно не наступила вам на ногу.
- **Подходить к лошади СЗАДИ НЕЛЬЗЯ!** Наши лошади спокойны, но все же они – ЛОШАДИ:) Могут испугаться и лягнуть.
- Сделав запланированную или вынужденную остановку в пути, **не отпускайте лошадь.** Её необходимо привязать или попросить инструктора/товарища подержать.
- Алтайских лошадок следует привязывать не за повод, а за **чембур** – специальную верёвку. Чембур также используется для того, чтобы подгонять лошадь или вести её «в поводу».
- Очень важно **соблюдать дистанцию** между лошадками и не отставать.
- **Дистанция должна быть 2-3 метра.** Такое расстояние между всадниками позволяет экономить время перехода, не сбиваться с тропы, выбранной инструктором, и беречь силы лошадок.
- Если вы понимаете, что отстаёте, **лошадь необходимо подгонять.** Для этого пользуйтесь чембуром – это нормально, лошади не будет больно.

Я БОЛЬШОЙ И МОЩНЫЙ! ПФР...  
БУДЬ СО МНОЙ ЛАСКОВ И НЕ ПУГАЙ!



# ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

как вести себя с лошадьми и инструкторами



- Во время перехода **следите за своими ощущениями**. Если чувствуете, что **седло «уезжает»** влево / вправо / вперёд / назад - незамедлительно **сообщите инструктору**.
- **Следите за состоянием лошади** – ноги (хромота), спина (шишки, ссадины). Если что-то увидели – сообщайте инструктору.
- **Лошадь – ваш лучший друг, товарищ и брат** во время похода. Постарайтесь установить с ней контакт. Чтобы вы друг другу доверяли и между вами появилось взаимопонимание – разговаривайте с лошадью, хвалите, гладьте и т.д. Достоверно известно – лошади такое внимание очень приятно! :)



А ТЫ МНЕ УЖЕ НРАВИШЬСЯ.  
НЕ ТЕРПИТСЯ ТЕБЯ ПРОКАТИТЬ!

# ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

## как вести себя с лошадьми и инструкторами



### КАК ВЕСТИ СЕБЯ С ИНСТРУКТОРОМ

Во время маршрута необходимо прислушиваться, а в какие-то моменты и беспрекословно выполнять рекомендации инструктора, т.к. от этого зависит ваша безопасность, а в частности:

- **ПРЕДУПРЕЖДАЙТЕ** инструктора о том, что уходите со стоянки (например, чтобы пойти погулять, пофотографировать и т.д.). Обязательно сообщите какое приблизительно время вы планируете отсутствовать и в какую сторону собираетесь идти;
- **ВЫПОЛНЯЙТЕ** все указания инструктора во время перехода;
- **НЕ ОБИЖАЙТЕСЬ и НЕ СЕРДИТЕСЬ** на инструктора, когда он даёт объективные рекомендации;



**ПОМНИТЕ ИНСТРУКТОР – ЭТО ВАШ ПОХОДНЫЙ  
ДРУГ И ПОМОЩНИК, БЕРЕГИТЕ ЕГО! :)**

# МОБИЛЬНАЯ СВЯЗЬ



## МОБИЛЬНЫЕ ОПЕРАТОРЫ И ЗОНА ПОКРЫТИЯ

В пределах с. Элекмонар стабильно работают мобильные операторы **Билайн, Мегафон и МТС**.

В нашем штабе вполне успешно работает **Wi-Fi**.



# КАК ДО НАС ДОБРАТЬСЯ

расписание автобусов, маршруты и цены



## МАРШРУТ

### ПОЕЗДОМ ИЛИ САМОЛЁТОМ

до Новосибирска/Барнаула/Горно-Алтайска

далее на **АВТОБУСЕ** (Новосибирск / Барнаул / Горно-Алтайск - Чемал)  
**до населенного пункта Элекмонар** (7 км. не доезжая с. Чемал).

или заказать **ТРАНСФЕР** из города прибытия до с. Элекмонар  
(оговаривается с организатором не ранее, чем за месяц до начала тура).



## ЦЕНЫ

### САМОЛЕТ

 время в пути ~4ч.20 мин.

- Москва - Барнаул - Москва ~ 20.000\* р.
- Москва – Новосибирск – Москва ~ 18 000\* р.
- Москва – Горно-Алтайск - Москва ~ 25.000\* р.

\* Цены могут варьироваться в зависимости от авиакомпании, сезона, акций, проводимых выбранной авиакомпанией.

### ПОЕЗД

 время в пути ~56ч.

- Москва - Барнаул - Москва ~ 10.000 р.

### АВТОБУС

- Новосибирск – Чемал (~ 2200 р.), 500 км, время в пути ~ 9 ч.
- Барнаул – Чемал (~ 1300 р.), 350 км, время в пути ~ 6 ч.
- Горно-Алтайск – Чемал (~ 400 р.), 100 км, время в пути ~1,5 ч.

### ТРАНСФЕР

- Из Барнаула - 1500\* р. с чел. в одну сторону
- Из Новосибирска – 2000\* р. с чел. в одну сторону

\* Цены могут быть изменены в зависимости от количества человек в машине.

ПРИОБРЕСТИ БИЛЕТ НА АВТОБУС ЛУЧШЕ ЗАРАНЕЕ  
НА САЙТАХ МЕСТНЫХ ПЕРЕВОЗЧИКОВ  
ИЛИ НА E-TRAFFIC.RU

# КАК ДО НАС ДОБРАТЬСЯ

расписание автобусов, маршруты и цены



## ШАГ ЗА ШАГОМ

### ЧЕРЕЗ г.ГОРНО-АЛТАЙСК

**Шаг 1.** Заходите на любой удобный для вас сайт по приобретению авиабилетов и покупаете билеты по направлению до Горно-Алтайска (мы поможем Вам заранее подобрать авиабилеты).

**Шаг 2.** Прилетаете в Горно-Алтайск и звоните организатору **+7(925)700-03-02** или **+7(966)095-03-02** и в течение 5 минут вас встречают у входа в аэропорт.

**Стоимость трансфера из г.Горно-Алтайск в с.Элекмонар и обратно уже включена в стоимость тура.**

**Шаг 3.** Через час вы уже в уютном гостевом доме "Маяк Алтая" пьёте чаёк и готовитесь к путешествию.

**Быть в с. Элекмонар необходимо с 8.00 утра – до 16.00 дня** (заранее обговаривается с организатором)

Если происходят **непредвиденные обстоятельства** (задержка рейса, поломка автобуса в дороге, опоздание на запланированный рейс) – звоните организатору. **Никого не бросим**, всех подождём и постараемся максимально помочь. Главное – держите нас в курсе ваших «приключений»!

# КАК ДО НАС ДОБРАТЬСЯ

расписание автобусов, маршруты и цены



## ШАГ ЗА ШАГОМ

**ЧЕРЕЗ г.БАРНАУЛ** (без пересадок)

**Шаг 1.** Авиа или ж/д транспортом добираетесь до г. Барнаул.

**Шаг 2.** Из аэропорта на маршрутном такси доезжаете до автовокзала. Автовокзал в городе Барнаул находится на одной площади с Ж/Д вокзалом.

**Шаг 3.** Приобретаете билет на автобус / маршрутное такси, следующие по маршруту: Барнаул – Чемал (~1300 р.).

**Шаг 4.** Дорога из Барнаула до Элекмонара занимает приблизительно 4,5 часа. Когда автобус/маршрутное такси прибудет в с. Майма, которое граничит с городом Горно-Алтайск (там начинается горная местность), позвоните организатору по тел.: **+7(925)700-03-02** или **+7(966)095-03-02** и сообщите ваше местоположение.

**Шаг 5.** Проехав ещё час – полтора сообщите водителю автобуса /маршрутного такси о том, что вам нужно выйти в с.Элекмонар на остановке Шершнёвка! Ориентиром того, что вам через 5 минут выходить, служит чёрно-оранжевое здание Палеопарка, которое будет располагаться слева по ходу автобуса.

**Шаг 6.** Выходите из автобуса и звоните организатору по одному из вышеуказанных номеров.

**Шаг 7.** Вас встречают в течение 5 минут.

**Быть в с. Элекмонар необходимо с 8.00 утра – до 16.00 дня** (заранее обговаривается с организатором)

Если происходят **непредвиденные обстоятельства** (задержка рейса, поломка автобуса в дороге, опоздание на запланированный рейс) – звоните организатору. **Никого не бросим**, всех подождем и постараемся максимально помочь. Главное – держите нас в курсе ваших «приключений»!

# КАК ДО НАС ДОБРАТЬСЯ

расписание автобусов, маршруты и цены



## ШАГ ЗА ШАГОМ

**ЧЕРЕЗ г.БАРНАУЛ** (с пересадкой в г.Горно-Алтайске)

**Шаг 1.** Авиа или ж/д транспортом добираетесь до г. Барнаул.

**Шаг 2.** Из аэропорта на маршрутном такси доезжаете до автовокзала. Автовокзал в городе Барнаул находится на одной площади с Ж/Д вокзалом.

**Шаг 3.** Приобретаете билет на автобус / маршрутное такси, следующие по маршруту: Барнаул – Горно-Алтайск (~ 650 р.).

**Шаг 4.** На вокзале Горно-Алтайска приобретаете билет на рейсовый автобус/берёте такси/садитесь на маршрутное такси до с.Чемал (~ 400 р.)

**Шаг 5.** Как только отъедете от автовокзала, звоните организатору **+7(925)700-03-02** или **+7(966)095-03-02** и сообщаете о том, что выехали.

**Шаг 6.** Проехав ещё час – полтора сообщите водителю автобуса /маршрутного такси о том, что вам нужно выйти в с.Элекмонар на остановке Шершнёвка! Ориентиром того, что вам через 5 минут выходить, служит чёрно-оранжевое здание Палеопарка, которое будет располагаться слева по ходу автобуса.

**Шаг 7.** Выходите из автобуса и звоните организатору по одному из вышеуказанных номеров.

**Шаг 8.** Вас встречают в течение 5 минут.

**Быть в с. Элекмонар необходимо с 8.00 утра – до 16.00 дня** (заранее обговаривается с организатором)

Если происходят **непредвиденные обстоятельства** (задержка рейса, поломка автобуса в дороге, опоздание на запланированный рейс) – звоните организатору. **Никого не бросим**, всех подождем и постараемся максимально помочь. Главное – держите нас в курсе ваших «приключений»!

# КАК ДО НАС ДОБРАТЬСЯ

расписание автобусов, маршруты и цены



## ШАГ ЗА ШАГОМ

**ЧЕРЕЗ г.НОВОСИБИРСК** (без пересадок)

**Шаг 1.** Авиа или ж/д транспортом добираетесь до г. Новосибирск.

**Шаг 2.** Из аэропорта на маршрутном автобусе доезжаете до Ж/Д вокзала. Филиал автовокзала расположен на привокзальной площади недалеко от Ж/Д вокзала.

**Шаг 3.** Приобретаете билет на автобус, следующий по маршруту: Новосибирск–Чемал (~2200 р.).

**Шаг 4.** Дорога из Новосибирска до Элекмонара занимает приблизительно 9 часов. Когда автобус прибудет в Горно-Алтайск (там начинается горная местность), позвоните организатору по тел.: **+7(925)700-03-02** или **+7(966)095-03-02** и сообщите ваше местоположение.

**Шаг 5.** Проехав ещё час – полтора сообщите водителю автобуса /маршрутного такси о том, что вам нужно выйти в Элекмонаре на остановке Шершнёвка! Ориентиром того, что вам через 5 минут выходить, служит чёрно-оранжевое здание Палеопарка, которое будет располагаться слева по ходу автобуса.

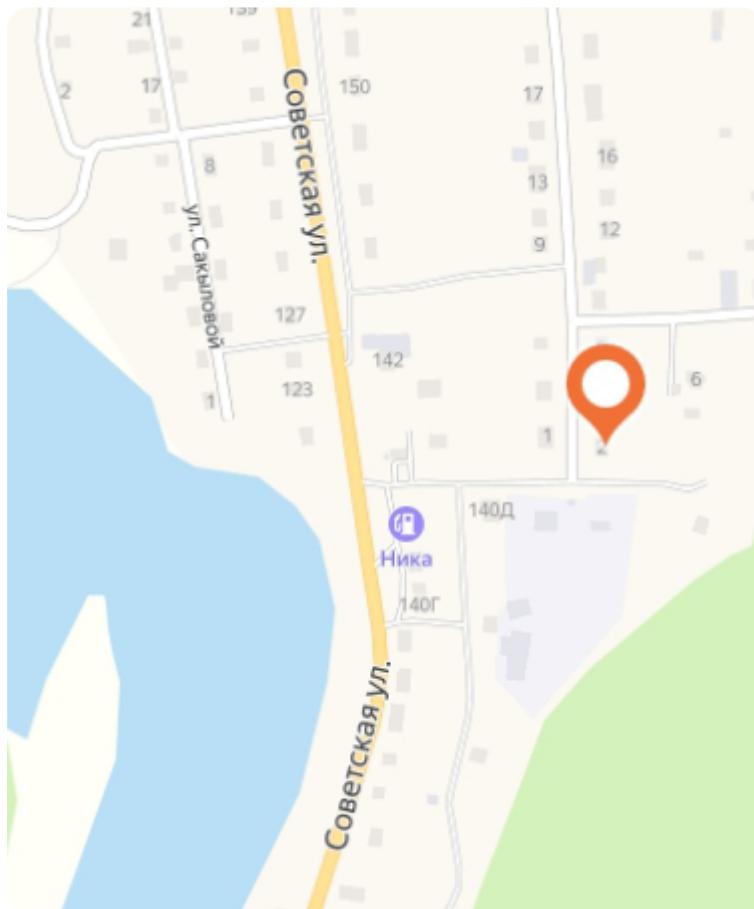
**Шаг 6.** Выходите из автобуса и звоните организатору по одному из вышеуказанных номеров.

**Шаг 7.** Вас встречают в течение 5 минут.

**Быть в с. Элекмонар необходимо с 8.00 утра – до 16.00 дня** (заранее обговаривается с организатором)

Если происходят **непредвиденные обстоятельства** (задержка рейса, поломка автобуса в дороге, опоздание на запланированный рейс) – звоните организатору. **Никого не бросим**, всех подождем и постараемся максимально помочь. Главное – держите нас в курсе ваших «приключений»!

# КОНТАКТЫ



## АДРЕС:

Республика Алтай,  
Чемальский район,  
с. Элекмонар, ул. Новая, 4

## САЙТ

[www.ALTAY.HORSE](http://www.ALTAY.HORSE)

## СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ

[VK.COM/ALTAY.HORSE](https://VK.COM/ALTAY.HORSE)

[INSTAGRAM.COM/ALTAY.HORSE](https://INSTAGRAM.COM/ALTAY.HORSE)

## E-MAIL

[TRAVEL@ALTAY.HORSE](mailto:TRAVEL@ALTAY.HORSE)

## ТЕЛЕФОН

+7(925)700-03-02

+7(966)095-03-02