

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЗИМНЕМУ КОННОМУ ТУРУ



НАШИ КОНТАКТЫ



www.ALTAY.HORSE



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



[@ALTAY.HORSE](https://www.instagram.com/ALTAY.HORSE)



TRAVEL@ALTAY.HORSE



+7(925)700-03-02

+7(966)095-03-02



ОГЛАВЛЕНИЕ



ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ

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

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Требования к туристу.....	6
---------------------------	---

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

Как вести себя с лошадью	7
Как вести себя с инструктором	10

МОБИЛЬНАЯ СВЯЗЬ

Мобильные операторы и зона покрытия	11
-------------------------------------------	----

КАК ДО НАС ДОБРАТЬСЯ

Маршрут	12
Цены	12
Шаг за шагом (через г.Горно-Алтайск)	13
Шаг за шагом (через г.Барнаул без пересадки).....	14
Шаг за шагом (через г.Барнаул с пересадкой в г. Горно-Алтайске)	15
Шаг за шагом (через г.Новосибирск)	16

КОНТАКТЫ	17
-----------------------	----

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 сбой 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

ЗАЩИТНЫЙ БАЛЬЗАМ ОТ ВЕТРА И ХОЛОДА 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

Основное правило - **МНОГОСЛОЙНОСТЬ!**

НАТЕЛЬНОЕ БЕЛЬЁ (желательно ТЕРМО) [похожий товар](#)

КОФТА С ВЫСОКИМ ГОРЛОМ / ВОДОЛАЗКА [похожий товар](#)

ФЛИСОВАЯ КОФТА / СВИТЕР С ГОРЛОМ [похожий товар](#)

ЗИМНЯЯ КУРТКА НА СИНТЕПОНЕ (НЕ ГОРНОЛЫЖНАЯ!!! т.к. они рассчитаны на высокую активность, а на лошади верхом мы более статичны, особенно, когда идем шагом) [похожий товар](#)

ФЛИСОВЫЕ ТРЕНИКИ / ТЕРМОБЕЛЬЁ (в них можно ходить и в гостевом доме) [похожий товар](#)

ШТАНЫ НА СИНТЕПОНЕ (НИКАКИХ БРЮК ДЛЯ ВЕРХОВОЙ ЕЗДЫ! НО, их можно поддевать под штаны на синтепоне) [похожий товар](#)

ТЕРМО / ШЕРСТЯНЫЕ НОСКИ (в дополнение к обычным носкам)

ПЕРЧАТКИ

ВАРЕЖКИ

ШАПКА ЛЁГКАЯ / ТЁПЛАЯ

ШАРФ / БАФФ

ДОМАШНЯЯ ОДЕЖДА

ОДЕЖДА ДЛЯ СНА

СООТВЕТСТВЕННО, СОБИРАЯСЬ НА КОННУЮ ПРОГУЛКУ, ВЫ СНАЧАЛА НАДЕВАЕТЕ ПРАКТИЧЕСКИ ВСЕ СВОИ ВЕЩИ, А ПОТОМ, КОГДА СТАНОВИТСЯ ЖАРКО, ВЫ МОЖЕТЕ СНЯТЬ СВИТЕР И БЫТЬ ПРОСТО В ФЛИСКЕ И КУРТКЕ.

НЕНУЖНЫЕ ВЕЩИ МОЖНО БУДЕТ ОТДАТЬ ИНСТРУКТОРУ, ОН НА МАРШРУТ ВСЕГДА ВЫЕЗЖАЕТ С СЕДЕЛЬНЫМИ СУМКАМИ - АРЧЕМАКАМИ, ГДЕ ВЕЗЁТ ПРОВИАНТ ДЛЯ ПЕРЕКУСА. ЕСЛИ, ВДРУГ, СНОВА СТАНЕТ ПРОХЛАДНО, ТО ТЁПЛУЮ ВЕЩЬ МОЖНО ПРОСТО ДОСТАТЬ ОБРАТНО ИЗ АРЧЕМАКОВ.

ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ

список необходимых вещей



4 ОБУВЬ

ВЫСОКАЯ ТЁПЛАЯ ОБУВЬ (в которой вы не замёрзнете в статичном положении при температуре -10) [похожий товар](#)

ГАМАШИ («ФОНАРИКИ») (если нет высокой обуви) [похожий товар](#)

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

5 БУДЕТ ПОЛЕЗНО

ТУРИСТИЧЕСКАЯ СИДУШКА (хоба, “поджопник”) [похожий товар](#)

СОЛНЦЕЗАЩИТНЫЕ ОЧКИ

НОЖ С ОТКРЫВАЛКОЙ

ТЕРМОС ИЛИ ТЕРМОКРУЖКА [похожий товар](#)

ГРЕЛКИ ДЛЯ НОГ / РУК [похожий товар](#)

КРАСИВОЕ ПЛАТЬЕ (для фееричных фото)

ЛАВКИ / 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



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

Не рекомендуется участие:

- людям в плохой физической форме
- людям с весом более 90 кг
- людям с хроническими заболеваниями / мед. противопоказаниями

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

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

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:

- **держат 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 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!**

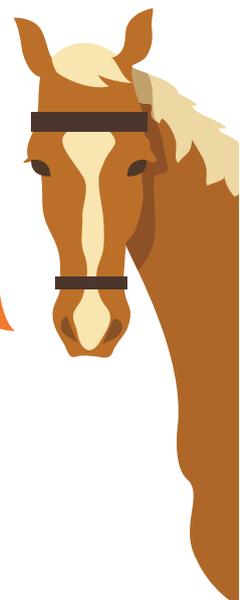
ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

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 лошадушками 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

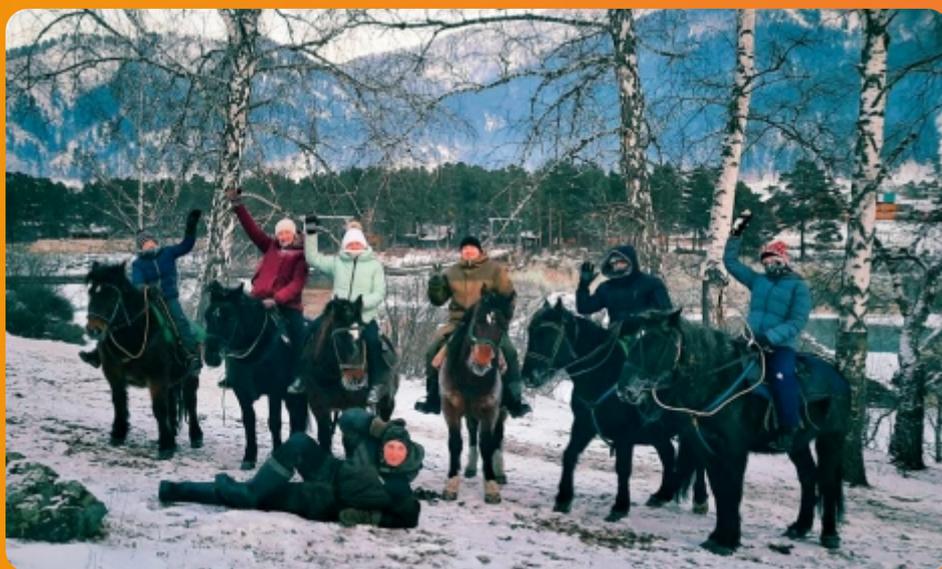
как вести себя с лошадьми и инструкторами



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! :)



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 (~ 2 500 р.), 500 км, время в пути ~ 9 ч.
- Барнаул – Чемал (~ 1 500 р.), 350 км, время в пути ~ 6 ч.
- Горно-Алтайск – Чемал (~ 600 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.

**ПРИБРЕСТИ 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.

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 **у заправки "НИКА"**! 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 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 (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

Шаг 4. На вокзале Горно-Алтайска приобретаете билет на рейсовый автобус / берёте такси / садитесь на маршрутное такси до с. Чемал.

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 **у заправки "НИКА"**! 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 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.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.

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 **у заправки НИКА!** Ориентиром того, что вам через 5 минут выходить, служит чёрно-оранжевое здание Палеопарка, которое будет располагаться слева по ходу автобуса.

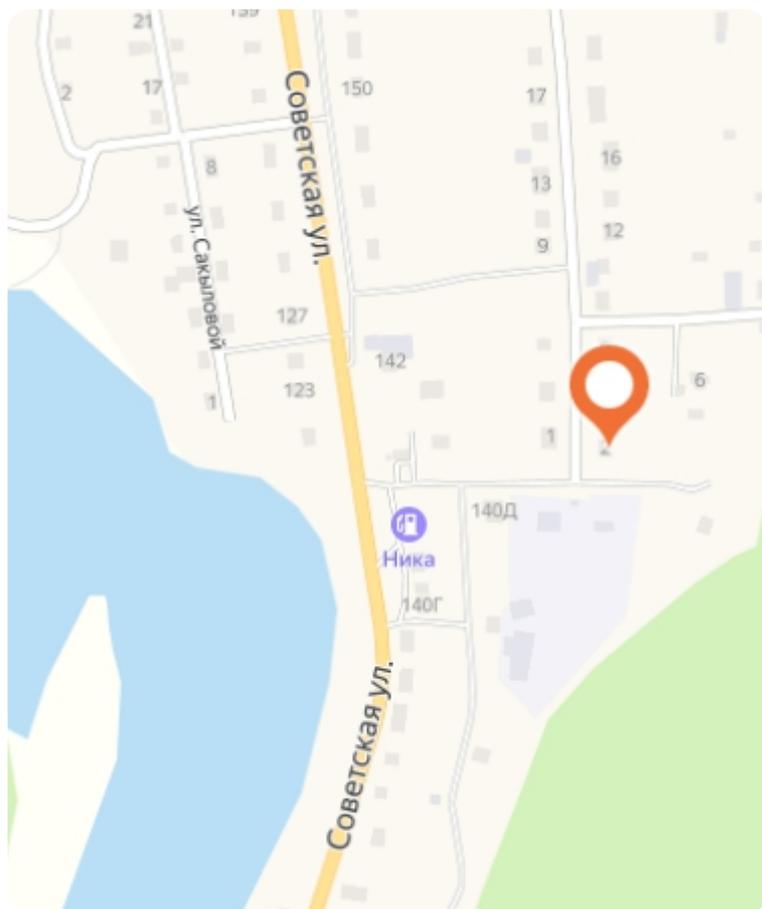
Шаг 6. Выходите из автобуса и звоните организатору по одному из вышеуказанных номеров.

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

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

ТЕЛЕФОН

+7(925)700-03-02

+7(966)095-03-02