

# РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЗИМНЕМУ КОННОМУ ТУРУ



## НАШИ КОНТАКТЫ

[www.ALTAY.HORSE](http://www.ALTAY.HORSE)  
[VK.COM/ALTAY.HORSE](https://vk.com/ALTAY.HORSE)  
[@ALTAY.HORSE](https://www.instagram.com/@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

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 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

**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 БРЮОК 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 / -15 и глубоком снегу) [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)

**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



## 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:

- **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 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!

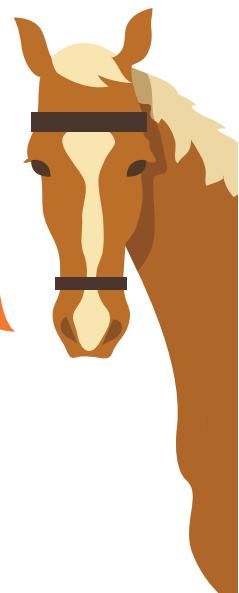
# ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

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

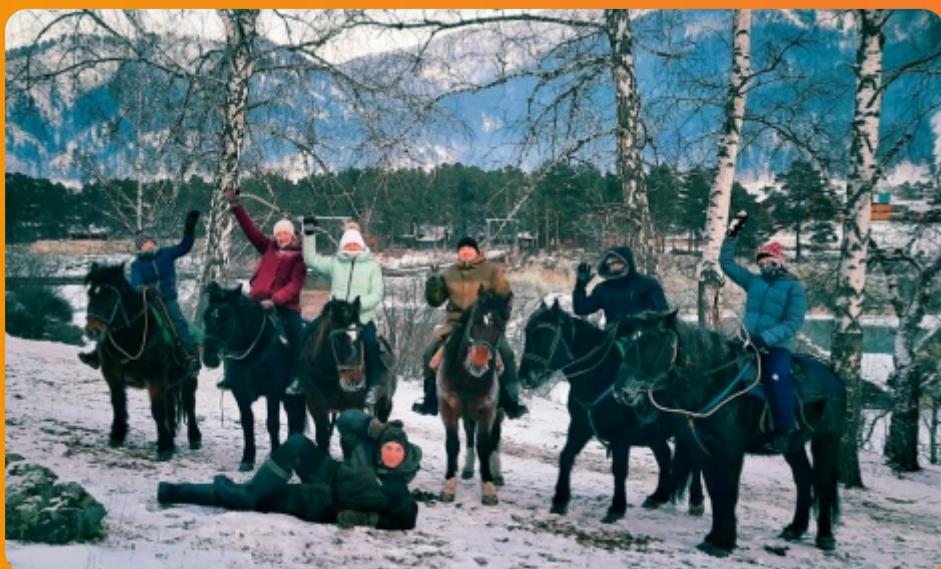
как вести себя с лошадьми и инструкторами



## 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 (~ 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.

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.

**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 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

**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 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.

**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.

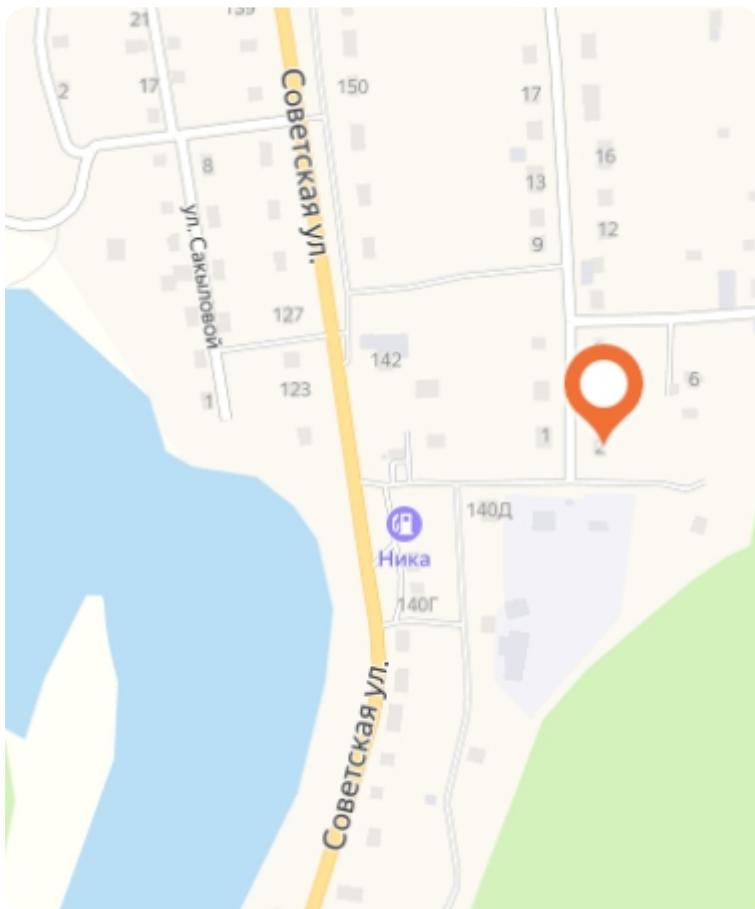
**Шаг 6.** Выходите из автобуса и звоните организатору по одному из вышеуказанных номеров.

**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](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