***Рекомендации по подготовке к маршруту.***

***Основные вещи, которые необходимы:***

Снаряжение:

- Спальник (температура комфорт 0 - +5) - для поездки в с. Вер-Анос. Можно взять свой, можно воспользоваться нашим.

Одежда:

- нательное белье

**-** свитер теплый

- свитер более легкий
- теплые штаны на синтепоне

- штаны из плотной ткани (возможет камуфляж)

- шерстяные носки ( больше одной пары)

 - х/б носки (несколько пар)

- утепленная, просторная куртка
- перчатки
- головной убор

Обувь:
теплые ботинки, Желательно с невысоким протектором

Будет полезно:

- фонарик карманный либо налобный
- запасные батарейки к фотоаппаратам, фонарям и другой технике
- влажные гигиенические салфетки
- необходимые лично Вам лекарственные препараты

- средства личной гигиены

**Внимание!**

**Не следует** брать с собой и использовать во время езды на лошади **шебурчащие и ярко окрашенные** одежды!!!

***Одежду необходимо подбирать исходя из возможной температуры воздуха от +5 до -25.***

**О хлебе насущном…)**

***Из этих незатейливых продуктов можно приготовить настоящие произведения кулинарного походного искусства!***

**консервы:**

- тушенка свиная

- тушенка говяжья

- килька в томате

- горбуша

- сайра

- шпроты

**крупы:**

- овсянка

- манка

- рис

- гречка

- пшено

- перловка

- макароны

- кукуруза

**питье:**

- какао

- чай

- кофе растворимый

- кисель

- компот

- сливки

**сладкое:**

- сгущенка

- джем

- шоколад

- ириски

- пряники

- вафли

- вареная сгущенка

- какао

**овощи/фрукты ( первые 4-5 дней):**

- огурцы

- помидоры

- яблоки

- апельсины

- капуста

- картошка

- свекла

- лук

- морковь

- чеснок

**остальное:**

- сыр

- колбаса сырокопченая/полу копчёная

- сыр плавленый

- сыр колбасный

- сухарики

- сливки

- сухофрукты курага/чернослив/ ананас

- хлеб

***И еще много всяческих мелочей…***

***Техника безопасности:***

***Лошади:***

В условиях похода по горной местности управлять лошадью достаточно легко. В колонне лошади движутся одна за другой самостоятельно, это для них привычное дело, тропы они знают хорошо, а задача всадника только:
- держать дистанцию (не слишком далеко и не слишком близко),
- следить за тем, чтобы не проходить слишком близко от стволов деревьев и под низкими ветками,
- не ездить через кусты,
- не заходить в опасные места (залезать на скалы, на крутые откосы, в глубокие места рек),
- не давать прыгать с камней
Все это достаточно просто делать, имея даже самый небольшой опыт "наездничества" и благодаря прохождению инструктажа в начале похода и под чутким наблюдением наших инструкторов.
Так же, хотим отметить, что лошади сами достаточно умны, чтобы не делать больших глупостей. Нужно просто контролировать иногда, чтобы лошадь шла, как все.

*Основные моменты, которые следует выполнять/не выполнять (подробнее на инструктаже):*

1. К лошади подходить сзади не надо - наши лошади спокойны, но все ж они ЛОШАДИ..)))) Могут испугаться и лягнуть.
2. Лошадь - большое и мощное животное, следите, чтобы случайно не наступила вам на ногу.
3. При остановке лошадь не отпускать. Ее необходимо привязывать или попросить подержать товарища.
4. Чембур – веревка, предназначенная для того, чтобы лошадь привязывать на время остановки и подгонять во время перехода
5. Если вы понимаете, что отстаете - лошадь необходимо подгонять, если не получается , то можно воспользоваться чембуром - это нормально, лошади не будет больно.
6. Дистанция между всадниками 2 – 3 метра, желательно не отставать и, соответственно, не догонять, упираясь во впереди идущего коня, т.е. держать дистанцию. Это сэкономит и силы лошади (каждому существу при физических нагрузках необходимо придерживаться определенного темпа, нагрузки) и время, особенно драгоценное при длинных переходах.
7. В течение перехода по возможности или по ощущениям контролировать и следить, не ослабились ли подпруги (шлейки, фиксирующие седло на лошади)
8. Лошадь - лучший друг, товарищ и брат во время похода. Надо установить в ней контакт, чтобы вы друг другу доверяли и было взаимопонимание, разговаривайте с лошадью, хвалите, гладьте... и т.д. Достоверно известно – ей это очень приятно!))))

***Инструктора:***

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

1. предупреждать инструктора/конюха о вашем отлучении (если собираетесь пойти гулять, фотографировать итд…) - на какое время, куда, в какую сторону вы уходите
2. Обязательно выполнять указания инструктора/конюха во время конного перехода.
3. Не обижаться/сердиться на инструктора/конюха, когда он дает объективные рекомендации
4. Конюх/инструктор – ваш друг и помощник, берегите его!))

***Мобильная связь:***

 Не забудьте про то, что в пределах с. Элекмонар ловит Билайн и МТС, Мегафон, соответственно возьмите с собой sim данного оператора. В горах связи нет.

**Как добраться:**
Поездом или самолетом до Новосибирска или до Барнаула, далее на автобусе (Новосибирск/Барнаул - Чемал) до населенного пункта Элекмонар (7 км. не доезжая с. Чемал).

**Самолет:** стоимость Москва - Барнаул - Москва примерно 14.000 р.

 Время в пути 4ч.20 мин.

**Поезд:** стоимость Москва - Барнаул - Москва примерно 6.000 р.

 Время в пути 56ч.

**Автобус:** Новосибирск – Чемал (~ 1500 р.), 500 км, время в пути ~ 9 ч.

Барнаул – Чемал (~ 1200 р.), 350 км, Время в пути ~ 6 ч.

**Расписание движения рейсовых автобусов (зима 2014-2015).**

**Туда:**
Барнаул – Чемал:
Отпр. – приб.
07.40 – 13.40
13.45 – 20.20 (через Горно-Алтайск)

Новосибирск – Чемал:
Отпр. - приб.
07.40 – 18.15 ( по четным , заранее уточнять)
22.15 – 08.00

Новосибирск - Горно-Алтайск:

Отпр. – приб.

10.30 – 20.05

18.30 – 03.20

23.30 – 6.30

**Обратно:**
Чемал – Барнаул:
Отпр. – приб.
11.00 – 17.00

15.00 – 21.00
16.30 – 22.30

Чемал – Новосибирск:
Отпр. – приб.
11.00 – 21.00

Горно-Алтайск - Новосибирск:
Отпр. – приб.
07.00 – 11.00
14.00 – 16.00

По опыту прошлых лет, стало понятно, что несовпадение рейсов поездов/самолетов и расписания автобусов - своего рода алтайская традиция. Например, автобус прибывает в Барнаул в 10 вечера, а вылет только в 6 утра. Порой приходится в ночное время коротать часы в аэропорту, ожидая вылета...(

В связи с этим хотелось бы предложить вариант **гостиницы** Барнаульского аэропорта. Это достаточно уютная гостиница с номерами на любой вкус и, что важно, только недавно после ремонта. По  вопросам бронирования гостиницы  обращаться по тел. : 8 (3852) 29-94-16

8 (3852) 29-94-38

**Как добраться шаг за шагом:**

**Через г. Горно-Алтайск**



Аэропорт г. Горно-Алтайск

Шаг 1. Заходите на сайт [www.s7.ru](http://www.s7.ru) и покупаете билеты по направлению Горно-Алтайск ( мы заранее поможем Вам подобрать авиабилеты)

Шаг 2. прилетаете в Горно Алтайск - звоните организатору на 8926 518 80 60 или 8925 700 03 02 и в течение 5 минут Вас встречают у входа в аэропорт. Стоимость трансфера 800 р. с чел. в одну сторону.

Шаг 3. Через час прибываем в гостевой дом "Маяк Алтая" с. Элекмонар, откуда и начнется наше путешествие.

**Через г. Барнаул (вариант 1) -**

**описание пути без пересадок.**

****

 Аэропорт г. Барнаул

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

Шаг 2. - Из аэропорта - на маршрутном такси до автовокзала

 - Ж/д вокзал на одной площади с автовокзалом

Шаг 3. Приобретаете билет на автобус/ маршрутное такси Барнаул – Чемал (~ 650 р.)

Шаг 4. Едете ~ 4,5 часа и оказываетесь в с. Майма, которое граничит с г. Горно-Алтайском (там начинается горная местность)

Шаг 5. Звоните организатору по тел. 8 963 518 80 60 или 8 963 512 07 50 и сообщаете название населенного пункта, который проезжаете.

Шаг 6. Проехав еще час - полтора сообщите водителю о том, что вам нужно выйти !!! НА ПЕРВОЙ ОСТАНОВКЕ СЕЛО Элекмонар!!!

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

Шаг 8. Вас встречают в течение 5 минут

**Через г. Барнаул (вариант 2) –**

**Дорога с пересадками, но автобусы ходят чаще.**

****

ж/д вокал г. Барнаул

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

Шаг 2. - Из аэропорта - на маршрутном такси до автовокзала

 - Ж/д вокзал на одной площади с автовокзалом

Шаг 3. Приобретаете билет на автобус Барнаул – Горно-Алтайск (~ 450 р.)

Шаг 4. На вокзале Горно-Алтайска приобретаете билет на рейсовый автобус /берете такси/ садитесь на маршрутное такси до с. Чемал (~ 150 р. - все три варианта в одну стоимость)

Шаг 5. Как только отъедете от автовокзала - звоните организатору по тел. 8 963 518 80 60 или 8 963 512 07 50

Шаг 6. Через час сообщаете водителю о том, что вам нужно выйти !!! НА ПЕРВОЙ ОСТАНОВКЕ СЕЛО Элекмонар!!!

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

Шаг 8. Вас встречают в течение 5 минут

**Через г. Новосибирск (вариант 1) -**

**описание пути без пересадок.**

****

Д/Ж вокзал г. Новосибирска

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

Шаг 2. - Из аэропорта/ ж/д вокзала - на маршрутном такси до автовокзала

Шаг 3. Приобретаете билет на автобус Новосибирск – Чемал (~ 800 р.)

Шаг 4. Едете ~ 6 часов и оказываетесь в с. Майма, которое граничит с г. Горно-Алтайском (там начинается горная местность)

Шаг 5. Звоните организатору по тел. 8 963 518 80 60 или 8 963 512 07 50 и сообщаете название населенного пункта, который проезжаете.

Шаг 6. Проехав еще час - полтора сообщите водителю о том, что вам нужно выйти !!! НА ПЕРВОЙ ОСТАНОВКЕ СЕЛО Элекмонар!!!

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

Шаг 8. Вас встречают в течение 5 минут

**Через г. Новосибирск (вариант 2) –**

**Дорога с пересадками, но автобусы ходят чаще.**



Аэропорт г. Новосибирска

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

Шаг 2. - Из аэропорта/ ж/д вокзала - на маршрутном такси до автовокзала

Шаг 3. Приобретаете билет на автобус Новосибирск– Горно-Алтайск (~ 600 р.)

Шаг 4. На вокзале Горно-Алтайска приобретаете билет на рейсовый автобус /берете такси/ садитесь на маршрутное такси до с. Чемал (~ 150 р. - все три варианта в одну стоимость)

Шаг 5. Как только отъедете от автовокзала - звоните организатору по тел. 8 963 518 80 60 или 8 963 512 07 50

Шаг 6. Через час сообщаете водителю о том, что вам нужно выйти !!! НА ПЕРВОЙ ОСТАНОВКЕ СЕЛО Элекмонар!!!

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

Шаг 8. Вас встречают в течение 5 минут

**ИЛИ:**

Шаг 3. Приобретаете билет на автобус Новосибирск - Бийск (~ 350 р.)

Шаг 4. На вокзале г. Бийск приобретаете билет на рейсовый автобус /берете такси/ садитесь на маршрутное такси до с. Чемал (~ 400 р. - все три варианта в одну стоимость)

Шаг 4. Едете ~ 3 часа и оказываетесь в с. Майма, которое граничит с г. Горно-Алтайском (там начинается горная местность)

Шаг 5. Звоните организатору по тел. 8 963 518 80 60 или 8 963 512 07 50 и сообщаете название населенного пункта, который проезжаете.

Шаг 6. Проехав еще час - полтора сообщите водителю о том, что вам нужно выйти !!! НА ПЕРВОЙ ОСТАНОВКЕ СЕЛО Элекмонар!!!

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

Шаг 8. Вас встречают в течение 5 минут

**ИЛИ:**

Шаг 3. Приобретаете билет на автобус Новосибирск – Бийск (~ 350 р.), едете ~ 5 часов

Шаг 4. На вокзале г. Бийск приобретаете билет на рейсовый автобус /берете такси/ садитесь на маршрутное такси до г. Горно-Алтайск (~ 300 р. - все три варианта в одну стоимость)

Шаг 5. На вокзале Горно-Алтайска приобретаете билет на рейсовый автобус /берете такси/ садитесь на маршрутное такси до с. Чемал (~ 150 р. - все три варианта в одну стоимость)

Шаг 5. Как только отъедете от автовокзала - звоните организатору по тел. 8 963 518 80 60 или 8 963 512 07 50

Шаг 6. Через час сообщаете водителю о том, что вам нужно выйти !!! НА ПЕРВОЙ ОСТАНОВКЕ СЕЛО Элекмонар!!!

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.

С уважением, коллектив клуба «Маяк Алтая»