



Уполномоченное лицо туроператора
ООО «Дыхание Севера» на отнесение
 маршрутов к маршрутам, требующим
 специального сопровождения

Макарова С.В. /Макарова С.В./

ПАСПОРТ

туристского маршрута, требующего специального сопровождения

Название маршрута	ПОХОД НА СЕЙДОЗЕРО
Тип туристского маршрута (общедоступный или авторский)	общедоступный
Вид туристского маршрута	пешеходный
Категория сложности	1 категория сложности туристского маршрута
Субъекты Российской Федерации, на территориях которых проходит туристский маршрут	Мурманская область
Количество дней Длительность прохождения туристского маршрута (часов (при возможности определить), дней)	3 дня
Описание туристского маршрута (Нитка маршрута)	Ловозерский ГОК- перевал Эльмарайок – озеро Сейдозеро - перевал Эльмарайок - Ловозерский ГОК
Максимальный перепад высот на туристском маршруте	208 метров
Сезонность прохождения туристского маршрута	Летний поход – вторая половина июня, июль, август, сентябрь
Место начала прохождения туристского маршрута (координаты)	Ловозерский ГОК 67.886577, 34.620762
Место завершения прохождения туристского маршрута (координаты)	Ловозерский ГОК 67.886577, 34.620762
Протяженность туристского маршрута (м, км)	25 км
Места предполагаемого ночлега и отдыха (координаты) (при наличии)	Берег озера Сейдозеро 67.818132, 34.755012
Маршруты аварийных выходов с туристского маршрута (при наличии)	Перевал Эльмарайок
Описание препятствий, находящихся на туристском маршруте	травянистые склоны, крупная осыпь, перевал Эльмарайок 1А категории сложности в соответствии с Критериями, утвержденными распоряжением Правительства № 744-р от 05.04.2022
Благоустройство трассы туристского маршрута (при наличии)	нет
Перечень индивидуального, группового снаряжения и оборудования, включая средства индивидуальной защиты, необходимого для прохождения туристского маршрута	Групповое: тент, котлы, горелки Индивидуальное: палатка, спальник, коврик, рюкзак, трекинговые палки

<p>Рекомендации по снаряжению, одежде и обуви туристов (экскурсантов) для прохождения туристского маршрута</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Базовый слой - Термобелье (нательное белье) (тонкое ходовое и теплое для сна - 2 комплекта). 2. Промежуточный слой - флисовая кофта, исключить шерсть. (тонкая флисовая кофта для движения / толстая для стоянки) 3. Куртка - мембрана или аналог (ветровка, непромокаемая) 4. Штаны - ветрозащитные или из мембраны (идеальный вариант, если штаны конструктор и превращаются в шорты) 5. Носки - желательно ТРЕКИНГОВЫЕ и/или другие со схожими свойствами (удержание стопы, отведение влаги) - 2-3 пары 6. Обувь - Трекинговые ботинки, желательно высокие (ВНИМАНИЕ! ОБУВЬ ОБЯЗАТЕЛЬНО ДОЛЖНА БЫТЬ РАЗНОШЕННОЙ! НИКАКИХ БЕРЦЕВ) 7. Резиновые сланцы для лагеря (также отлично подойдут Кроксы/сандали и прочая открытая обувь) 8. Головной убор (баф-труба, бандана, шапочка, кепка) 9. Очки солнечные, тонкие светлые перчатки (на случай солнечной погоды - подойдут самые обычные "рабочие" х/б перчатки) 10. Посуда: кружка, ложка, миска, фляга или бутылка для воды 11. Рюкзак на 70-80 литров 12. Средства личной гигиены, влажные салфетки, туалетные принадлежности. 13. При желании можно взять трекинговые палки 14. Плавки или купальник - для принятия водных процедур + полотенце (трекинговое и/или вафельное) 15. Хоба (сидушка) 16. Крем от загара (30+) и от ожогов (типа Пантенол), бальзам для губ (например Пантенол детский), индивидуальные лекарства (если принимаете по назначению врача), репеллент 17. Фонарь – для походов с конца июля 18. Дополнительный элемент питания для телефона
--	---

Карта маршрута с указанием места начала и завершения прохождения туристского маршрута, препятствий, находящихся на протяжении туристского маршрута, а также при наличии мест ночлега и отдыха, элементов благоустройства туристского маршрута (в том числе туристских стоянок), организованных точек питания, аварийных выходов с туристского маршрута

