

ПАСПОРТ
туристского маршрута, требующего специального сопровождения

Название маршрута	КАЯКИНГ К СЕЙДОЗЕРУ, ТРЕКИНГ НА ГОРУ НИНЧУРТ
Тип туристского маршрута (общедоступный или)	авторский
Вид туристского маршрута	Комбинированный (водно-пешеходный)
Категория сложности	1 категория сложности туристского маршрута
Субъекты Российской Федерации, на территориях которых проходит туристский	Мурманская область
Количество дней Длительность прохождения туристского маршрута (часов)	6 дней
Описание туристского маршрута (Нитка маршрута)	Поселок Ловозеро – мотка – Сейдозеро – гора Нинчурт – Мотка – поселок Ловозеро
Максимальный перепад высот на туристском	600 метров
Сезонность прохождения туристского маршрута	Летний поход – вторая половина июня, июль, август, сентябрь
Место начала прохождения туристского маршрута (координаты)	67.981735, 35.05603
Место завершения прохождения туристского	67.981735, 35.05603
Протяженность туристского	103 км
Места предполагаемого ночлега и отдыха (координаты) (при наличии)	Ночевка 1- 67.877109, 35.17931 Ночевка 2,3,4 - 67.805778, 34.976401 Ночевка 5 - 67.922669, 35.164523
Маршруты аварийных выходов с туристского	нет
Описание препятствий, находящихся на туристском маршруте	1) Озеро Ловозеро - Водное 1 кв – пережат, быстрина, невысокие валы, в которых не требуется выбора линии движения и разведки 2) Подъем на гору Нинчурт - Простые травянистые и осыпные склоны крутизной до 30 градусов
Благоустройство трассы туристского маршрута (при	нет
Перечень индивидуального, группового снаряжения и оборудования, включая средства индивидуальной	Групповое: тент, котлы, горелки Индивидуальное: морской каяк, весло, каска, спасательный жилет, палатка, спальник, коврик, рюкзак, трекинговые палки

<p>Рекомендации по снаряжению, одежде и обуви туристов (экскурсантов) для прохождения туристского маршрута</p>	<p>В путешествии на каяке все вещи мы укладываем в маленькие гермомешки (20 л) и далее в копиты каяков. Поэтому вещи, хотя и могут быть не самые ультралегкие, но не должны быть объемными.</p> <p>1. Снаряжение для стоянки</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Рюкзак (18–20 л) без каркаса (!), который позволит выйти в однодневный радиальный поход. При этом, приехать вы можете с другой сумкой и переложить свои вещи в гермомешки ● Коврик и спальник (комфорт 0 С и ниже) – если свое. Если нет, то снаряжение входит в стоимость. ● Палатка – с возможностью разложить отдельно стойки и ткань. Если нет, то снаряжение входит в стоимость. ● сидушка туристическая ● личная посуда (КЛМН) не объемная, в идеале – складная <p>2. Одежда и обувь</p> <p>2.1. Одежда для сна</p> <p>Комплект термобелья – спать комфортнее в теплом х/б, также может потребоваться шапочка, теплые комфортные носки (либо флисовые носки)</p> <p>2.2. Одежда, в которой мы идем на каяке. Такая одежда может быть мокрой</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Сверху - куртка каякера или непродуваемая/непромокаемая, брызгозащитная куртка. Под куртку мы одеваем либо флисовую куртку, либо утепляющий слой из иного синтетического материала. Также можно одеть такие же непромокаемые брюки, под которыми будет синтетическое термобелье. Брызгозащитные куртку и брюки можно арендовать у нас. ● Сухой (драйсьют) или неопреновый гидрокостюм. Если неопрен, то в идеале до 3 мм. Но мы настоятельно рекомендуем при путешествии по морю обязательно быть в сухом костюме – можно арендовать у нас. ● Неопреновые перчатки и тапки. Если у вас их нет, мы выдадим ● Стоит взять с собой синтетическую быстросохнущую шапочку ● Головной убор (кепка, панама, шапочка) <p>2.3. Костюм для лагеря</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мембранная куртка или пончо ● Брюки мембранные, либо быстросохнущие ● Термобельё ● Футболка ● «флиски» или кофта ● Теплая куртка (либо комплект второго теплого термобелья под мембранную куртку) ● Носки трекинговые 1 пару, носки обычные 2-3 пары, 1 пару теплые; ● Накомарник <ul style="list-style-type: none"> ● Перчатки ● Короткие резиновые сапоги ● Трекинговые ботинки (невысокие) или кроссовки для радиальных выходов ● Шапка теплая <p>2.4. Также желательно взять:</p> <p>Нижнее бельё упальник очки солнцезащитные. Средства личной гигиены; Походное полотенце; Солнцезащитный крем; Гигиеническая помада; Средства от комаров и мошек. Гермомешочек для телефона Бутылка для воды Специальное снаряжение</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Налобный фонарик (для августа-сентября); ● Фотоаппарат в гермоупаковке или с подводным боксом(пожеланию); ● Удочки для рыбалки <p>Личная маленькая аптечка (личные лекарства, против простудные препараты, лейкопластырь, активированный уголь, ферменты – все зависит от особенностей вашего организма, которые вы наверняка знаете). Помимо личной аптечки будет групповая, но своя не повредит.</p> <p>Крем для рук Документы (в непромокаемом боксе или чехле!) - Паспорт в копии и фото на телефоне, либо с собой в своей непромокаемой упаковке; - Медицинский страховой полис; - Деньги на непредвиденные расходы.</p>
--	--

