



## Горный лагерь Уллу-Тау. Приэльбрусье (промо)

**Продолжительность:** 7 дней

**Место начала / Завершения тура:** Минеральные Воды / Минеральные Воды

**Места показа:** Россия, Кабардино-Балкарская Республика, Национальный Парк Приэльбрусье, Минеральные Воды, Поляна Азау, Горнолыжный курорт Эльбрус, поселок Альплагерь Уллу-Тау, река Адырсу

**Допустимый возраст:** 5+

### Цена за человека от Под заказ

#### В стоимость тура включено

- Автотранспортные переезды по маршруту на микроавтобусе.
- Проезды по маршруту на горном транспорте (УАЗик или ГАЗ-66)
- Проживание в личной палатке на платных туристических стоянках.

На стоянке оборудованный туалет, по вечерам есть возможность принять горячий душ =)), горячая вода подается в определенные часы. Вечером есть возможность заряжать мобильные телефоны и аккумуляторы (за дополнительную плату).

- Трехразовое питание по комплексному меню (меню не индивидуальное!): завтрак (день 2-7) и ужин (день 1-6) готовятся в лагере, обед (день 2-6) в виде сухого пайка в горах (колбаса, сыр, чай, печенье, шоколад, сладости). Каждый день назначаются дежурные туристы, которые занимаются приготовлением пищи.
- Оформление пропуска в пограничную зону
- Экологические сборы в Национальном парке Приэльбрусье
- Прокат группового снаряжения (костровое оборудование, котлы, газовые горелки, тент, групповая аптечка)
- Услуги инструктора-проводника.

#### В стоимость тура не включено

- Транспортные расходы к началу маршрута и обратно (г. Минеральные Воды).
- Обед во время трансфера в 1-й день.
- Личное снаряжение (палатка, спальник, каремат). При необходимости, наш клуб предоставит в прокат туристическое снаряжение.
- Страховка (не обязательно).

## Описание тура

Тур проводится на Северном Кавказе, на территории Кабардино-Балкарии.

Приэльбрусье издавна славится среди туристов красотой своих горных ущелий. В одном из таких мест – ущелье реки Адыр-Су – находится особенная гора, не похожая на все другие. Гора со своим характером, с особой энергетикой. Имя ей – Уллу-Тау, «Священная гора», «Мать-гора». Если Эльбрус по праву считается отцом Кавказа, то Уллу-Тау – мать этих мест.

Уллу-Тау - это необыкновенное место силы, где люди получают здоровье, здесь исполняются желания, люди заряжаются положительной энергетикой, а еще гора дарит людям радость рождения детей!

В походе побываем у подножия этой священной горы, посетим озера ущелья Адыр-су, водопад Девичьи косы и покатаемся на подъемниках горы Эльбрус.

Приятный момент: данный активный тур проходит без рюкзаков, весь треккинг налегке. Поход является несложным, поэтому он прекрасно подходит для новичков и родителей с детьми.

Тип отдыха: проживание в палатках, треккинг налегке, без рюкзаков.

## Программа тура

### **День 1. Город Минеральные Воды – с. Верхний Баксан – ущелье Адыр-Су – лагерь «Уллу-Тау».**

Переезд на микроавтобусе в село Верхний Баксан (2,5-3 часа).

Здесь привычная дорога заканчивается и упирается в горный подъемник. Это уникальное сооружение, где автомобиль ставится на специальную платформу, которая с помощью троса по рельсам поднимается на высоту.

В этом месте инструктор с туристами пешком поднимаются по лестнице ко входу в ущелье Адыр-Су, перепад высот составляет 50-60 м. (5 минут ходьбы). Личные вещи и продукты несем с собой. Если работает горный подъемник, то вещи поднимаем на подъемнике :))

В ущелье Адыр-Су меняем привычный микроавтобус на горный транспорт. Осталось всего 12 километров по горной дороге – и мы уже в самом сердце гор.

Именно здесь, на высоте 2380 м, находится самый высокогорный альплагерь на Северном Кавказе - «Уллу-Тау». Переход пешком от транспорта в палаточный лагерь занимает 5 минут.

Переезды и пограничные формальности занимают много времени, на месте будем уже к вечеру. Сегодня успеем погулять по территории лагеря, возле реки Адыр-Су и в завершение дня полюбуемся горой великой горой в закатных лучах солнца.

Палаточный лагерь расположен на высоте 2380 м.

### **День 2. Долина реки Адыр-су, Серебряный источник, альплагерь Джайлык, водопад Койавган.**

С утра отправляемся на прогулку по невероятно красивым окрестностям. Хвойные леса, снежные вершины гор, шумная река – это все наше любимое ущелье Адыр-Су. Постепенно привыкайте к этой красоте!

Сегодня легкий, прогулочный день =)). Сначала посетим источник с серебряной водой. Это даже не источник, а целая речка. Холоооооодная))))), зато такая прозрачная!

В этом месте одни наши туристы всегда купаются, другие ложатся на землю, принимают форму морской звезды и с умиротворенным видом любуются облаками =)). А некоторые туристы тут же устремляются на ближайший пригорок, посмотреть на открывающийся вид.

Спустя часик, снимаем с пригорка одних туристов, вылавливаем из источника других, забираем с собой всех наших морских звезд и идем дальше!

Комфортная горная дорога приводит нас в бывший лагерь «Джайлык». Здесь покатаемся на горных качелях, а затем поднимемся на отличную смотровую площадку. Отсюда открывается великолепный вид на снежную Мать-гору. Экскурсия к этой горе нам еще предстоит.

Перейдя по мосту реку Адыр-Су, заглянем в долину реки Койавган и полюбуемся на небольшой водопад. По хорошей тропе поднимемся немного повыше, откуда открывается отличный вид на долину Куллумкол. В этом

ущелье находится Живое озеро, которое посетим через несколько дней.

Активная часть тура: 12,3 км, перепад высот 2380-2510 м, продолжительность 6 часов.

### **День 3. Треккинг к подножию горы Уллу-Тау.**

В этот день совершим поход к горе Уллу-Тау, хозяйке этих мест.

Стоит только выйти из лагеря, ущелье Адыр-Су с первых шагов встречает туристов альпийскими лугами и снежными горами. Это удивительный, живописный уголок Кавказа, окруженный заоблачными вершинами Чотчат, Двойняшка, Треугольник.

В самом центре ущелья возвышается гора Уллу-Тау. 4207 метров из камня, снега и льда! Казалось бы, острые скалы, камни и лёд никогда не могут придать мягкость формам. Но это не про Уллу-Тау! Природа создала эту гору такой полукруглой, мягкой, приветливой и доброй. У её подножия цветут горцы, незабудки и фиолетовым ковром раскинулась герань.

Хорошо натоптанная туристическая тропа ведет к подножию Уллу-Тау и «Поляне желаний». Здесь уже построены десятки пирамидок из камней. Выбирайте понравившийся камень, загадывайте желание и аккуратно положите камень в одну из пирамид. Кстати, если захотим, то можем построить и свою личную пирамиду)). Самое главное, перед прогулкой сюда нужно обязательно верить, что ваше заветное желание будет исполнено чудесной Мать-Горой.

Сегодня нам встретится камень здоровья, «мужской» и «женский» камень Уллу-Тау. Поэтому наслаждаемся красотой, верим в чудеса и заряжаемся положительной энергией.

Активная часть тура: 12,7 км, перепад высот 2380-2860 м, продолжительность похода 6-7 часов.

### **День 4. Долина реки Куллумкол, поход на Живое озеро.**

Вы уже загадали на «Поляне желаний», чтобы быстро и легко подниматься вверх по горам? Сегодня нам это пригодится!

Тропа по ущелью Куллумкол стремительно убегает вверх. Местами увидим туры – эти пирамидки из камней всегда указывают туристам верную дорогу. Чем выше поднимаемся – тем интереснее пейзажи: вдали остается зеленое ущелье Адыр-су, будет видна альпбаза «Джайлык». Вокруг поднимаются вершины Озерная, Термен, Треугольник.

Игриво петляя по горам, тропа выводит к Живому озеру. Сюда добраться нелегко, но это того стоит! По легенде, озеро дарит здоровье и новую жизненную энергию.

После купания в Живом озере, устраиваем пикник в этом заоблачном месте, делаем фото и отправляемся в обратный путь в лагерь.

Активная часть тура: 11,5 км, перепад высот 2380-3200 м, продолжительность 8-9 часов.

### **День 5. Смотровая Зеленая полка, ледник Гумачи и водопад Гумачи.**

В этот день вновь идем в сторону нашей любимой горы Уллу-Тау. Будем любоваться на ее остроконечные вершины и грандиозные ледники. Но все это будем делать с совершенно новой, еще незнакомой нам смотровой площадки!

Немного пройдя по уже знакомой тропе вдоль реки Адыр-Су, переходим по мостику на противоположный берег этой реки. Пройдя немного по долине, поднимемся на смотровую Зеленая полка. Отсюда совершенно с нового ракурса открывается все ущелье, наш лагерь, водопад Гумачи и огромный ледник!

Затем спускаемся со смотровой площадки и идем по приятной тропе вдоль реки. Вскоре подходим к острому, словно акулий плавник, хребту. Плавно поднимаемся вверх, заглядываем за хребет... А там нас ожидает большой водопад Гумачи!

Идем вверх, еще вверх и еще немножечко вверх – и выходим к красивому водопаду. Отсюда, с высоты, любуемся на долину реки Адыр-Су и окружающие горы.

Активная часть прохождения по маршруту: 9,2 км, перепад высот 2380-2700-2380-2500-2380 м, продолжительность маршрута 5-6 часов.

### **День 6. Ледник ущелья Джаловчат.**

Сегодня идем ещё в одно ущелье, которое вам запомнится огромными ледниковыми моренами и грандиозными видами!

Пройдя альплагерь Джайлык, начнется подъем по лесу. Чуть выше поднимемся, лес останется позади и постепенно начнут подниматься вокруг нас горы.

Давным-давно в этих местах лежал огромный ледник Джаловчат. Когда он отступал, то оставил после себя две очень больших морены. По одной из них как раз и лежит наш путь вверх! Справа видна еще одна морена и мощный водопад, а впереди, на скалах, притаился сам ледник Джаловчат.

Сделав привал, посмотрим на другую сторону ущелья. Отсюда отлично видно ущелье реки Кулумкол и почти весь наш путь к Живому озеру. Также с этой смотровой увидим одну из главных вершин этих мест – суровый Джайлык.

В этих потрясающих местах пообедаем и отправимся в обратный путь.

Активная часть прохождения по маршруту: 12,9 км, перепад высот 2380-2800 м, продолжительность маршрута 6-7 часов.

### **День 7. Возвращение в г. Минеральные Воды.**

Сегодня прощаемся с ущельем Адыр-Су и горой Уллу-Тау. Собираем палаточный лагерь и уезжаем в г. Минеральные Воды.

12:30-13:30 – прибытие в г. Минеральные Воды на железнодорожный вокзал и в аэропорт, отъезд домой.

В зависимости от погодных условий, физического состояния участников и других факторов, маршрут может быть изменен.

## **Дополнительно**

### **Список снаряжения:**

Температура воздуха: рано утро и поздно вечером +8...+12С, днем +18...+25С (солнечный день), +12...+16С (пасмурный день). Температура воздуха ночью в палатке +4...+9С.

Обращаем Ваше внимание на правила выбора одежды для поездки: на Кавказе можно ходить в брюках и футболках. Шорты и майки не следует брать для поездки на Кавказ.

Палатка

Рюкзак / сумка / чемодан для вещей

Спальник (температура комфорта 0...-5С). Температура воздуха ночью в палатке +4...+9С.

Каремат

Подпопник

Шапка, перчатки

Кепка / панамка

- Куртка. Температура воздуха рано утром и поздно вечером +8...+12С.
  - Флиски
  - Футболка
  - Легкая рубашка с длинным рукавом. Рубашка защитит от обгорания руки и шею.
  - Бафф. Защищает шею от обгорания, можно использовать как головной убор.
  - Ходовые брюки
  - Нижнее белье, носки
  - Треккинговая обувь по щиколотку и выше
  - Обувь для ходьбы в лагере. Утром и вечером в лагере влажная от росы трава. Рекомендуем иметь закрытую обувь, например, калоши
  - Купальник
  - Для девушек по желанию: платье для фотосессии на фоне гор =))
  - Непромокаемая одежда или дождевик от середины бедра и ниже
  - Треккинговые палки. Палки значительно снижают нагрузку на колени. Физически крепким и здоровым туристам мы рекомендуем иметь с собой палки. Туристам, у которых есть проблемы с коленями, суставами и лишним весом, треккинговые палки иметь **ОБЯЗАТЕЛЬНО**.
- При необходимости, клуб предоставляет треккинговые палки в прокат.
- Паспорт / свидетельство о рождении ребенка. Обязательно иметь оригинал документов (не копию).
  - Фотоаппарат/видеокамера. В нескольких ущельях по маршруту, которые входят в пограничную зону, запрещено использовать для съемок квадрокоптер.
  - Туалетные принадлежности (зубная щетка, зубная паста, мыло, шампунь, бритва, полотенце)
  - Расческа, солнцезащитные очки
  - Пластиковая бутылка 0,5 л (для питьевой воды на маршруте)
  - Туалетная бумага
  - Тарелка, кружка, ложка. Тарелка и кружка должны быть не бьющимися (пластиковыми или железными).
  - Налобный фонарик
  - Влажные салфетки
  - Нитка, иголка
  - Рюкзак для прогулок (объем 20-25 литров). В рюкзаке находятся личные вещи туриста (флиски, дождевик, бутылка с водой и т. д.), а также общественные продукты на обед, которые выдает инструктор (вес продуктов 400-600 грамм).
  - Портативное зарядное устройство Power Bank для подзарядки мобильного телефона (не обязательно)
  - Солнцезащитный крем, гигиеническая помада
  - Защитный крем от укусов насекомых. По вечерам могут быть комары. Клещей нет.
  - Наличные деньги
  - Индивидуальная аптечка. Обязательно: эластичный бинт, пластырь.

## Страховка

Не обязательна

## Места сбора группы

### **Минеральные Воды**

Жд вокзал, аэропорт