

TRIPS FOR FRIENDS



ВОСХОЖДЕНИЕ НА ЭЛЬБРУС С ЮГА

от 74 000 ₽



tripsforfriends.ru

МАРШРУТ

TRIPS FOR FRIENDS

ЧЕМ ЗАЙМЕМСЯ?



- ✓ Постоим на самой высокой точке Европы – вершине Эльбруса
- ✓ Попробуем настоящую кавказскую кухню
- ✓ Увидим красивейшую природу Приэльбрусья
- ✓ Прогуляемся к большому горному водопаду
- ✓ Почувствуем и узнаем, что такое Альпинизм!



ДЕНЬ 1. ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ НА КАВКАЗ!

Мы встречаем вас в Минводах.

До Эльбруса 3 часа пути. Дорога к подножью лежит через красивейшее ущелье.

Приезжаем в Терскол, селимся в гостиницу у поляны Чегет. Идём на приветственный ужин.

ДЕНЬ 2. АККЛИМАТИЗАЦИОННЫЙ ВЫХОД НА ГОРУ ЧЕГЕТ

После завтрака вся группа под руководством гида отправится на прогулку мы прогуляемся на склоны горы Чегет.

Наберем высоту +1200 м. (до высот 3200 - 3400 м.).



ДЕНЬ 3. ГОРНЫЙ ПРИЮТ

Сегодня мы уезжаем из отеля и перемещаемся в приют на высоте 3800 м.

На канатной дороге поднимемся почти до самого приюта. Группа размещается в теплых комнатках. После сытного обеда, приготовленного высотным поваром, вместе с гидом выходим на снежно ледовые занятия и прогулку до старого Приюта -11 (4100 м). Возвращаемся к ужину. Отдыхаем и расходимся на ночлег.

ДЕНЬ 4. СКАЛЫ ПАСТУХОВА

Сегодня очень важный день для подготовки к восхождению: выход на скалы Пастухова 4700 м.

После завтрака мы выходим наверх. Задача набрать почти километр по вертикали и достигнуть скал Пастухова. Это важно для акклиматизации и подготовки к восхождению. Ваш организм должен постепенно приспосабливаться к новым высотам. От этого зависит успех восхождения в целом. В среднем подъем занимает 3-5 часов. И еще пару часов вниз. В приюте нас ждет вкусный ужин. Ночлег в приюте.

ДЕНЬ 5. ОТДЫХАЕМ, НАБИРАЕМСЯ СИЛ

Сегодня день Отдыха. Возможно прогуляться вниз, до старого приюта Бочки. Основная задача отдохнуть и подготовиться к восхождению.

Спать сегодня необходимо лечь пораньше, потому что нам предстоит очень ранний подъем. Впереди – штурм!

ДЕНЬ 6. ВОСХОЖДЕНИЕ НА ЭЛЬБРУС. МЕЧТЫ СБЫВАЮТСЯ!

Ранний подъем и ранний выход на восхождение. Восхождение на Эльбрус занимает 8-12 часов. За отдельную плату можно воспользоваться ратраком и сократить себе дорогу на несколько часов.

Так, вы сэкономите силы, и на вершине будете чувствовать бодрость, радость и восторг от потрясающих видов! Подъем идет через седловину вулкана Эльбрус, невероятно красивое место, где вам посчастливится встретить рассвет. Далее на западную вершину. По дороге остановки на отдых и чай. Выход на вершину около 8-9 утра. Спуск по пути подъема. Спуск в приют. Ночевка в приюте.

ДЕНЬ 7. РЕЗЕРВНЫЙ ДЕНЬ

Запасной день на случай плохой погоды.

Погода на Эльбрусе бывает разной. И плохой в том числе. Поэтому мы закладываем резервный день, чтобы увеличить шансы на успешное восхождение. В этот день мы спускаемся вниз, в поселок Терскол. В случае, если резервный день не понадобился, возможны дополнительные прогулки по Приэльбрусью. Свободное время. Ночлег в отеле.

ДЕНЬ 8. ОТЪЕЗД ИЗ ПРИЭЛЬБРУСЬЯ

Финальный день нашего приключения.

Завтрак в отеле. Покупка сувениров и отъезд в Минеральные Воды. Бронируйте билеты на вторую половину дня. Трансфер в Аэропорт.

СТОИМОСТЬ ТУРА

TRIPS FOR FRIENDS

от 74 000 ₽

В стоимость входит:

- ⊙ Восхождение на Эльбрус (5642м)
- ⊙ Все трансферы по программе
- ⊙ Проживание в гостинице 3 звезды
- ⊙ Проживание в приюте Сердце Эльбруса
- ⊙ Трехразовое питание на горе (услуги повара на горе)
- ⊙ Оплата канатных дорог
- ⊙ Оплата взносов и разрешений на посещение национального парка Приэльбрусье
- ⊙ Квалифицированный гид + дополнительный гид на период восхождения (1 гид на 3х человек)

В стоимость не входит:

- ⊙ Перелет в Минеральные Воды
- ⊙ Питание в посёлке Терскол
- ⊙ Прокат личного альпинистского снаряжения
- ⊙ Одноместное размещение в гостинице или приюте
- ⊙ Ратрак на ночь восхождения
- ⊙ Индивидуальный трансфер
- ⊙ Любые изменения по программе

СПОСОБ ОПЛАТЫ:

Банковским переводом либо наличными после оформления договора.

Картой Visa, Master Card, Картой Мир

tripsforfriends.ru

ЧТО НЕОБХОДИМО ВЗЯТЬ С СОБОЙ:

TRIPS FOR FRIENDS

Документы:

- ⦿ Паспорт
- ⦿ Билеты на самолет/поезд
- ⦿ Медицинская страховка

Личное снаряжение:

- ⦿ Баул от 100 л.
- ⦿ Рюкзак. 30-40л.
- ⦿ Спальник, температура комфорта от 0С до +10С (с июня по сентябрь включительно), от -20С до 0С (с октября по май включительно).
- ⦿ Треккинговые палки.
- ⦿ Кошки.
- ⦿ Ледоруб. Классический.
- ⦿ Каска
- ⦿ Альпинистская система.
- ⦿ Карабины – 2 шт.
- ⦿ Усы самостраховки.

Одежда и обувь:

- ⦿ Ботинки альпинистские двойные
- ⦿ Кроссовки треккинговые или ботинки треккинговые.
- ⦿ Непромокаемый слой – Куртка+ брюки Gore-Tex.
- ⦿ Флисовый костюм.
- ⦿ Термобелье верх+низ.
- ⦿ Пуховка. Толстая и теплая.
- ⦿ Рукавицы теплые.
- ⦿ Перчатки толстые.
- ⦿ Перчатки тонкие.
- ⦿ Бандана (бафф)
- ⦿ Шапка
- ⦿ Теплые трекинговые носки на день восхождения

Разное:

- ⦿ Фонарик диодный на голову
- ⦿ Очки солнцезащитные
- ⦿ Лыжная маска-очки
- ⦿ Термос – 1л.
- ⦿ Маска ветрозащитная на нижнюю часть лица
- ⦿ Гамаши
- ⦿ Крем от солнца, гигиеническая помада
- ⦿ Личная аптечка
- ⦿ Эластичный бинт и/или поддерживающий бандаж на колени