ОТЧЕТ

О прохождении велосипедного туристского спортивного маршрута
ЧЕТВЁРТОЙ категории сложности с элементами ШЕСТОЙ
категории сложности по Гималаям (Индия),
совершенном командой г. Санкт-Петербурга
в период с 15 сентября по 25 сентября 2019 года.

Маршрутная книжка Р19-05-02

Руководитель группы: Шонин Сергей Викторович
тел.: 8 904 649 47 32
e-mail: batiushka666@mail.ru

Маршрутно-квалификационная комиссия ЦМКК рассмотрела отчет и считает, что поход может быть зачтен всем участникам и руководителю **четвёртой** категорией сложности с элементами **шестой** категории сложности.

Отчет использовать в библиотеке .....

Судья по виду ..... /Журавель А.В./ .....

Председатель МКК ..... /Романов Д.А./ .....

Штамп МКК

Туристско-спортивная маршрутно-квалификационная комиссия
100-00-666666664

Санкт-Петербург
2019 г

СОДЕРЖАНИЕ

1. СПРАВОЧНЫЕ СВЕДЕНИЯ О ПОХОДЕ И ГРУППЕ 4

1.1. Проводящая организация. 4

1.2. Выпускающая организация. 4

1.3. Место проведения. 4

1.4. Сроки проведения. 4

1.5. Подробная нитка пройденного маршрута. 4

1.6. Параметры маршрута. 5

1.7. Обзорная карта региона. 6

1.8. Высотный профиль маршрута. 7

1.9. Определяющие препятствия маршрута. 8

1.10. Участники похода. 9

1.11. Материалы похода. 10

2. ХАРАКТЕРИСТИКА РАЙОНА ПОХОДА 10

2.1. Общая информация. 10

2.2. Интересные природные и исторические объекты. 14

2.3. Варианты подъезда и отъезда. 16

2.4. Аварийные выходы с маршрута 17

3. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОЙДЕННОГО МАРШРУТА 17

3.1. Цели. 17

3.2. Краткая общая характеристика пройденного маршрута. 17

3.3. Новизна. 18

3.4. Стратегия и тактика. 18

3.5. График движения заявленный. 21

3.6. График движения фактический. 21

3.7. Сведения о погодных условиях на маршруте. 22

3.8. Изменения маршрута и их причины. 23

3.9. Несчастные случаи и случаи оказания медицинской помощи. 23

3.10. Изменение состава участников. 23

3.11. Использование на маршруте автотранспорта. 23

4. ОПИСАНИЕ ПО ДНЯМ 24

Трансфер на старт, 14 сентября. 24

День первый, 15 сентября. 25

День второй, 16 сентября. 27

День третий, 17 сентября. 31

День четвертый, 18 сентября. 34

День пятый, 19 сентября. ... 38
День шестой, 20 сентября. ... 40
День седьмой, 21 сентября. ... 47
День восьмой, 22 сентября. ... 50
День девятый, 23 сентября. ... 57
День десятый, 24 сентября. ... 62
День одиннадцатый, 25 сентября. ... 68
Дни после похода, 26 - 29 сентября. ... 72

5. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ СВЕДЕНИЯ О МАРШРУТЕ ... 73

5.1. Перечень средств передвижения и случаи ремонта на маршруте. ... 73
5.2. Перечень запчастей и инструментов. ... 74
5.3. Перечень общественного снаряжения. ... 75
5.4. Состав медицинской аптечки. ... 76
5.5. Бюджет похода. ... 83
5.6. Раскладка по питанию и график закупок. ... 84

6. ИТОГИ, ВЫВОДЫ, РЕКОМЕНДАЦИИ ... 86

7. ОЦЕНКА СЛОЖНОСТИ ВЕЛОСИПЕДНОГО МАРШРУТА ... 88

7.1. Расчет суммы баллов за протяженные препятствия. ... 88
7.2. Расчет эквивалентного пробега по ЛП. ... 88
7.3. Расчет интенсивности. ... 89
7.4. Расчет автономности. ... 90
Продолжительность похода: 247 ч. (11 д.) ... 90

АВТОНОМНОСТЬ ПОХОДА: 0.56 ... 90

ПОДРОБНЫЙ РАСЧЁТ ПО ВРЕМЕННЫМ ИНТЕРВАЛАМ: HTTP://VELOTREX.RU/AVTONOM.PHP?ID=70 .. 90

7.5. Расчет категории сложности пройденного маршрута. ... 90

ПРИЛОЖЕНИЯ ... 91

Паспорт протяженного препятствия 1 (перевал Тангланг Ла). ... 91
Паспорт протяженного препятствия 2 (спуск по ущелью р. Марха). ... 96
Паспорт протяжённого препятствия 3 (перевал Синге Ла) ... 102
Паспорт протяженного препятствия 4 (траверс хр. Парфи Ла). ... 109
Паспорт протяженного препятствия 5 (подъем по ущелью р. Царап-Лингти-Чу). ... 116
Паспорт протяженного препятствия 6 (перевал Шинго Ла с севера). ... 122
Паспорт протяженного препятствия 7 (перевал Конмару Ла) ... 135
Паспорт протяженного препятствия 8 (траверс хр. Ханума Ла с севера). ... 145
Маршрутная книжка на англ.языке. ... 155
Полисы медицинского страхования. ... 159
Справки руководителя и участников. ... 169

1. СПРАВОЧНЫЕ СВЕДЕНИЯ О ПОХОДЕ И ГРУППЕ

1.1. Проводящая организация.
Группа туристов г. Санкт-Петербург.

1.2. Выпускающая организация.
ФСТ-ОТМ, Москва

1.3. Место проведения.
Гималаи (Джамму и Кашмир), Индия.

1.4. Сроки проведения.
С 15 сентября по 25 сентября 2019.

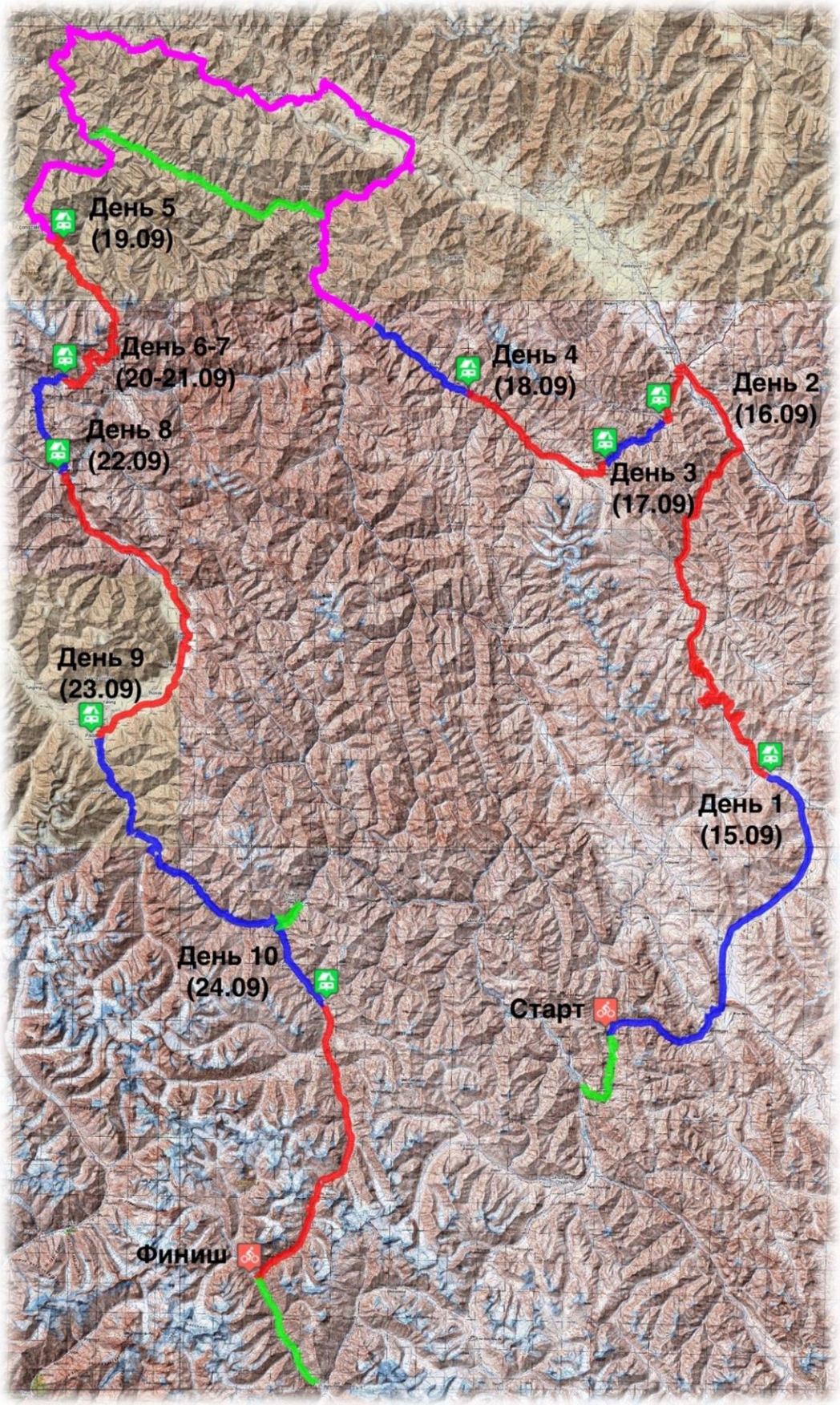
1.5. Подробная нитка пройденного маршрута.
пер. Лачулунг ла – пер. Тангланг ла – п. Сумдо – пер. Конмару ла – п. Марха – п. Скиу – (проброска на машине) – п. Фотоксар – пер. Синге ла – пер. Киупа ла – мон. Лингшед – пер. Ханума ла – пер. Парфи ла – г. Падум – п. Чар – п. Керджиак – пер. Шинго ла – р. Барай.

1.6. Параметры маршрута.

Протяженность активной части – 514.4 км.
Суммарный набор высоты – 10 450 м.
Суммарный сброс высоты – 12 007 м
Общая продолжительность похода – 10.5 дней.

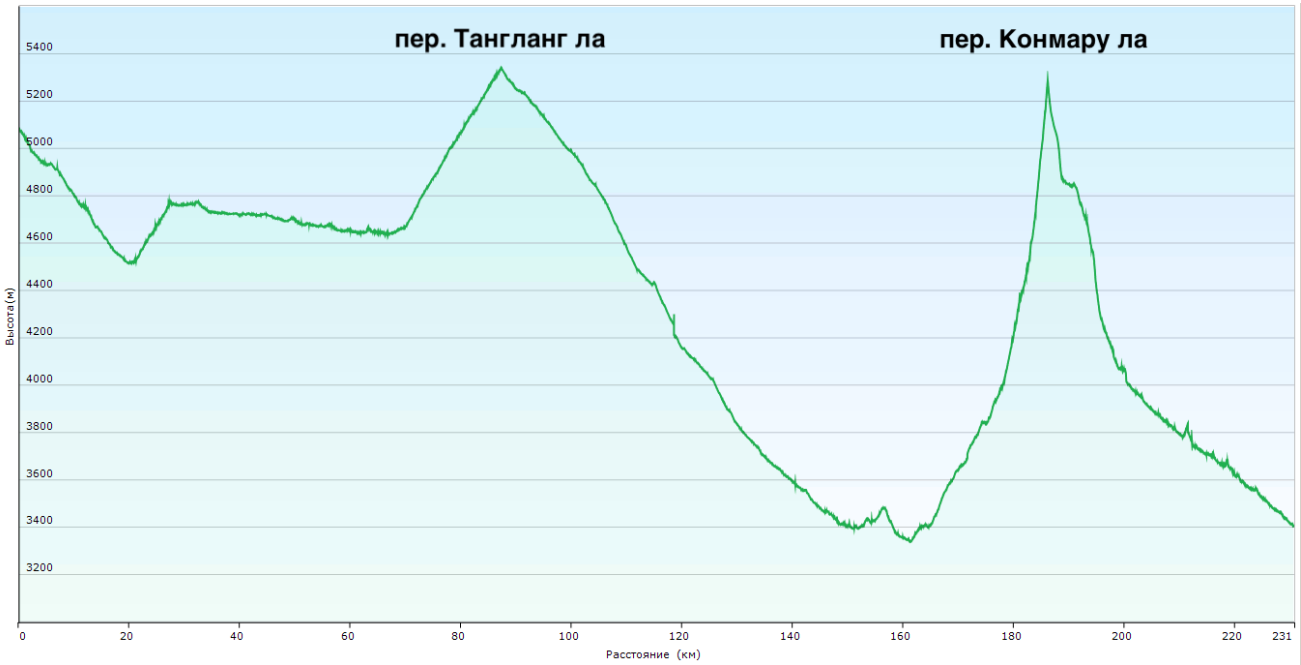
Кпк	Описание	L, км
Дороги высокого качества (Кпк от 0,80 до 1,10)		**188,7**
0,8	Асфальт/бетон, дорога хорошего качества, сухая.	188,7
Дороги хорошего качества (Кпк от 1,11 до 1,50)		**173,4**
1,2	Асфальт/бетон, дорога разбитая, сухая.	13,0
1,2	Мелкий камень, дорога хорошего качества, сухая.	93,8
1,3	Крупный камень, дорога хорошего качества, сухая.	28,8
1,4	Мелкий камень, дорога разбитая, сухая.	12,7
1,4	Грунт, дорога укатанная, сухая.	25,1
Дороги среднего качества (Кпк от 1,51 до 1,90)		**87,6**
1,9	Крупный камень, дорога разбитая, сухая	24,5
1,9	Грунт, дорога разбитая, сухая.	21,5
1,9	Грунт, тропа хорошего качества, сухая	41,6
Дороги низкого качества (Кпк от 1,91 до 2,40)		**-**
-	-	-
-	-	-
Дороги сверхнизкого качества (Кпк свыше 2,40)		**51,5**
2,5	Крупный камень, дорога/тропа со множеством ТП, сухая	25,7
2,5	Грунт, дорога/тропа со множеством ТП, сухая	22,6
3,5	Песок, дорога рыхлая, сухая	3,2
Локальные препятствия		**13,2**
-	Перевальный взлёт 1а	7,5
-	Движение по каньону 1а	5,7
-	Переправа н/к	44 шт
	Всего:	**514,4**

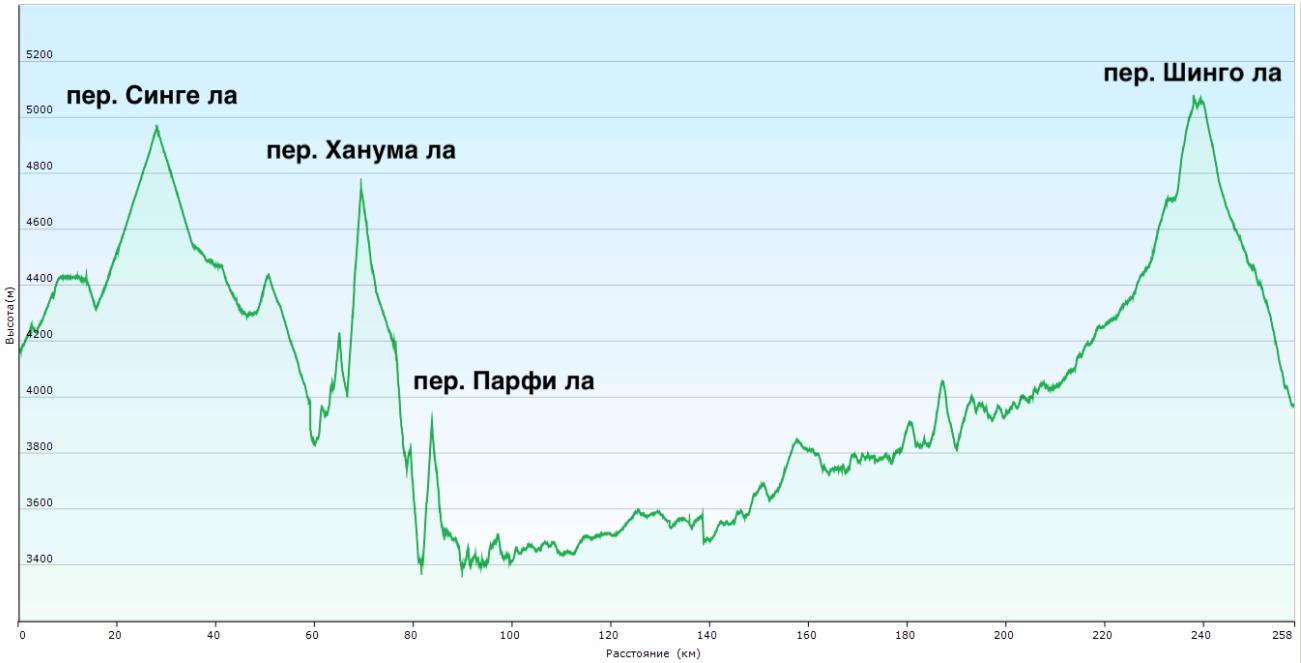
1.7. Обзорная карта региона.



Красным и синим цветом обозначен пройденный маршрут, зеленым цветом – непройденные участки заявленного маршрута, розовым – трансфер на машине. Карта составлена на основе карт генштаба, масштаб: в 1 см – 5 км.

1.8. Высотный профиль маршрута.



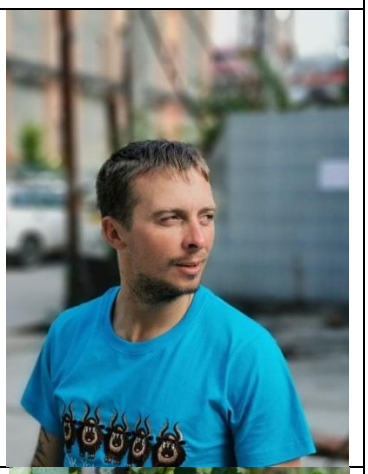


Расстояние, отложенное по оси X, на высотном графике меньше фактического (514.4 км) по причине записи трека с периодом 1 точка в 10 м. При таких настройках погрешность составляет около 5% в сравнении с более точными данными навигатора.

1.9. Определяющие препятствия маршрута.

Вид ПП	Название препятствия	КТ	Характеристика препятствия	Ссылка на ПП
перевал	Конмару ла **(первопрохождение в формате ТСМ)**	6	*Набор высоты: 1993 м* *Max высота: 5266 м* *Протяженность: 26.7 км* *Асфальт, грунт, камень.*	http://velotrex.ru/trackview.php?file=2578
перевал	Синге ла **(первопрохождение Российской командой в формате ТСМ)**	4	*Набор высоты: 665 м* *Max высота: 4965 м* *Протяженность: 18.3 км* *Грунт.*	http://velotrex.ru/trackview.php?file=2592
траверс	хребет Ханума ла **(первопрохождение Российской командой в формате ТСМ)**	6	*Набор высоты: 1177 м* *Max высота: 4736 м* *Протяженность: 18.6 км* *Грунт камень.*	http://velotrex.ru/trackview.php?file=2588
траверс	хребет Парфи ла **(первопрохождение Российской командой в формате ТСМ)**	4	*Набор высоты: 852 м* *Max высота: 3921 м* *Протяженность: 16.7 км* *Камень, грунт.*	http://velotrex.ru/trackview.php?file=2589
подъём	ущелье реки Царап-Лингти-Чу **(первопрохождение Российской командой в формате ТСМ)**	4	*Набор высоты: 1217 м* *Max высота: 4063 м* *Протяженность: 49.3 км* *Асфальт, грунт, камень, песок.*	http://velotrex.ru/trackview.php?file=2591
перевал	Шинго ла **(первопрохождение Российской командой в формате ТСМ)**	5	*Набор высоты: 1693 м* *Max высота: 5052 м* *Протяженность: 66.6 км* *Грунт, камень, песок.*	http://velotrex.ru/trackview.php?file=2590
перевал	Тангланг ла	3	*Набор высоты: 726 м* *Max высота: 5343 м* *Протяженность: 66.6 км* *Асфальт, камень.*	http://velotrex.ru/trackview.php?file=2698
спуск	ущелье реки Марха **(первопрохождение в формате ТСМ)**	3	*Набор высоты: 264 м* *Max высота: 4851 м* *Протяженность: 41.0 км* *Грунт, камень.*	http://velotrex.ru/trackview.php?file=2587

1.10. Участники похода.

Фамилия, имя, отчество/должность	Туристический опыт	Фото
Шонин Сергей Викторович/ руководитель, медик, видеооператор	4р с эл 5, Киргизия 2015 г, вело 3Р, Памир 2017 г, вело 3Р с эл 5, Гималаи 2018 г, вело	
Сабанова Анастасия Михайловна / завхоз, хронометрист	4Р, Грузия 2017 г, вело 4У с эл 5, Урал 2017 г, вело 3У с эл 5, Гималаи 2018 г, вело	
Мандрыгин Павел Александрович / штурман, механик, фотограф	4У, Грузия 2017 г, вело 4У с эл 5, Урал 2017 г, вело 3У с эл 5, Гималаи 2018 г, вело	

Савченко Иван Михайлович / финансист, переводчик, завснар	3Р с эл 4, Турция 2015 г, вело 5У с эл 6, Китай 2015, вело 3У с эл 5, Гималаи 2018 г, вело	

1.11. Материалы похода.

Фотографии: https://yadi.sk/d/q9ZD_epOsQ2l5g
Ссылка на трек 1: https://nakarte.me/#m=12/33.87512/77.34581&l=T&nktl=rnve3DMkjhQM3dcmq1UTAQ
Ссылка на трек 2: https://nakarte.me/#m=15/32.80648/77.11810&l=T&nktl=w4WoudCMlhG1yTuepNw7dQ
Адрес размещения электронной версии отчета: https://yadi.sk/d/ZOWG65bc_R9ZOA

2. ХАРАКТЕРИСТИКА РАЙОНА ПОХОДА

2.1. Общая информация.

<u>География.</u> Республика Индия – государство в Южной Азии большей частью на полуострове Индостан. Индия имеет сухопутные границы с Пакистаном на западе, с Китаем, Непалом и Бутаном на северо-востоке, с Бангладеш и Мьянмой на востоке. Кроме того, Индия имеет морские границы с Мальдивскими островами на юго-западе, со Шри-Ланкой на юге и с Индонезией на юго-востоке. Спорная территория штата Джамму и Кашмир имеет границу с Афганистаном.

Побережье Индии, длина которого составляет более 7 тыс. км, омывается водами Индийского океана – Бенгальским заливом с юго-востока и Аравийским морем с юго-запада.

Определяющие геологические процессы Индии начались 75 млн лет назад, когда индийский субконтинент, в то время являвшийся частью южного суперконтинента Гондваны, начал дрейфовать в северо-западном направлении через тогда ещё не существовавший Индийский океан – процесс, который продолжался около 50 млн лет. Последовавшее за этим столкновение субконтинента с Евразийской плитой и его субдукция под ним привели к появлению Гималаев, самых высоких гор планеты, которые в настоящее время окружают Индию с севера и северо-востока.

На бывшем морском дне, непосредственно к югу от появившихся Гималаев, в результате движения плит образовался огромный прогиб, который постепенно заполнился аллювием и превратился в современную Индо-Гангскую равнину. К западу от этой равнины, отделённая от неё горным хребтом Аравали, простирается пустыня Тар. Изначальная Индостанская плита сохранилась до наших дней как полуостров Индостан, древнейшая и геологически наиболее устойчивая часть Индии, простирающаяся на север до горных хребтов Сатпура и Виндхья в центральной Индии. Эти параллельные горные хребты пролегают от побережья Аравийского моря в Гуджарате на западе до богатого каменным углём плоскогорья Чхота Нагпур в Джаркханде на востоке.

Внутреннюю часть полуострова Индостан занимает плоскогорье Декан, разбитое сбросами на низкие и средневысотные горы со сглаженными вершинами и обширные плоские или волнистые плато, над которыми возвышаются холмы и столовые горы с обрывистыми склонами. К западу и востоку плоскогорье Декан повышается, образуя, соответственно, Западные и Восточные Гаты. Обращённые к морю склоны Гат – крутые, а обращённые к Декану – пологие, прорезанные речными долинами. На

плоскогорье Декан расположены древнейшие горные образования Индии, некоторые возрастом более 1 млрд. лет. Декан богат месторождениями железных, медных, марганцевых, вольфрамовых руд, бокситов, хромитов, слюды, золота, алмазов, редких и драгоценных камней, а также каменного угля, нефти и газа.

Климат. На климат Индии оказывают сильное влияние Гималаи и пустыня Тар, вызывая муссоны. Гималаи служат преградой холодным центрально-азиатским ветрам, таким образом, делая климат на большей части Индостана более тёплым, чем на тех же широтах в других регионах планеты. Пустыня Тар играет ключевую роль в привлечении влажных юго-западных ветров летнего муссона, которые в период с июня по октябрь обеспечивают большую часть Индии дождём. В Индии преобладают четыре основных климата: влажный тропический, сухой тропический, субтропический муссонный и высокогорный.

В большей части территории Индии выделяются три сезона: жаркий и влажный с господством юго-западного муссона (июнь – октябрь); относительно прохладный и сухой с преобладанием северо-восточного пассата (ноябрь – февраль); очень жаркий и сухой переходный (март – май). В течение влажного сезона выпадает свыше 80 % годовой суммы осадков. Наиболее увлажнены наветренные склоны Западных Гат и Гималаев (до 6000 мм в год), а на склонах плато Шиллонг находится самое дождливое место на Земле – Черрапунджи (около 12000 мм). Наиболее сухие районы – западная часть Индо-Гангской равнины (менее 100 мм в пустыне Тар, сухой период 9-10 месяцев) и центральная часть Индостана (300 – 500 мм, сухой период 8-9 месяцев). Количество осадков сильно колеблется в разные годы. На равнинах средняя температура января возрастает с севера на юг от 15 до 27°С, в мае повсеместно 28-35°С, иногда доходя до 45-4°С. Во влажный период на большей части страны температуры равны 28°С. В горах на высоте 1500 м в январе −1°С, в июле 23°С, на высоте 3500 м соответственно −8°С и 18°С.

Время. Разница во времени между Москвой и Индией составляет 2,5 часа.

Государственный язык. В Индии разговаривают на 447 различных языках, 2 тыс. диалектов. В Конституции Индии оговорено, что хинди и английский являются двумя языками работы национального правительства, то есть государственными языками. Кроме того представлен официальный список из 22 языков, которые могут использоваться правительствами индийских штатов для различных административных целей.

Русский язык в Индии начал преподаваться в первые годы независимости государства. Советская экономическая, военная и политическая помощь молодому государству высоко подняли авторитет русистики. Апогей влияния русского языка в стране пришелся на 1960-е и 70-е годы. В 1990-е гуманитарное сотрудничество испытало значительное падение, но с началом нового века наметилась положительная динамика. Статус языка повышается, а количество желающих овладеть им год от года растёт

Денежная единица. В качестве денежной единицы Индии используется национальная валюта – индийская рупия. 1 рупия состоит из 100 разменных монет, называемых здесь пайсами. Международный банковский код индийской валюты – INR. Банки и пункты обмена валют можно найти во всех крупных городах республики.

Религии. Более 900 млн индийцев (80,5% населения) исповедуют индуизм. Другие религии, имеющие значительное количество последователей, – это ислам (13,4%), христианство (2,3%), сикхизм (1,9%), буддизм (0,8%) и джайнизм (0,4%). В Индии также представлены такие религии как иудаизм, зороастризм, бахаи и другие. Среди аборигенного населения, которое составляет 8,1%, распространён анимизм

Виза. Для поездки российским гражданам в Индию нужна виза, ее можно оформить онлайн, в визовом центре посольства страны в Москве или же в консульствах в Санкт-Петербурге или Владивостоке. Сайт для оформления визы онлайн TVOA (Tourist Visa on Arrival), где необходимо заполнить анкету, загрузить свою фотографию и скан страницы с личными данными загранпаспорта. Оформить нужно за несколько недель до поездки. Консульский сбор составляет 100$. Срок действия визы 1 год.

Посольство России. Russian Embassy, Shantipath, Chanakyapuri, New Delhi 110021. Телефон посольства (91-11)26110640/41/42. Телефон консульского отдела (91-11)2611-05-60. Круглосуточный

телефон экстренной связи (предназначен только для граждан России, попавших в экстренную ситуацию) +91-8130300551 (Нью-Дели). Электронная почта rusembindija@mid.ru.

Часы работы: пн и чт 08.00-14.00 и 15.30-18.30; вт, ср и пт 08.00-14.00

История Индии. Индия – страна удивительного географического и национального разнообразия, множества языков и диалектов. И к ней более чем к какому-либо другому государству мира применимо словосочетание «страна контрастов». Роскошь и богатство – с одной стороны, нищета, страдания, голод, труд в нечеловеческих условиях – с другой. Четверть населения Индии живет за чертой бедности, несмотря на то, что это одна из наиболее экономически развитых стран мира, которая обладает огромными запасами полезных ископаемых и может похвастаться передовыми технологиями в промышленности.

В ПОИСКАХ ЕДИНСТВА

Считается, что человеческая история Индии началась 700 000 лет назад, когда сюда пришли люди каменного века. Расцвет культур, оставивших нам великие памятники, начался примерно 5000 лет назад. Войскам Александра Македонского (326 г. до н.э.) не удалось покорить Индию, великий полководец был вынужден повернуть назад. Империи, развивавшиеся на территории полуострова Индостан, возвышались и гибли, оставляя человечеству свои открытия. Даже «арабские» цифры на самом деле к нам пришли из Индии. Как и эпос «Махабхарата», шахматы, пластическая хирургия, специи и многое другое. Сегодня правительство Индии старается сохранять памятники истории. А их здесь великое множество целые города с храмовыми комплексами и дворцами, украшенными потрясающей резьбой.

Индия, страна богатейшей и древнейшей истории, пережившая за тысячелетия своего существования не один культурный расцвет, с XVI в. стала предметом колониальных претензий сразу нескольких европейских государств. Англичане как колонизаторы оказались успешнее португальцев, французов и голландцев: в середине XVIII в. Британская Ост-Индская компания захватила Бенгалию, а сто лет спустя, к 1856 г., контролировала значительную часть Индии. Она называлась «жемчужиной короны» Британской империи и приносила своей метрополии огромные доходы. Считалось, что службой в этой колонии можно составить состояние, и в Индию ехали сотни тысяч молодых англичан ради карьеры и богатства. В 1857 г вспыхнуло народное восстание сипаев, переросшее в войну за независимость. Восстание было подавлено, Британская Ост-Индская компания ликвидирована, а Индия перешла под прямую юрисдикцию английской короны. До самого конца XIX в. Индия была монопольным поставщиком алмазов на мировой рынок. Несравненной чистоты алмаз «Кохинор», сияющий в короне британских монархов, само собой, родом из Индии.

В 1885 г в стране была учреждена первая политическая партия Индийский национальный конгресс, составивший оппозицию колониальному режиму и выступавший за национальное равноправие. В 1915 г национально-освободительное движение в Индии возглавил Махатма Ганди (1869-1948), вернувшийся из Южной Африки, где он также боролся за права индийцев и где разработал и впервые применил тактику ненасильственного сопротивления – сатьяграху.

В буквальном переводе с санскрита сатьяграха означает «упорство в истине». В основе концепции этой борьбы за независимость было гражданское неповиновение и несотрудничество с несправедливой правящей системой. Сатьяграха подразумевала готовность народа переносить боль и страдания и должна была, по мысли Махатмы Ганди, воздействовать на благоразумие и совесть противника. Он

призвал все население страны перейти на самообеспечение, отказавшись от английских товаров, в частности от дорогих тканей, игнорировать несправедливые законы. Сам Махатма сел за прялку, смастерил себе одежду и обувь. Так традиционная индийская прялка – чаркха стала символом сатьяграхи и национального самоопределения. Поначалу англичан это смешило, но, начав нести убытки, они поняли, насколько серьезна эта борьба.

«Моральное влияние, которое Ганди оказал на мыслящих людей, является намного более сильным, нежели кажется возможным в наше время с его избытком грубой силы – писал Альберт Эйнштейн о лидере индийского движения за независимость. Возможно, грядущие поколения просто не поверят, что такой человек из плоти и крови ходил по этой грешной земле».

Территории Британской Индии получили независимость 15 августа 1947 г. Вскоре Джавахарлал Неру стал первым премьер-министром страны. Но напряженность между приверженцами индуизма и ислама была столь высока, что произошло разделение территорий Британской Индии на два государства: Индийский Союз и Пакистан. Раздел сопровождался кровопролитными столкновениями между индусами, сикхами и мусульманами, а также крупнейшей в истории XX в. массовой миграцией населения. В 1975 г. Индия аннексировала Княжество Сикким и сделала его 22-м штатом. Сикким находится на севере Индии и граничит с Непалом, Китаем и Бутаном. Но внутренние конфликты между индусами, сикхами и мусульманами продолжаются в Индии до сих пор.

МОЛОДОЙ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ГИГАНТ

Экономика Индии последние два десятилетия показывает постоянный рост. Индия превратилась в серьезного экспортера программного обеспечения, фармацевтической продукции, финансовых и технологических услуг. Традиционные объекты экспорта – текстиль и ювелирные изделия.

Благодаря большому количеству англоговорящих высококвалифицированных специалистов, Индия стала одним из центров «медицинского туризма». Историки медицины признают индийское учение Аюрведа древнейшим на Земле. И неудивительно – ему около двух с половиной тысяч лет. Сам термин «Аюрведа» образован из двух санскритских корней: «аюс» – долгая жизнь и «веда» – знание, мудрость, иными словами, это свод правил, позволяющих человеку сохранять до преклонного возраста здоровье, благодаря воздействию на организм особых процедур и употребления натуральной пищи. И современные врачи, знакомые с Аюрведой, охотно и, что немаловажно, с успехом используют ее рекомендации. Но гораздо больше в мире практикующих поклонников индийской йоги – лучшего способа поддержания гармонии тела и духа.

Власти Индии с оптимизмом смотрят в будущее и прогнозируют продолжение постоянного годового прироста ВВП в 5-6%. Такой уровень промышленного роста необходим как для функционирования государства в условиях демографического прироста в пятнадцать миллионов человек в год, так и для сохранения статуса страны, которая с экономической точки зрения относится к развивающимся странам. Формирование среднего класса, который все более подвержен требованиям европейской моды, оказывает положительное влияние на экономику.

В программе «Индия-2020» определены стратегические направления развития индийской экономики на средне- и долгосрочную перспективу. К стратегическим отраслям промышленности в Индии относят (помимо оборонно-промышленного комплекса и ядерной энергетики) аэрокосмический кластер, авиастроение, электронику высшей степени сложности, телекоммуникационную индустрию и т. п. Немногие страны имеют столько фирм, занимающихся производством программного обеспечения для компьютеров. Более чем 90 стран мира предпочитают покупать продукты программного обеспечения именно у Индии.

Успехи в этих отраслях позволяют Индии развивать «экономику знания», спрос на которую в мире продолжает возрастать. Это во многом объясняется активным участием в ней государства. В Индии существует хорошо отлаженный механизм взаимодействия государства и частнокорпоративного сектора, одной из деталей которого является Плановая комиссия Индии, которую еще называют «интеллектуальный локомотив» модернизации.

В настоящее время Индия занимает шестое место в мире по потреблению энергии. На закупки энергоносителей из государственного бюджета ежегодно уходит около 14 млрд долларов. Поэтому для Индии особое значение приобретает атомная энергетика. По оценке Комиссии по атомной энергии Индии, для сохранения необходимых стране темпов экономического роста к 2050 г. не менее 25% всей энергии должно производиться ядерными установками. Плановая комиссия Индии предполагает, что к 2020 г. потребуется ввод в действие автономных силовых установок малой мощности. Это объясняется тем, что в стране к этому времени будет уже 60-70 мегаполисов с населением более I миллиона человек.

Изменения в экономике Индии коснулись и транспорта, программа «Индия: Видение-2020» предусматривает, что на маршрутах протяженностью от 500 до 1500 км конкуренцию железнодорожному транспорту составит гражданская авиация.

Словом «Болливуд», по ассоциации с Голливудом, часто называют всю кинопродукцию Индии. В Мумбаи, прежде называвшийся Бомбей, работают самые крупные киностудии страны. Болливуд – это около 200 фильмов в год. Их язык чаще всего – хинди, а также урду и пенджаби.

2.2. Интересные природные и исторические объекты.

КАШМИР

Как и все азиатские горы, загадочный, величественный и красивый. Завязший в переплетении интриг интересов и судеб, Кашмир, как в басне, разрывается между тремя сторонами, оставаясь на одном месте. Наверное, будут еще долго решать, по какой горной вершине провести границу. Но чтобы увидеть Кашмир, нужно забыть обо всех условностях и открыть глаза на те же горы и долины, озера и храмы, шикары (тип деревянной лодки, используемой на озере Дал и других водоёмах Сринагара) и кашемир. За этим, несмотря на нестабильность и опасности, сюда и едут туристы.

НА ТРИ СТОРОНЫ

В международном праве Кашмир считается спорной областью. До настоящего времени раздел Кашмира не оформлен в виде дипломатических договоров о границах. Такая неопределенность в районе, где живет множество народов, является причиной напряженных отношений между главными участниками конфликта – Индией и Пакистаном.

В настоящее время Кашмир разделен на несколько областей, или зон влияния. Индийский штат Джамму и Кашмир (с провинцией Ладакх) – самая большая область Кашмира по площади; около 101 300 км2 Самопровозглашенное непризнанное государство Азад Кашмир, или Свободный Кашмир (13 297 км2), контролируется Пакистаном. Гилгит-Балтистан, или Северные территории (72 496 тыс. км2), также контролируются Пакистаном. Аксайчин (37 555 км2, население практически отсутствует) и Транс-Каракорумский тракт (около 5100 км2) заняты Китаем.

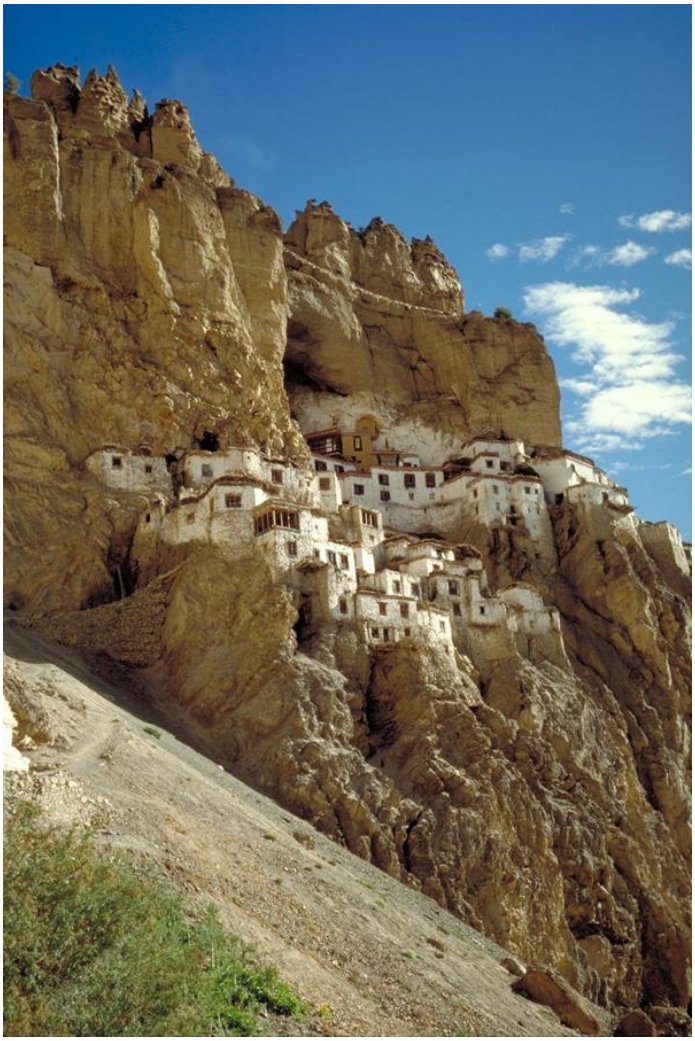
На юго-западе Кашмира находится неплодородная Пенджабская равнина, почти непригодная для земледелия. Остальная территория – это вытянувшиеся с северо-запада на юго-восток горные кряжи: от Малых Гималаев до Каракорума, второй по высоте горной системы мира со средней высотой около 5500 м. В нее входят семнадцать вершин выше 7500 м, включая восьмитысячник Чогори, или К-2 (8611 м) – второй по высоте в мире после Эвереста. 22 августа 2007 г российской команде альпинистов удалось впервые пройти по ранее неприступной западной стене г Чогори. Российские альпинисты покорили самый сложный маршрут мира. Гималаи, или Хималайя, в переводе с санскрита значит «Страна снега».

В Кашмире живут десятки народов, говорящих на

разных языках, исповедующих разные верования и чтущих обычаи многовековой древности. По уровню грамотности местного населения Кашмир опережает и Пакистан, и Индию. Кашмирият – этно-национальная философия кашмирцев, сложившаяся в XVI в., связанная с замкнутым миром Гималаев и выражающаяся в солидарности, стойкости и патриотизме местных жителей. Кашмирият – философия выживания людей и культурного наследия в согласии друг с другом.

История его началась с древнего торгового города Сринагар, расположенного в высокогорье передних Гималаев. Он был основан не позже третьего века до н. э., по разным данным, либо королем Праварасена II (который назвал его «Парвасенпур»), либо позднейшим властителем империи Маурьев Ашокой Великим (273 г до н. э. - 232 г до н. э.). Поначалу здесь преобладал буддизм. Мусульмане и индуисты Кашмира прекрасно уживались друг с другом, на что указывает тот факт, что они и сегодня зачастую поклоняются одним святым местам. Но конфликтов избежать не удалось, когда ислам постепенно стал доминировать в ряде районов Кашмира. Тем не менее мусульманам пришлось отступить, когда в середине XIX в. Кашмир завоевали сикхи.

В XIX в. Великобритания покоряла Индию, и после двух англо-сикхских войн (1845-1846 и 1848-1849 гг.) Британии было передано государство Лахор (запад Пенджаба) и Кашмир (как компенсация за невозможность выплатить контрибуцию), так образовалось княжество Джамму и Кашмир. В 1947 г., при разделе Британской Индии (на Индийский союз и Доминион Пакистан), правителям княжеств был предоставлен выбор: остаться независимыми или присоединиться к Индии или Пакистану. Более 70% жителей Кашмира были мусульмане, при их поддержке Пакистан перешел границы княжества, махараджа Ранбир Сингх согласился признать Кашмир частью Индии, после чего были введены индийские войска и началась первая индо-пакистанская война, после которой Кашмир был разделен.



Сейчас Индия контролирует около 50% бывшего княжества, Пакистан примерно 30% (Гилгит-Балтистан и Азад Кашмир). Китай был не согласен с северной границей Кашмира. В 1950-х гг армия КНР заняла северо-восточные районы Ладакха, известные как Аксайчин. Позже Китай утвердил за собой право на небольшие территории на востоке и юге Балтистана (долина Шаксгама, Транс-Каракорумский тракт), Пакистан передал их Китаю в 1963 г., но Индия все еще оспаривает эти земли, считая их частью Джамму и Кашмира. Здесь почти никто не живет, но для Китая район важен стратегически: через эти территории проходит дорога между Синыдзяном и западным Тибетом, по которой военные перевозят технику и солдат.

Сегодня нет никаких оснований считать, что конфликтная ситуация будет разрешена в ближайшее время.

Каждый народ придумал свое толкование происхождения названия «Кашмир». Есть версия, что оно происходит от индуистского понятия Ка – «вода» и Шимир – «сушить». То есть Кашмир – «земля там, где высохла вода». Согласно другой теории, Кашмир – сокращение от Кашьяпмир – «озеро Кашьяпы», мудреца, якобы осушившего озеро Сатисар на месте нынешнего

Кашмира. Действительно, многие письменные источники утверждают, что когда-то на месте Кашмира было огромное озеро.

КАШЕМИР ИЗ КАШМИРА И ГЕОПОЛИТИЧЕСКИЙ КОШМАР

Кашмир в основном сельскохозяйственная провинция. Умеренный климат в долинах дает возможность получать значительные урожаи различных сельскохозяйственных культур. В горах свободно пасутся знаменитые кашемировые козы, с которых каждую весну вычесывают пух и получают волокно – тот самый дорогой кашемир. Человеческий волос имеет толщину около 50 мкм, а качественная кашемировая нить, производимая из подшерстка горной козы — около 16 мкм.

Для получения качественного кашемирового пуха нужны особые климатические условия, которые есть в Кашмире. Однако сегодня Монголия и Китай (провинция Внутренняя Монголия) обогнали индийский Кашмир по качеству и количеству кашемира.

Основу экономики Кашмира – во всех областях, вне зависимости от административной принадлежности – составляет сельское хозяйство. Этот район считается рискованным для инвестиций, и местному населению приходится выживать так же, как тысячи лет назад.

Традиционной местной культурой является рис – основной продукт питания в рационе кашмирцев. Мясо здесь считается пищей дорогой, так как разведение и содержание скота требует немалых усилий в Кашмире, где пастбищ мало, а кормов еще меньше. Поэтому население привыкло к растительной еде: кукурузе, пшенице, ячменю и овсу, разнообразным овощам и фруктам. Администрация всех областей Кашмира поощряет экспорт овощей и фруктов. Кашмирский шафран известен во всем мире и дает Индии большие поступления в иностранной валюте. Под маркой «Экологически чистый продукт» овощи и фрукты Кашмира продаются на всем Ближнем Востоке, в Европе и даже в Америке.

Один из основных видов заработка в Кашмире – ткачество. Этим ремеслом здесь заняты многие, причем преимущественно мужчины. Они изготавливают шерстяные шали, шелковые ковры и обычные теплые куртки. На втором месте в списке ремесел стоит гончарное дело: такое изобилие глиняной посуды, как в Кашмире, едва ли где-то еще можно найти. На третьем месте изделия сринагарских серебряных дел мастеров и резчиков по дереву.

В последние годы в индийском Кашмире обнаружены значительные запасы газа, но разработка месторождений осложняется неустойчивостью политической обстановки на этой территории, из-за чего крупные компании не рискуют вкладывать деньги даже в этой сфере.

Зато туристы едут сюда начиная с XIX в., когда Кашмир посещало около 200 туристов в год, в основном богатые индусы, а также европейские спортсмены, путешественники и охотники. Сейчас охоту запретили по всему Кашмиру, после того как англичане сократили численность многих редких видов. Заботиться о восстановлении численности фауны затруднительно: звери пересекают границы, не спрашивая разрешения, а власти никак не могут договориться о том, кто их будет охранять.

Тем не менее туристический сектор экономики медленно, но неуклонно развивается. В отдельные годы Кашмир становится одним из главных туристических направлений в Индии. Заметное число прибывающих в Кашмир – паломники к святыням в Вайшно Деви и Амарнатхе, буддийские монастыри Ладакха. Поступления от паломников в значительной степени влияют на состояние экономики этого горного края.

Жители долин Кашмира и Ладакха предпочитают, как и в древности, деревянные дома, сооруженные из хвойных пород. Из них делают «шикары» – традиционные дома на воде, которые часто встречаются на озерах и реках по всей долине. Согласно Конституции Индии граждане других штатов не имеют права покупать землю в Джамму и Кашмире. Зато дома на воде покупать не запрещено, почему они стали весьма популярны, превратившись в неотделимую часть кашмирского ландшафта, как снежные горы и каменистые долины.

Источник: открытые интернет ресурсы.

2.3. Варианты подъезда и отъезда.

Наиболее удобным местом старта и финиша для данного маршрута является г. Дели, куда можно добраться на самолете. Прямые рейсы из Москвы в Дели и обратно осуществляют авиакомпания

Аэрофлот и некоторые другие. Аэрофлот на данном рейсе предоставляет 2 места багажа по 23 кг + 10 кг ручная кладь. Велосипед провозится бесплатно в счёт нормы багажа без учёта габаритов.

Из Дели можно добраться в любую точку Индии: на самолёте, на рейсовом автобусе, на поезде, на такси.

Заброска:

Из г. Москва в г. Дели на самолете компании Аэрофлот.

Из г. Дели в г. Манали на рейсовом автобусе.

Из г. Манали к месту старта на машине технической поддержки.

Выброска:

С места финиша до г. Манали на машине технической поддержки.

Из г. Манали в г. Дели на рейсовом автобусе.

Из г. Дели в г. Москва самолетом компании Аэрофлот.

2.4. Аварийные выходы с маршрута

Аварийных ситуаций на маршруте не произошло, но на случай их возникновения имелись варианты ухода по упрощенным маршрутам:

- На участке ***«п. Сумдо – пер. Конмару ла – п. Марха – п. Чиллинг – пер. Конгзи ла – п. Хинджу – пер. Сисир ла – п. Фотоксар – пер. Синге ла – п. Лингшед»*** аварийный выход с маршрута можно осуществить на шоссе NH3 «Сринагар-Карджил-Ле-Манали», оттуда в город Ле с помощью местного транспорта из посёлков.

- На участке ***«п. Лингшед – пер. Ханума ла – пер. Парфи ла – п. Пидмо»*** аварийный выход с маршрута можно осуществить с помощью гужевого транспорта до п.Lingshed или до г.Padum, оттуда на автотранспорте в г.Leh или в г.Karjil соответственно.

- На участке ***«г. Падум – п. Чар – пер. Шинго ла»*** аварийный выход с маршрута можно осуществить на автотранспорте по шоссе NH301 «Падум-Карджил».

3. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОЙДЕННОГО МАРШРУТА

3.1. Цели.

1. Спортивная:

- Прохождение велосипедного спортивного маршрута 5 к.с., борьба за Кубок России по Спортивному туризму в группе дисциплин «Маршрут», выполнение норм и требований ЕВСК.

- Прохождение, изучение, описание и категорирование протяженных препятствий, которые еще ни разу не проходились в спортивном велосипедном походе, и позволяют повысить сложность маршрутов по данному туристскому району.

- Использование новой стратегии проведения велопохода, с использованием новых тактических приёмов.

2. Культурно-познавательная: Ознакомление с природными и историческими достопримечательностями региона Джамму и Кашмир.

3.2. Краткая общая характеристика пройденного маршрута.

Маршрут проходил в высокогорной зоне Индийских Гималаев, где находились определяющие и предопределяющие протяженные препятствия маршрута, а также сложные локальные препятствия. Четыре ПП из восьми характеризуется движением по тропам низкого и сверхнизкого качества. Препятствия включают в себя локальные препятствия, которые требуют высокой техники передвижения с велосипедом и грузом по крутым каменистым и осыпным склонам. Велосипедная часть требует высокой техники передвижения по каменистым, сложным грунтовым дорогам и тропам, физической, психологической и тактической подготовки, а также высокого уровня оборудования и подготовки велосипедов, личного и общественного снаряжения. Учитывая высокую пересеченность местности, прохождение маршрута требует акклиматизации и хорошей физической подготовки, а также особого внимания при движении по дорогам общего пользования.

3.3. Новизна.

Весь район нашего маршрута редко используется для велосипедных путешествий, как результат 18% маршрута являются велосипедным первопрохождением; 50% велосипедным первопрохождением в данном направлении. Велосипедный маршрут с использованием машины технической поддержки и с использованием гужевого транспорта в данном районе был организован впервые.

- Перевал Конмару ла 6 к.т. – прохождение препятствия, не имеющее никакого упоминания о прохождении на велосипеде во всех источниках информации – ***велосипедное первопрохождение.***

- Ущелье р. Марха 3 к.т. – прохождение препятствия, не имеющее никакого упоминания о прохождении на велосипеде во всех источниках информации – ***велосипедное первопрохождение.***

- Участок пути п. Фотоксар – г. Падум – п. Керджиак – р. Барай, включающий в себя пять ПП (перевал Синге ла 4 к.т.; траверс Ханума ла 6 к.т.; траверс Парфи ла 4 к.т.; ущелье Царап Лингти Чу 4 к.т. и перевал Шинго ла 5 к.т.) – ***велосипедное первопрохождение Российской командой в формате ТСМ.***

- Участок перевал Киупа ла – п. Лингшед (16.5 км) в 2019 году была построена дорога, не имеющая никакого упоминания о прохождении на велосипеде – ***велосипедное первопрохождение.***

Все остальные участки маршрута проходятся по часто используемым дорогам общего пользования, не раз использованными велосипедными группами в обоих направлениях.

3.4. Стратегия и тактика.

Подготовка к походу. При подготовке к походу были изучены отчеты по данному региону: Велосипедных отчетов по данному району в библиотеках туристских маршрутов, и в интернете очень мало.

Были проведены консультации с горными гидами данного региона на предмет инфраструктуры по маршруту, а также о качестве и состоянии троп. По покрытию информации получить удалось мало, зато получили много полезных советов по организационным вопросам и инфраструктуре.

Из наиболее интересных и полезных отчетов для планирования маршрута мы изучили следующие:

Дубинчук Евгений (велопутешествие 2014 года)
http://dubinchuk.com/tourcycling/indian-himalayas-by-bike
Фефелов Александр (спортивный велопоход 2015 года)
https://3x9.ru/otchets/2015_Himalayas/2015_Himalayas_Kramar.htm
Козинов Сергей (спортивный велопоход 2017 года)
https://www.dropbox.com/s/shvdihacr7vz3dq/HymalVelo_2017_6ks.pdf?dl=0
Ишина Ольга (спортивный велопоход 2018 года)
https://die-zwillinge.livejournal.com/193827.html

На основе имеющегося материала была составлена нитка маршрута, продуманы запасные варианты, пути подъезда/выезда и экстренного выхода с маршрута.

С конца 2018 года группа приступила к подготовке и закупке необходимого снаряжения и тренировкам к походу. Тренировочный процесс состоял из самостоятельных аэробных и интервальных беговых тренировок, что крайне необходимо для повышения выносливости. Участники прошли в качестве тренировки маршруты 2-3 к.с. по горам Алтая, Турции и Башкирии, в которых была проведена проверка велосипедов и снаряжения. Это был второй наш совместный велопоход – скатки не требовались. Также был проведен тренировочный выход «Проверка и подготовка велосипедов и снаряжения». В течении летнего сезона регулярно проводились тренировки по улучшению навыков управления велосипедом на тропах с низким качеством покрытия и крутыми уклонами.

На основании опыта предыдущих походов, а также проверки на местности было собрано необходимое общественное снаряжение, обеспечивающее бесперебойную работу группы в условиях похода в высокогорном районе. Оборудование велосипедов участников было унифицировано ещё перед прошлогодним походом, это позволило существенно снизить вес велосипедного ремнабора. Велосипеды были подготовлены для прохождения сложных походов, проходящих по каменистым тропам и грунтовым дорогам.

Нами были изучены опасные факторы высокогорья, на основе которых была собрана необходимая походная аптечка. Участники прошли курсы первой помощи по месту проживания. Руководитель завершил прохождение курсов подготовки спасателей и успешно сдал экзамены на звание «Спасатель Российской Федерации».

Все участники имеют медицинский допуск к соревнованиям и оформленную страховку (см. приложение) в компании Тинькофф и Zetta, включающую в себя активности с высоким риском на высотах 3500-5500 м над уровнем моря, в том числе маунтибайкинг. Страховая сумма до 40000 долларов. Все страховые случаи, ответственности, обязательства и действия досконально изложены в Приложении к Страховому Полису. Компания имеет свои представительства в Индии.

Также, для решения каких-либо бюрократических вопросов на маршруте, с собой была взята Маршрутная книжка в английской версии (см. приложение).

Стратегия построения маршрута. Начальной и конечной точкой был выбран г. Манали, куда удобно добираться из Дели (автобус, такси, самолёт) и откуда удобно совершить трансфер к месту старта активной части маршрута. Также расположение города позволяло пройти акклиматизацию до начала маршрута.

Стратегия заключалась в увеличении интенсивности в ущерб автономности. Прохождение маршрута с использованием инфраструктуры региона (хоумстеи) для сокращения затрат времени на установку и сбор лагеря, а также использование машины технической поддержки для уменьшения веса рюкзаков.

Стратегически весь маршрут построен таким образом: сначала группа раскатывается перед технически сложными и высокогорными ПП, после которых сразу же следовали более простые ПП. Такое планирование позволило обеспечить наборы высот и техническую сложность, необходимые для велопохода 5–6 кт, а в промежутках между определяющими препятствиями дать группе восстановить силы.

На все участки маршрута, которые вследствие полного отсутствия информации, могли оказаться полностью непроходимыми для движения на велосипеде, были разработаны запасные варианты, которые позволяли без снижения категории сложности выйти на основную нитку маршрута.

Тактика прохождения маршрута. Для оптимизации прохождения маршрута нами осуществлялись следующие тактические приёмы:

- Прохождение акклиматизации до начала активной части маршрута. Для этого группа прибыла на место заранее: Сергей и Анастасия за 14 дней до старта, Иван и Павел за 8 дней до старта. Прохождение акклиматизации до старта позволило увеличить интенсивность прохождения маршрута, а также снизило риски возникновения Острой горной болезни, Высотного отёка лёгких и Высотного отёка мозга, а также способствовало более высокому эмоциональному самочувствию и безопасному прохождению ПП.
- Изучив профиль рельефа и тактику передвижения предыдущих групп, было принято решение перемещаться по маршруту в обратном направлении, в отношении движения предшествующих команд, которые, по участку п.Пидмо – пер.Парфи ла – пер.Ханума ла –п.Лингшед – пер.Киупа ла, перемещались в пешем порядке. Согласно профилю рельефа, подъёмы сильно отличались по уклону: с юга – 15%, с севера 25%. Мы решили подниматься с севера пешком, а вниз по уклону в 15% была возможность ехать в седле.
- Использование машины технической поддержки для возможного трансфера, экстренной выброски с маршрута, пополнения запасов провианта, в случае необходимости, проведения среднего и крупного ремонта велосипедов. На неавтономных участках машина перемещается за группой или в поле видимости. На автономных участках, встречи с водителем раз в несколько дней определены в конкретных точках указанных в приложении Maps.me. На экстренный случай связь с водителем налажена с помощью спутникового коммуникатора Garmin InReach Mini, который передаёт смс на мобильные телефоны и, также, принимает смс с мобильных телефонов. Водитель проинструктирован на случай отсутствия группы в заданной точке и отсутствии сообщения от группы, вплоть до вызова местных групп спасателей. Ему дана ссылка на ресурс, где онлайн можно отслеживать перемещение группы. Также за передвижением группы по маршруту следили родственники участников. С помощью того же коммуникатора Garmin запрашивали прогноз погоды в нужной нам точке и в нужное время по заданным координатам.
- Использование инфраструктуры региона. Если на высокогорье есть возможность ночевать под крышей, этим надо пользоваться. Такой подход способствовал большей безопасности, экономил время на поиске места для лагеря, его установку и на приготовлении пищи (в хоумстэях заказывали завтрак заранее на указанное время), давал возможность для более длительного сна и восстановления сил, облегчал вес снаряжения, улучшал общее эмоциональное состояние группы, повышал интенсивность прохождения маршрута.
- Использование сублимированных продуктов и автоклава на автономных участках. Обеденную порцию за завтраком заливали кипятком (упаковка герметичная) - экономия времени на обеде, возможность делать два малых обеда вместо одного полноценного без потери времени.
- Полное ТО велосипеда перед походом, для уменьшения веса ремнабора на участках без машины технической поддержки.
- Использование минимального необходимого снаряжения для организации лагеря и горячего питания, а также минимального ремнабора и походной аптечки на автономных участках. Позволило снизить общий вес каждого рюкзака до 10/8 кг на мужчину/женщину соответственно.
- Утренний подъем для всех участников был общий – сборы, завтрак и выход на маршрут (рюкзаки собирали с вечера). Высокогорные перевалы и технически сложные участки проходились в первой половине дня. Полевые ночевки организовывались в местах отвечающих требованиям безопасности.
- Использование гужевого транспорта на маршруте. О применении такого тактического приёма было принято решение после анализа прохождения перевала Kongmaru la для большей безопасности при прохождении ПП. Регламент категорирования велосипедных маршрутов от редакции 2018-2019 гг не запрещает использование гужевого транспорта и не влияет на уменьшение автономности при этом.

3.5. График движения заявленный.

Дата	Дни пути	Участок маршрута	Км	Способ передвижения
14.09	0	г. Манали - начало подъёма на пер Лачулунг ла	-	Авто
15.09	1	Начало подъёма на пер Лачулунг ла – начало подъёма на пер Тангланг ла	100.9	Вело
16.09	2	Начало подъёма на пер Тангланг ла – п. Сумдо	100.6	Вело
17.09	3	п. Сумдо – п. Марха	39.9	Вело
18.09	4	п. Марха – п. Езас	46.9	Вело
19.09	5	п. Езас – п. Хинджу	29.4	Вело
20.09	6	п. Хинджу – начало подъёма на пер Синге ла	62.3	Вело
21.09	7	начало подъёма на пер Синге ла – п. Лингшед	36.2	Вело
22.09	8	п. Лингшед – кемп Снертсе	17.1	Вело
23.09	9	кемп Снертсе – г. Падум	58.9	Вело
24.05	10	г. Падум – мон Пухтал	53.4	Вело
25.09	11	мон Пухтал – спуск с перевала Шинго ла	73.2	Вело
26.09	12	спуск с перевала Шинго ла – п. Дарча – трансфер в г. Манали	19.6	Вело, Авто
Заявленные запасные варианты маршрута				
17.09	3	п. Сумдо – г. Ле - дорога NH1 - начало подъёма на пер Конгзи ла	83.0	Вело
19.09	5	начало подъёма на пер Конгзи ла - дорога NH1 - г. Ламаюру - п. Хинджу	108.2	Вело
24.09	10	п. Чар - троллей через реку Нири Чу - п. Перн - радиальный выезд в монастырь Пухтал	2.4	Вело
Итого активными способами передвижения (планируемое расстояние): **638.4 км**.				

3.6. График движения фактический.

Дата	День пути	Участок	Пробег (ЭП), км	Набор/ сброс высоты, м	Ходовое время чистое/всего	Характер дороги/способ передвижения
14.09	0	г. Манали – п. Сарчу (трансфер)	0	0	0	авто
15.09	1	п. Сарчу – пер. Лачулунг ла (трансфер) пер. Лачулунг ла – начало подъёма на пер Тангланг ла высота ночёвки – 4636 м	67.7	447/891	04 ч 07 мин/ 05 ч 22 мин	Высокое качество – 63.4 км Хорошее качество – 4.3 км **Вело**
16.09	2	Начало подъёма на пер Тангланг ла – п. Сумдо высота ночёвки – 3692 м прохождение ПП 3 к.т.	106.4	1227/ 2176	08 ч 18 мин/ 10 ч 28 мин	Высокое качество – 97.9 км Хорошее качество – 8.5 км **Вело**
17.09	3	п. Сумдо – перевальный взлёт Конмару ла	16.0 (76.3)	1234/ 101	05 ч 07 мин/ 08 ч 10 мин	Хорошее качество – 6.0 км Среднего качества – 5.18 км Сверхниз. качества – 2.38 км

		высота ночёвки – 4746 м прохождение ПП 6 к.т.				**Вело** ЛП перевал. взлёт 1а – 0.34 км ЛП каньон 1а – 2.1 км ЛП переправа н/к – 19 шт **Пешком**
18.09	4	перевальный взлёт Конмару ла – п. Марха высота ночёвки – 3840 м прохождение ПП 6 к.т.	31,5 (50.0)	729/ 1623	06 ч 26 мин/ 09 ч 17 мин	Хорошее качество – 24.3 км Сверхниз. качества – 5.0 км **Вело** ЛП перевал. взлёт 1а – 2.2 км ЛП переправа н/к – 3 шт **Пешком**
19.09	5	п. Марха – п. Скиу высота ночёвки – 4153 м прохождение ПП 3 к.т. п. Скиу – п. Фотоксар (трансфер)	20.9 (2)	151/ 551	01 ч 40 мин/ 02 ч 56 мин	Хорошее качество – 2.95 км Среднего качества – 13.8 км Сверхниз. качества – 4.15 км **Вело** ЛП переправа н/к – 1 шт **Пешком**
20.09	6	п. Фотоксар – п. Лингшед высота ночёвки – 3972 м прохождение ПП 4 к.т.	60.9 (2)	1148/ 1333	07 ч 13 мин/ 10 ч 43 мин	Хорошее качество – 57.4 км Среднего качества – 3.5 км **Вело** ЛП переправа н/к – 1 шт **Пешком**
21.09	7	Днёвка высота ночёвки – 3972 м	0	0	0	-
22.09	8	п. Лингшед – р. Ома Чу высота ночёвки – 3389 м прохождение ПП 6 к.т.	26.2 (79.75)	1350/ 1826	07 ч 17 мин/ 10 ч 27 мин	Среднего качества – 10.65 км Сверхниз. качества – 10.9 км **Вело** ЛП перевал. взлёт н/к – 2.8 км ЛП каньон 1а – 1.85 км ЛП переправа н/к – 5 шт **Пешком**
23.09	9	р. Ома Чу – г. Падум высота ночёвки – 3580 м прохождение ПП 4 к.т.	60,5 (59.55)	1272/ 1102	08 ч 54 мин/ 11 ч 40 мин	Высокое качество – 21.4 км Хорошее качество – 22.39 км Среднего качества – 3.88 км Сверхниз. качества – 8.86 км **Вело** ЛП перевал. взлёт н/к – 2.2 км ЛП каньон 1а – 1.77 км **Пешком**
24.09	10	г. Падум – п. Тангзи высота ночёвки – 3990 м прохождение ПП 4 к.т.	68.1	1638/ 1119	08 ч 13 мин/ 09 ч 44 мин	Высокое качество – 6.0 км Хорошее качество – 43.3 км Среднего качества – 15.29 км Сверхниз. качества – 3.51 км **Вело**
25.09	11	п. Тангзи – р. Барай прохождение ПП 5 к.т. р. Барай – г. Манали (трансфер)	56.2 (30)	1254/ 1285	07 ч 48 мин/ 10 ч 44 мин	Высокое качество – Хорошее качество – 28.56 км Среднего качества – 11.0 км Сверхниз. качества – 16.7 км **Вело** ЛП переправа н/к – 15 шт **Пешком**

Статистические данные по графику прохождения маршрута:

Суммарный реальный пробег – ***514,4 км***
Суммарный эквивалентный пробег – ***299,6 км***
Суммарный набор высоты – ***10450 м***
Максимальное ходовое время – ***08 ч 54 мин.***
Максимальная высота ночевки – ***4746 м***

Средний реальный дневной пробег – ***54,1 км***
Средний эквивалентный дневной пробег – ***28,5 км***
Средний дневной набор высоты – ***1100 м***
Среднее дневное ходовое время – ***06 ч. 30 мин.***
Средняя высота ночевки – ***3997 м***

3.7. Сведения о погодных условиях на маршруте.

Дата	День пути	Участок	Температура, °C			Описание погодных условий
			7 ч	13 ч	19 ч	
15.09	1	пер. Лачулунг ла – начало подъёма на	-	16	11	Солнечно, безветренно, без

		пер Тангланг ла				осадков
16.09	2	Начало подъёма на пер Тангланг ла – п. Сумдо	3	20	13	Переменная облачность, ветер, без осадков
17.09	3	п. Сумдо – перевальный взлёт Конмару ла	10	10	-3	Переменная облачность, ветер, вечером и ночью снег
18.09	4	перевальный взлёт Конмару ла – п. Марха	-9	6	8	Солнечно, ветер, без осадков
19.09	5	п. Марха – п. Скиу	7	25	13	Солнечно, безветренно, без осадков
20.09	6	п. Фотоксар – п. Лингшед	9	17	12	Переменная облачность, ветер, без осадков
21.09	7	Днёвка	4	11	3	Облачно, ветер, дождь
22.09	8	п. Лингшед – р. Ома Чу	4	13	11	Солнечно, безветренно, без осадков
23.09	9	р. Ома Чу – г. Падум	6	23	12	Солнечно, безветренно, без осадков
24.09	10	г. Падум – п. Тангзи	12	29	12	Солнечно, безветренно, без осадков
25.09	11	п. Тангзи – р. Барай	3	21	-	Солнечно, на перевале ветер, без осадков

3.8. Изменения маршрута и их причины.

Первый день был сокращён на 33 км. Не добрались до точки старта в предыдущий день – рабочие не успели восстановить дорогу после схода сели. Пришлось до 12.00 ехать на машине до вершины перевала Лачулунг ла и стартовать оттуда.

Из нитки маршрута был исключен участок п. Скиу – п. Езас – пер. Конгзи ла – п. Хинджу – пер. Сиср ла – п. Фотоксар. Был организован трансфер из п. Скиу в п. Фотоксар с учётом запасного дня. Он был обусловлен отставанием от графика движения, который произошел вследствие бюрократических проволочек и своеобразных правил штата Джамму и Кашмир по пропуску автомобилей из других регионов Индии в локальные районы штата. Как результат, эта ситуация повлияла на скорость первопрохождения участка п. Хуру – п. Сумдо – пер. Конмару ла – п. Марха – п. Скиу.

24 сентября воспользовались запасным вариантом прохождения маршрута, отказавшись от заезда в монастырь Пухтал по нескольким причинам:

- в 2019 году вместо канатного троллея был построен мост через реку Нири Чу;
- от дорожных рабочих была получена информация о том, что перевал Шинго ла закрыт для проезда машин для расчистки дороги (перевал был открыт к нашему проезду).

Отказались от участка р. Барай – п. Дарча в последний день маршрута. По данным разведки от водителя машины технической поддержки весь участок ремонтируется (активно идёт работа по подготовке дороги к укладке асфальтового покрытия), очень много грузовиков и пыли. К тому же, 20 км никоим образом уже не влияли на КС похода.

3.9. Несчастные случаи и случаи оказания медицинской помощи.

Несчастные случаи отсутствовали. Медицинская помощь понадобилась единожды, когда руководитель простудился. Приём антибиотиков Суммамед, в течение трёх суток, справился с простудой.

3.10. Изменение состава участников.

Изменения состава не было.

3.11. Использование на маршруте автотранспорта.

Автотранспорт использовали для переброски группы по маршруту в пятый день пути.

4. ОПИСАНИЕ ПО ДНЯМ

Трансфер на старт, 14 сентября.

Днём ранее, в Манали, закупили необходимые продукты согласно раскладке, купили коробки в веломагазине (32°14'46.42"С, 77°11'21.67"В) по 300 рублей за штуку, упаковали в них велосипеды.

06.30. Подъём. Медосмотр. Завтрак в отеле.

07.00. Погрузка. Велосипеды накануне упакованы в коробки. Привязываем коробки к багажнику на крыше ***(Фото 1)***.

07.30. Старт.

13.30. КПП Коксар. Проверка документов.

14.30 – 15.30. Обед. Дхаба Килонг.

20.30. Сарчу. Встали на ночёвку в большой стационарной палатке (кемпинг) не доехав 30 км до предполагаемой точки ночёвки. Высота, тем не менее, была расчётная – 4250 метров, так что завершение предстартовой акклиматизации прошло по плану. Все чувствуют себя хорошо.

21.00. Ужин в кемпинге. В связи с отставанием от графика, решили проехать на машине ещё 30 км до вершины перевала Лачулунг ла.

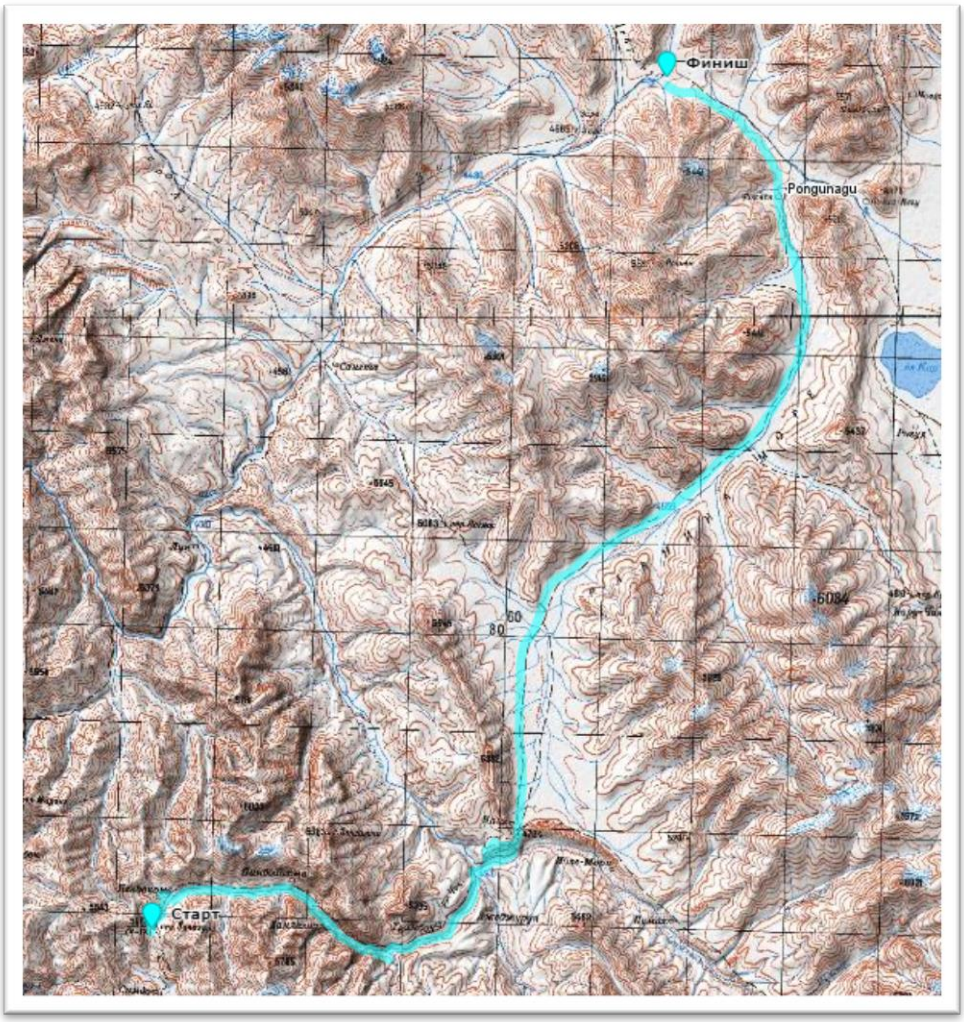
22.00. Медосмотр. Отбой. Спим на кроватях с тёплыми одеялами ***(Фото 2)***.

Фото 1 (→текст)

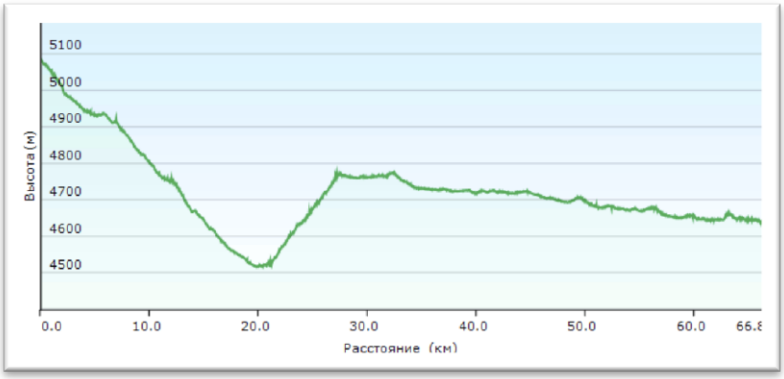
Фото 2 (→текст)

День первый, 15 сентября.
пер. Лачулунг ла – начало подъёма на пер Тангланг ла

Километраж – 67,7 км
Стартовая высота – 5073 м
Набор высоты – 447 м
Сброс высоты – 891 м
Время движения – 4:07
Средняя скорость движения – 16.6 км/ч
Высота ночевки – 4636 м



07.00. Подъём. Медосмотр.
07.30. Завтрак в кемпинге.
08.00. Старт.
11.00. Доехали на машине до точки старта – вершины перевала Лачулунг-ла (5059 м). Собрали велосипеды *(Фото 3)*.
12.00. (0 км/5058 м) Старт. Дорожное покрытие – преимущественно асфальт. Сброс высоты вдоль реки Чок до посёлка Панг *(Фото 4)*.



13.20 – 14.10. (21 км/4488 м) Обед, дхаба Панг. Пополняем запасы воды. Сразу же после посёлка резкий набор высоты от реки до плато ***(Фото 5)***.

15.05. (27.6 км/4763 м) Поднялись на плато. Далее идёт дорога с небольшим плавным сбросом высоты. Воду набирать негде ***(Фото 6)***.

17.22. (67.7 км/4636 м) Ночёвка на плановой высоте 4750 метров в хоумстее. Самочувствие хорошее.

19.00. Ужин готовим сами: греча, компот.

21.00. Медосмотр. Отбой.

02.00 – 02.20. Проснулись от недостатка кислорода, ночью продолжала тлеть печка, выжигая кислород. Переместились ближе к открытой двери, уснули.

Фото 3 (→текст)

Фото 4 (→текст)

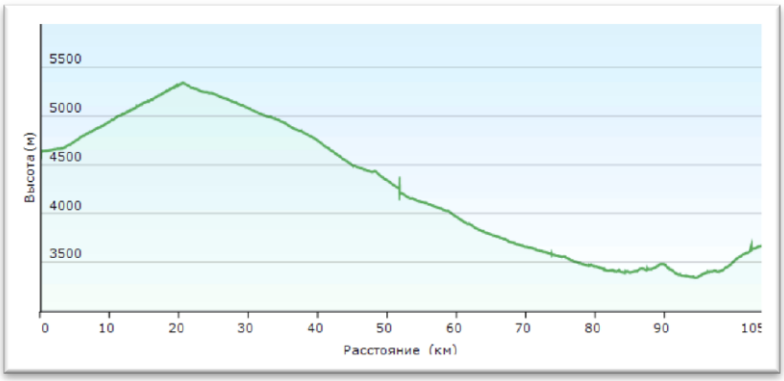
Фото 5 (→текст)

Фото 6 (→текст)

День второй, 16 сентября.

Начало подъёма на пер Тангланг ла – п. Сумдо

Километраж – 106.4 км
Стартовая высота – 4636 м
Набор высоты – 1227 м
Сброс высоты – 2176 м
Время движения – 8:18
Средняя скорость движения – 12.8 км/ч
Высота ночевки – 3692 м



06.20. Подъём. Медосмотр.
06.40. Завтрак готовим сами. Набираем тёплую воду в бутылки.
07.22. (0 км/4636 м) Старт ***(Фото 7)***. На улице холодно, надеваем ветровки ***(Фото 8)***. У начала подъёма на перевал развёрнута большая

войсковая часть. Рек и ручьёв нет. Дорога асфальтовая до вершины перевала. Холодно, на склонах ледяные сосульки. Поднялся ветер. Подробное описание покрытия находится в паспорте ПП «Перевал Тангланг ла».

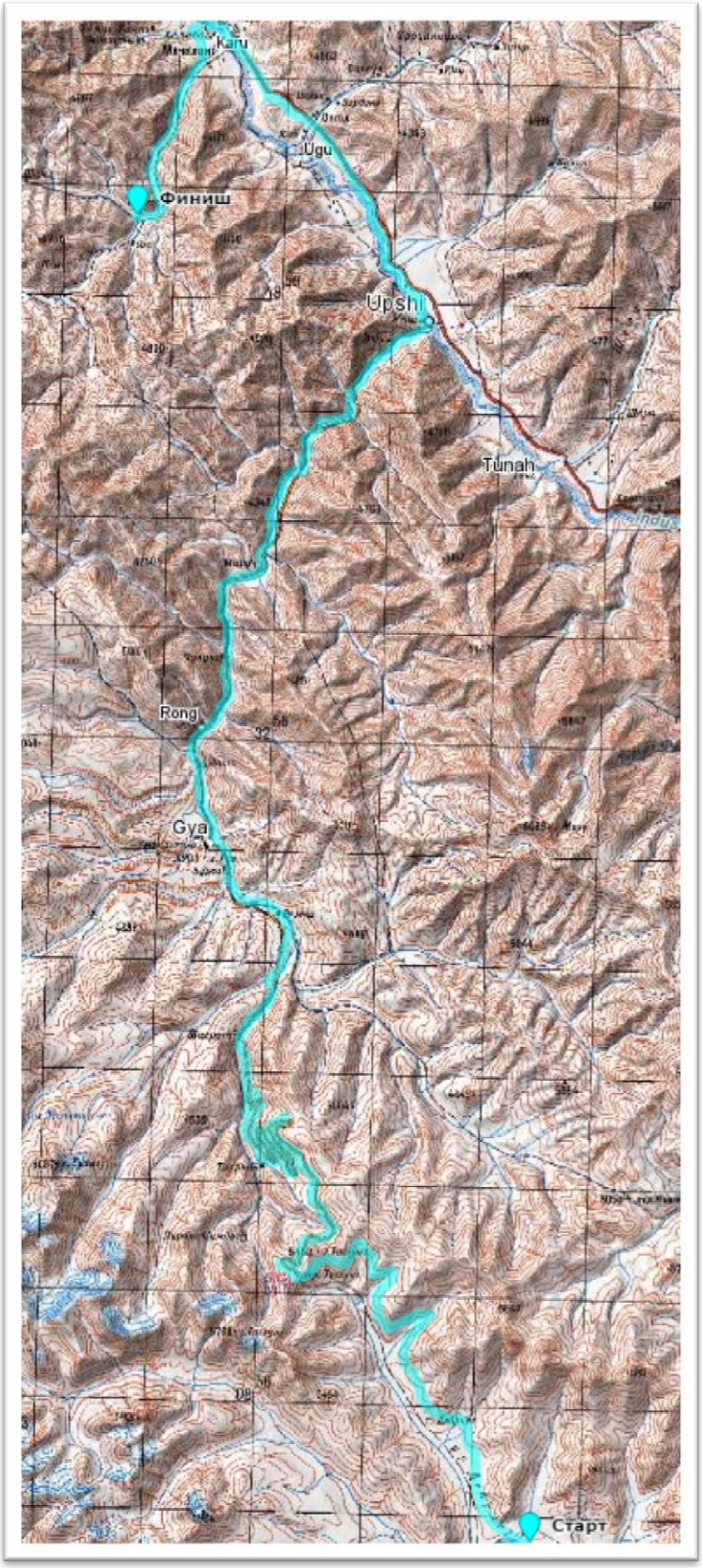
08.33. (10.1 км/4944 м) У Ивана слегка заболела голова. Общее понижение работоспособности.

10.25. (20.1 км/5326 м) Перевал Тангланг ла. Фото на память ***(Фото 9)***. Очень холодно. Ветер. Поддеваем тёплые вещи. Виды с перевала какими-то особо живописными назвать нельзя. Со стороны подъёма – вид на долину, на стороне спуска – агрессивный серпантин на фоне серо-бурого грунта.

10.50. Выехали с перевала. Первые 300 м сброса мёрзнут пальцы – периодически останавливаемся и отогреваем. Далее становится теплее, постепенно раздеваемся.

12.45 – 13.25. (51.7 км/4200 м) Обед в дхабе пос. Рамча. Пополняем запасы воды в бутылках. Далее продолжаем спуск вдоль реки Гиа по очень красивому участку маршрута. Вокруг песчано-глиняные горы самых невероятных цветов и форм ***(Фото 10)***. Часто встречаются ярко выраженные «гребни» из глины, образованные вымыванием более склонной к этому породы.

15.27 – 16.20. (81.3 км/3400 м) КПП Упши ***(Фото 11)***. Проверка документов. Узнаём, что машину технической поддержки не пропускают дальше г. Ле и запрещают съезжать с главного шоссе Манали - Ле. После долгих переговоров, объяснений нашего присутствия и наших целей, водителю разрешили доехать до запланированного места ночёвки, но дальше г. Ле всё равно запретили проезжать, объясняя это тем, что туристической деятельностью могут заниматься только жители данного региона. Поиск решения проблемы отложили до вечера.



17.50. (106.4 км, 3692 м) Прибыли в конечную точку на сегодня Сумдо ***(Фото 12)***. Решили остановиться в хоумстее, который тут же нашли, и решить вопрос с дальнейшими действиями.

19.00. Ужин готовим сами. Медосмотр. Проводим опрос хозяина хостела на предмет прохождения перевала – он утверждает, что нам понадобится 3 дня, чтобы добраться до посёлка Скиу. Также узнаём

о наличии у него джипа-пикапа. Рассматриваем возможные варианты действий. После долгих дискуссий, выбрали оптимальный вариант:

- Наш водитель остаётся в хоумстее ещё на два дня (в случае если мы не пройдём перевал и вернёмся для прохода по запасному варианту).

- 19 сентября к 08.00 он с хозяином хоумстея едут на пикапе в п. Скиу (точку с координатами указали) со всем нашим снаряжением и ждут нас. Если что-то пойдёт не по графику, мы отправим им СМС с указанием действий.

- Далее мы на пикапе перемещаемся в п. Фотоксар и продолжаем маршрут без сопровождения.

- Наш водитель возвращается назад, едет вокруг по главному шоссе и встречает нас вечером у р. Барай, с другой стороны перевала Шинго ла вечером 25 сентября.

00.00. Отбой.

Фото 7 (→текст)

Фото 8 (→текст)

Фото 9 (→текст)

Фото 10 (→текст)

Фото 11 (→текст)

Фото 12 (→текст)

День третий, 17 сентября.

п. Сумдо – перевальный взлёт Конмару ла

Километраж – 16,0 км
Стартовая высота – 3692 м
Набор высоты – 1234 м
Сброс высоты – 101 м
Время движения – 5:07,
Средняя скорость движения – 3.1 км/ч
Высота ночевки – 4746 м

07.00. Подъём. Медосмотр.

07.30. Завтрак готовим сами. Перепаковка рюкзаков. Переброска снаряжения из машины в машину. Инструктаж обоих водителей. Смазка цепей.

09.00. Старт ***(Фото 13)***. Подробное описание покрытия находится в паспорте ПП «Перевал Конмару ла».

10.00. (6.0 км/3957 м) Начало тропы ***(Фото 14)***.

10.25. (6.5 км/4000 м) Откручиваем педали у велосипедов. Передвижение проходит без каких-либо значимых остановок. Планомерно движемся вверх. Попутно утепляемся – поднялся ветер.

14.25. – 15.10. (9.6 км/4362 м) Обед ***(Фото 15)***. Готовим сублиматы. Виды красивые – скалы интересные, разноцветные, вдалеке виднеются горные хребты.

17.10. (16.0 км/4746 м) Добрались до площадки под палатки. До перевала 2.2 км – не успеть сегодня. Руководитель принял решение ставить палатку – самое безопасное место на всём подъёме к перевалу ***(Фото 16)***.

18.30. Ужин. Началась снежная метель. Закончилась через 30 минут. Ещё несколько незначительных снегопадов были в течении вечера и ночью. Был сделан запрос по погоде на перевал Конмару ла – с 2.00 обещают ясную погоду, на следующий день солнце и безоблачно. Руководитель оценил обстановку и принял решение: прохождение ПП 5 КТ в плохую погоду является небезопасным для жизни и здоровья участников (увеличение сложности ПП до 6 КТ); при ухудшении погоды – отказаться от продолжения маршрута, вернуться в посёлок Сумдо и ехать по запасному варианту. Настроение у всех отличное, шутим, играем в логические игры. Для ночёвки использовали трёхместную однослойную палатку, 2 спальника на четверых и 2 пенки-коврика, в ноги укладывали пустые рюкзаки.

Всю имеющуюся одежду надевали на себя, укрывались одним спальником на двоих, сверху накрывались спасодеялом, а к магистральным сосудам прикладывали теплоиды на 11 часов действия.

20.00. Медосмотр. Отбой.

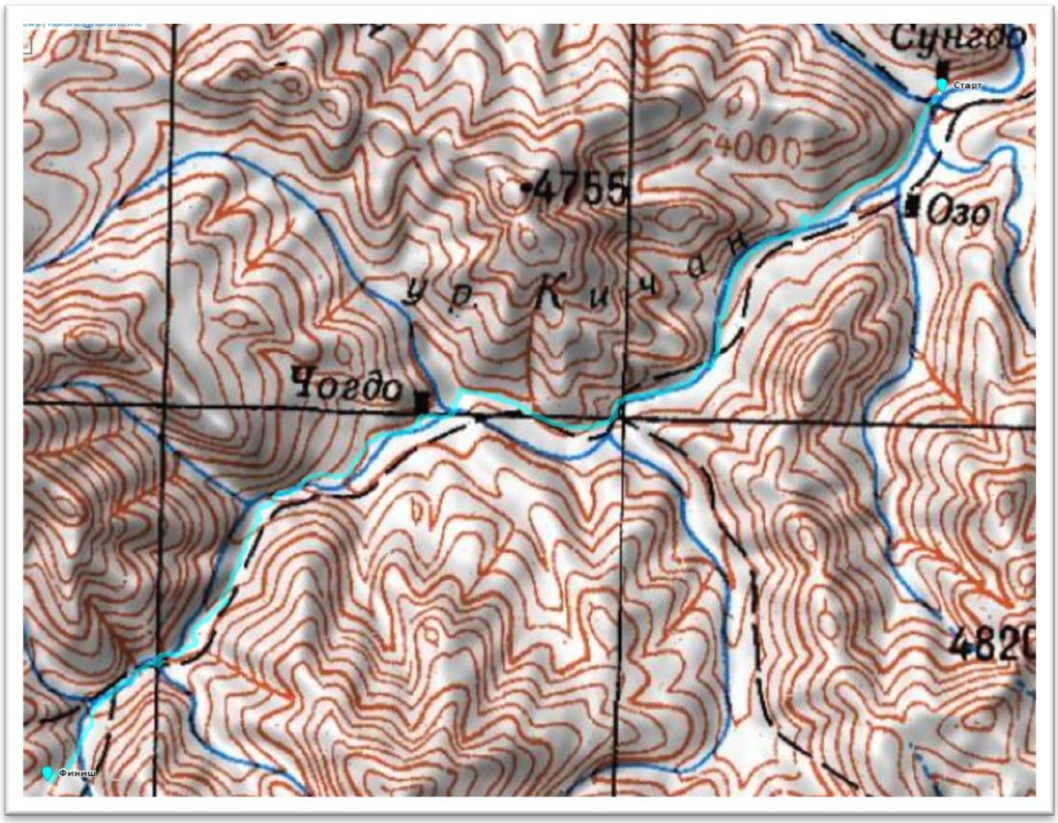


Фото 13 (→текст)

Фото 14 (→текст)

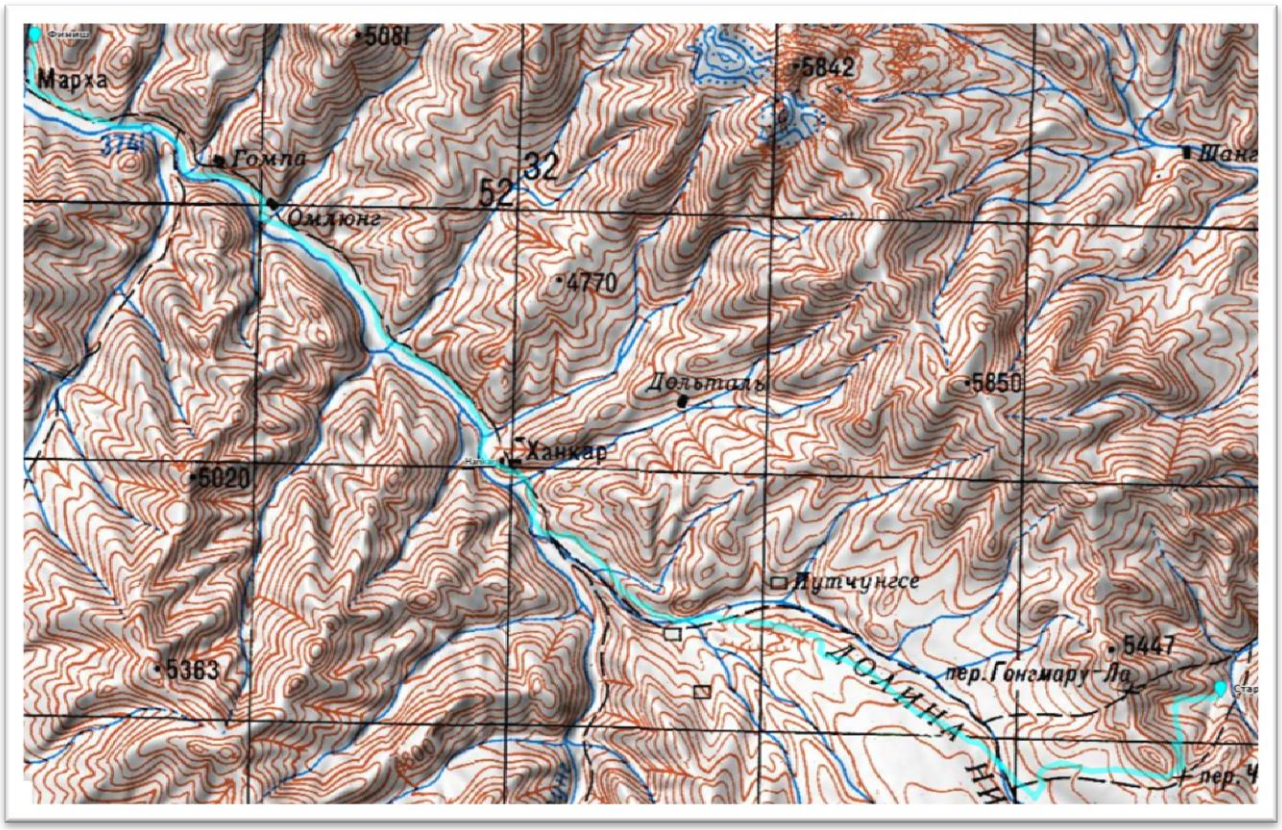
Фото 15 (→текст)

Фото 16 (→текст)

День четвертый, 18 сентября.

перевальный взлёт Конмару ла – п. Марха

Километраж – 31,5 км
Стартовая высота – 4746 м
Набор высоты – 729 м
Сброс высоты – 1623 м
Время движения – 6:26
Средняя скорость движения – 4.8 км/ч
Высота ночевки – 3840 м



07.20. Подъём. Медосмотр. Очень холодно. На близлежащих горах лежит снег ***(Фото 17)***.
07.40. Завтрак.
08.23. Старт. Рюкзаки за спиной. Продолжаем подъём на перевал ***(Фото 18)***.
09.43. (1.0 км/4968 м) У всех падение работоспособности. Частые передышки.
11.50. (1.9 км/5151 м) Работоспособность возвращается ***(Фото 19)***. Поднимается ветер.
12.20. (2.2 км/5261 м) Перевал ***(Фото 20)***. Холодный ветер. Фотосессия.
12.40. Спуск. Спускаемся в седле ***(Фото 21)***.
13.30. – 14.30. (5.1 км/4836 м) Обед у лагеря Нималинг сублиматами. Тут греет солнце – теплее. Раздеваемся. После обеда спуск вдоль реки с интересными видами на горы и большим количеством технически сложных участков ***(Фото 22)***. Далее превосходная узкая и техничная тропа с ярко выраженным рельефом, идущая зачастую по самому краю отвесной стены ущелья ***(Фото 23)***. Виды хорошие, встречаются ступы, храмы. Подробное описание покрытия находится в паспорте ПП «Спуск по ущелью реки Markha».
18.54. (31.5 км/3840 м) На ночь встали в хоумстее в пос. Марха ***(Фото 24)***. Тёплая помывка.

20.00. Ужин в хоумстее. Великолепный крем-суп из местных трав (больше нигде такого не видели), рис, тушёные овощи, лепёшки с вареньем. Настроение у всех отличное, шутим, играем в логические игры. Так как на следующий день был запланирован трансфер, а пробег совсем небольшой, решили поспать подольше. Отправили СМС водителю о встрече в п. Скиу в 12.00.

22.00. Медосмотр. Отбой.

Фото 17 (→текст)

Фото 18 (→текст)

Фото 19 (→текст)

Фото 20 (→текст)

Фото 21 (→текст)

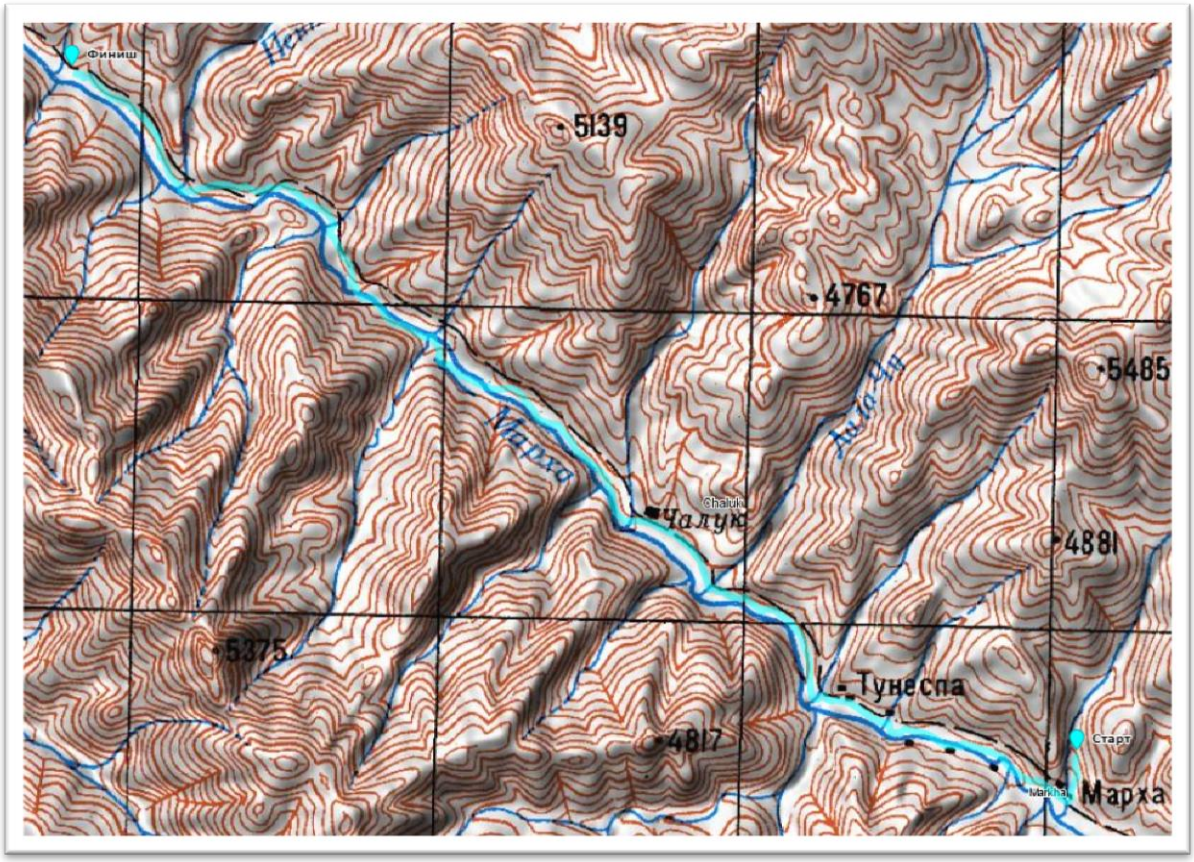
Фото 22 (→текст)

Фото 23 (→текст)

Фото 24 (→текст)

День пятый, 19 сентября.
п. Марха – п. Скиу

Километраж – 20,9 км
Стартовая высота – 3840 м
Набор высоты – 151 м
Сброс высоты – 551 м
Время движения – 1:40
Средняя скорость движения – 13.0 км/ч
Высота ночевки – 4153 м



07.00. Сергей начал принимать антибиотики (средний кашель, насморк, температуры нет).
08.20. Подъём. Медосмотр.
08.40. Завтрак в хоумстее.
09.34. Старт ***(Фото 25)***. Осмотр монастыря в посёлке. Продолжаем спуск вдоль р. Марха ***(Фото 26)***.
12.40. – 14.10 (20.9 км/3381 м) Встреча с водителями - они решили посмотреть красоты ущелья и поехали нам навстречу. Обед готовим сами. Перепаковка снаряжения. Подробное описание покрытия находится в паспорте ПП «Спуск по ущелью реки Марха». Погрузка ***(Фото 27)***. Выезд в п. Фотоксар. Объезжаем по запасному плану на машине. Проходим несколько КПП с проверкой документов.
19.00. Посёлок Фотоксар. Ночёвка в хоумстее ***(Фото 28)***. Водители поехали обратно.
20.00. Ужин готовим сами.
21.05. Медосмотр. Отбой.

Фото 25 (→текст)

Фото 26 (→текст)

Фото 27 (→текст)

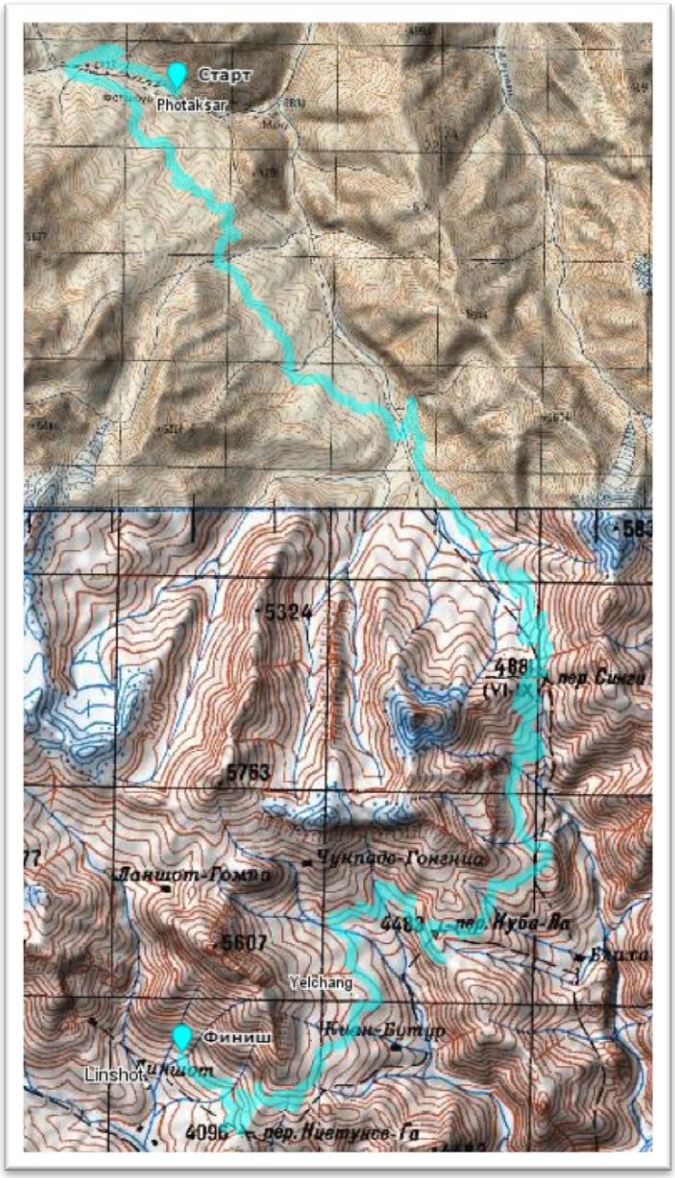
Фото 28 (→текст)

День шестой, 20 сентября.

п. Фотоксар – п. Лингшед

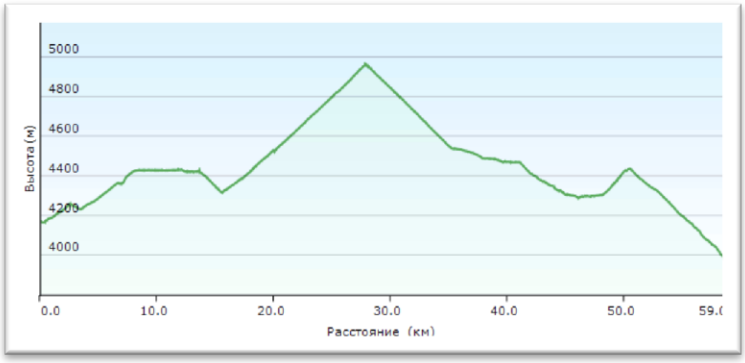
Километраж – 60,9 км
Стартовая высота – 4153 м
Набор высоты – 1148 м
Сброс высоты – 1333 м
Время движения – 7:13
Средняя скорость движения – 8.4 км/ч
Высота ночевки – 3972 м

07.20. Подъём. Медосмотр.
07.45. Завтрак.
08.20. (0 км/4153 м) Обнаружили восьмёрку у Анастасии. Пытаемся исправить. Оказалось, погнут обод. Вытянули спицами, насколько было возможно, но полностью это устранить неисправность не удалось. Выезд из посёлка *(Фото 29)* назад к дороге отмечается лёгким набором высоты, покрытие мелкокаменистое, укатанное.
09.15. (2.5 км/4245 м) Едем дальше, спуск к мосту 1 км.
09.25. (3.4 км/4215 м) Мост. Начало подъёма *(Фото 30)*. Покрытие всё то же, укатанное и мелкокаменистое.
10.30. (08.1 км/4417 м) Конец подъёма. Дорога выполаживается.
11.05. (13.5 км/4395 м) Спуск. Пейзажи очень красивые *(Фото 31)*.
11.12. (15.2 км/4297 м)



Старт.

Переправа н/к. Начало ПП ***(Фото 32)***. Подробное описание покрытия смотреть в паспорте ПП «перевал Синге ла».



12.15. – 13.05. (19.5 км/4518 м) Ручей с чистой водой. Обед сублиматами. Поднимаемся дальше ***(Фото 33)***.

(27 км/4946 м) Перевал Синге ла ***(Фото 34)***. Холодно, дует ветер. На перевале есть здание ***(Фото 35)***. Делаем остановку на фото и перекус, а также хочется насладиться пейзажами. Это один из самых красивых перевалов в моей карьере. С одной стороны эффектно смотрится серпантин на фоне масштабов гор, с другой стороны также серпантин и горы причудливых форм ***(Фото 36)***. Пейзаж подчёркивает всю суровость данного региона.

(34 км/4531 м) Конец серпантина, крутого спуска и ПП. С перевала на всём протяжении спуска невероятные по своей красоте и разнообразности виды. Хорошее грунтовое покрытие чередуется с мелкокаменистым и укатанным ***(Фото 37)***.

(40.7 км/4382 м) Локальный перевал Киупа ла. Далее должна быть тропа вниз, но в этом году закончили строить участок дороги «пер. Киупа ла - п. Лингшед». Дорога идёт траверсом без значимого набора или сброса ***(Фото 38-Фото 39)***. Покрытие преимущественно мелкокаменистое различной степени качества. Попадаются небольшие участки крупнокаменистой разбитой дороги ***(Фото 40)***.

(46.8 км/4287 м) Начало подъёма на локальный перевал, покрытие не меняется ***(Фото 41)***.

(48.8 км/4427 м) Локальный перевал. И спуск в п. Лингшед по серпантину ***(Фото 42)***. Покрытие всё то же: преимущественно мелкокаменистое различной степени качества. Попадаются небольшие участки крупнокаменистой разбитой дороги.

19.03. (60.9 км/3972 м) Спустились в п. Лингшед уже в сумерках. Решили не париться и поставить палатку тут же на ровной площадке, спросили разрешения у проходившего мимо монаха, он предложил переночевать на неотапливаемом складе монастыря. Мы приняли предложение ***(Фото 43)***. Спали на полу в спальниках. Впереди был довольно сложный перевал с клоном на подъёме 25% и протяжённостью перевального взлёта 2.8 км. Сделав выводы из преодоления подобного перевала в 3-4 дни. Решили использовать гужевой траснпорт, что не противоречило Регламенту категорирования велосипедных маршрутов от редакции 2018-2019 гг. Монахи помогли в поиске погонщика и пары ослов – договорились на 7 утра. Один ослик не несёт больше 15 км поклажи. У нас в сумме было 26 кг в четырёх рюкзаках. С вечера перебрали рюкзаки так, чтобы у нас при себе была необходимая одежда, аптечка и ремнабор.

21.00. Ужин готовим самостоятельно. Медосмотр. Сергей продолжает пить курс антибиотиков, чувствует себя хорошо (лёгкий кашель – мокрота отходит, слабый насморк).

21.30. Отбой.

Фото 29 (→текст)

Фото 30 (→текст)

Фото 31 (→текст)

Фото 32 (→текст)

Фото 33 (→текст)

Фото 34 (→текст)

Фото 35 (→текст)

Фото 36 (→текст)

Фото 37 (→текст)

Фото 38 (→текст)

Фото 39 (→текст)

Фото 40 (→текст)

Фото 41 (→текст)

Фото 42 (→текст)

Фото 43 (→текст)

День седьмой, 21 сентября.

Днёвка. п. Lingshed

06.00. Подъём. Медосмотр. Холодно, сплошная облачность, поливает дождь выше 4000 всё в снегу ***(Фото 44)***. Руководитель проводит собрание на предмет дальнейших действий. Был сделан запрос по погоде на перевал Ханума ла – целый день будет идти дождь/снег, низкая облачность. На следующий день прояснения и погода значительно лучше. Учитывая наличие узких троп, руководитель оценил обстановку и принял решение: прохождение ПП 5 КТ в такую погоду является небезопасным для жизни и здоровья участников (возможно увеличение сложности ПП до 6 КТ); дальнейшее продолжение маршрута перенести на следующий день; при отсутствии изменений погоды в лучшую сторону – отказаться от продолжения маршрута и выбрасываться с маршрута через город Ле.

07.00. Договариваемся с погонщиком на следующий день, также на семь утра. Завтрак.

09.00. В целом, днёвка перед определяющим ПП всегда кстати: возможность отдохнуть и осмотреть монастырь Лингшед ***(Фото 45)***. Монахи приветливые ***(Фото 46)***, показали свой быт ***(Фото 47-Фото 48)***, угостили пресными лепёшками ***(Фото 49)*** и тушёными овощами, а также чаем с маслом и солью, разрешили принять участие в создании Мандалы ***(Фото 50)***. Мы учили их ездить на велосипеде.

15.00. Обед готовим сами. Узнали у монахов о качестве покрытия на ПП Ханума ла, получили информацию о наличии хорошей тропы. Руководитель оценил обстановку и принял решение: для увеличения интенсивности и безопасности прохождения ПП ехать налегке, а для перевозки снаряжения использовать гужевой траснпорт. Монахи помогли в поиске погонщика и пары ослов – договорились на 7 утра. Один ослик не несёт больше 15 км поклажи. У нас в сумме было 26 кг в четырёх рюкзаках. С вечера перебрали рюкзаки так, чтобы у нас при себе была необходимая одежда, аптечка и ремнабор. Также узнали у монахов о наличии лавки в п. Лингшед – ассортимент скудный (макароны бп и сухое печенье, не имеет графика работы – высока вероятность наткнуться на закрытую дверь).

16.00. Логические игры. Настроение у всех отличное.

19.00. Ужин готовим сами. Медосмотр. Сергей завершил приём курса антибиотиков – самочувствие выше среднего (симптомов болезни нет).

20.00. Отбой.

Фото 44 (→текст)

Фото 45 (→текст)

Фото 46 (→текст)

Фото 47 (→текст)

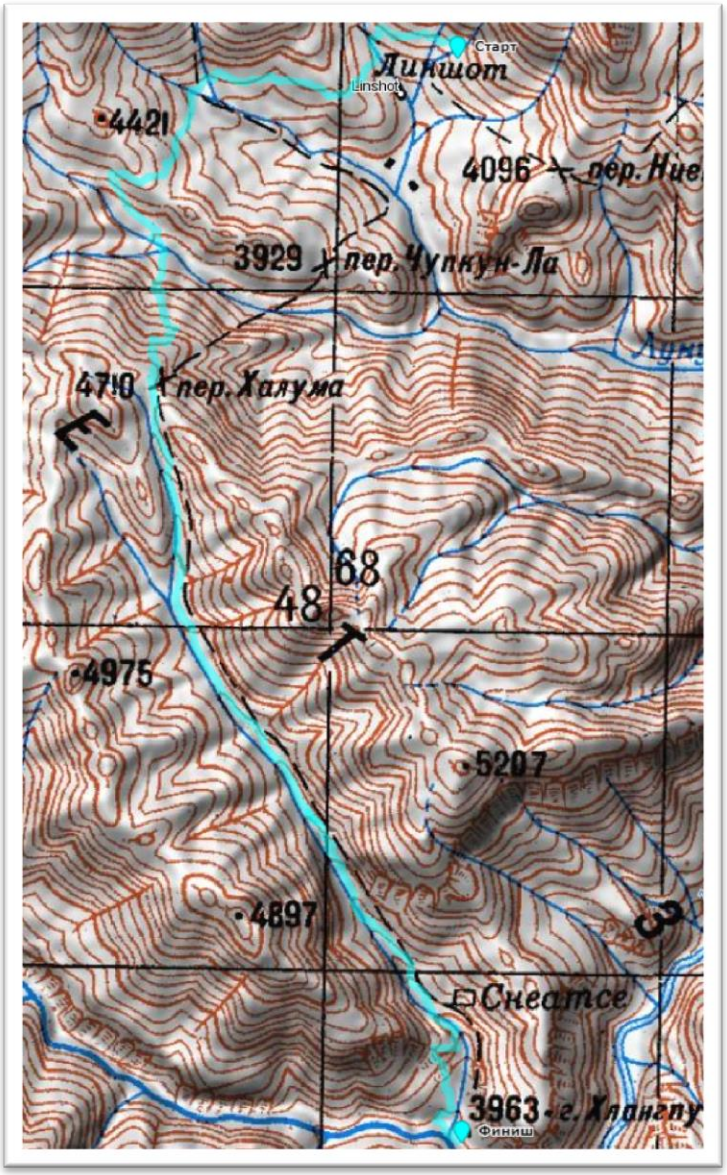
Фото 48 (→текст)

Фото 49 (→текст)

Фото 50 (→текст)

День восьмой, 22 сентября.
п. Лингшед – р. Ома Чу

Километраж – 26,2 км
Стартовая высота – 3972 м
Набор высоты – 1350 м
Сброс высоты – 1826 м
Время движения – 7:17
Средняя скорость движения – 3.6 км/ч
Высота ночевки – 3389 м



06.00. Подъём. Медосмотр. Погода солнечная.

06.20. Завтрак готовим сами. Заодно заливаем кипятком сублиматы на обед.

06.50. Встречаемся с погонщиком, грузим рюкзаки на ослов ***(Фото 51)***. Инструктаж погонщика – держать друг друга в поле видимости; при потере видимости, ожидать нашего появления; при резком ухудшении погоды двигать в направлении группы.

07.06. (0 км/3972 м) Старт. Спускаемся по тропе на дорогу - срезаем (можно сразу ехать по дороге до конца посёлка). Тропа с множеством ТП в виде арыков – 0.5 км ***(Фото 52)***. Далее дорога грунтовая укатанная, попадаются участки мокрого разбитого грунта.

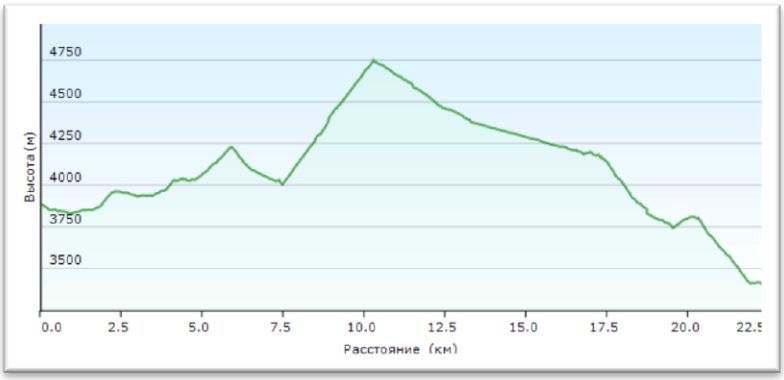
07.20. (1.8 км/3932 м) В конце посёлка ***(Фото 53)*** сходим с дороги на тропу – начинается ПП, подробное описание покрытия смотреть в паспорте ПП «Траверс Ханума ла». Много где по тропе можно ехать в седле. Виды замечательные, к тому же осень раскрасила кустарник, густо растущий на сером песке, в красный цвет ***(Фото 54, Фото 55)***.

09.35. (5.5 км/4210) Локальный перевал ***(Фото 56)***. Частично спускаемся пешком, частично едем.

09.45. (7.0 км/4015 м) Чайный домик, ручей. Откручиваем педали, рюкзаки надеваем на плечи, идём наверх ***(Фото 57, Фото 58)***.

11.00. – 11.20. (8.7 км/4392 м) Обед ***(Фото 59)***. Продолжаем подъём на перевал Ханума ла ***(Фото 60)***.

12.15. (9.8 км/4726 м) Поднялись на перевал. Фото на память ***(Фото 61)***. Пейзажи со стороны подъёма потрясающие, с другой стороны всё достаточно уныло. Начинаем спуск ***(Фото 62, Фото 63, Фото 64)***.



12.45. (10.8 км/4602 м) Сергею под заднее колесо попадает камень, выстреливает в сторону, заднее колесо откидывает в сторону, разворачивая велосипед на 90 градусов. Сергей теряет управление, но успевает выпрыгнуть с

велосипеда и остаётся на ногах. Велосипед падает, ломается рукоятка переднего тормоза. Проблема решается с помощью широкого лейкопластыря и эпоксидного клея. Едем дальше.

13.20. (12.8 км/4362 м) Перекус, доедаем сублиматы с обеда. Пополняем запасы воды из ручья. Договариваемся с погонщиком о движении до второго кемпинга перед подъёмом на Парфи ла.

15.40. (18.8 км/3738 м) Делаем остановку в кемпинге Снертсе. Общаемся с местными держателями кемпа и иностранными туристами – они крайне удивлены велосипедистам. Нам сообщают, что следующий кемпинг не действует – нам же лучше.

16.45. (19.8 км/3717 м) Перед спуском ***(Фото 65)*** к месту ночёвки впечатляющая тропка по стене отвесного обрыва 200м, с отличными видами на окружающие горы ***(Фото 66)***.

17.33. (26.2 км/3389 м) Встали на территории закрытого кемпинга в палатке ***(Фото 67)***.

19.00. Ужин готовим сами. Медосмотр. Общение с погонщиком на предмет обмена культурным наследием наших стран. Поём песни. Логические игры. Настроение у всех отличное.

21.00. Отбой.

Фото 51 (→текст)

Фото 52 (→текст)

Фото 53 (→текст)

Фото 54 (→текст)

Фото 55 (→текст)

Фото 56 (→текст)

Фото 57 (→текст)

Фото 58 (→текст)

Фото 59 (→текст)

Фото 60 (→текст)

Фото 61 (→текст)

Фото 62 (→текст)

Фото 63 (→текст)

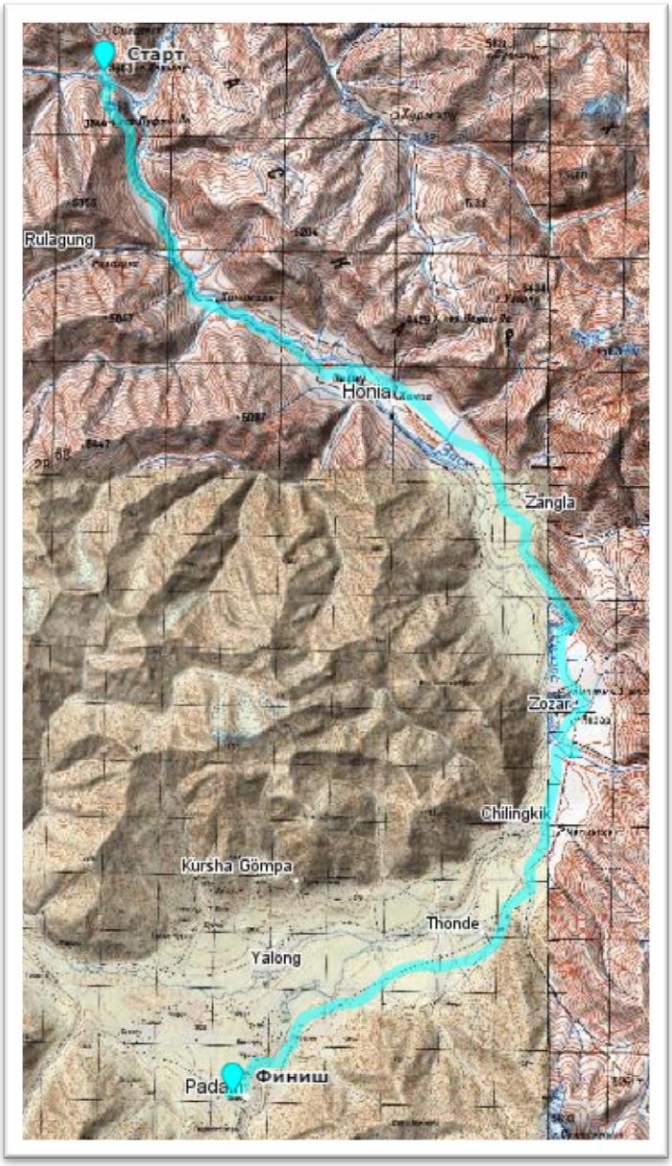
Фото 64 (→текст)

Фото 65 (→текст)

Фото 66 (→текст)

Фото 67 (→текст)

День девятый, 23 сентября.
р. Ома Чу – г. Падум



Километраж – 60,5 км
Стартовая высота – 3389 м
Набор высоты – 1272 м
Сброс высоты – 1102 м
Время движения – 8:54
Средняя скорость движения – 6.7 км/ч
Высота ночевки – 3580 м

06.30. Подъём. Медосмотр.

07.00. Завтрак. Погрузка рюкзаков на ослов.

07.30. Старт. Сразу же от моста начинается подъём на перевал, подробное описание покрытия смотреть в паспорте ПП «Траверс Парфи ла». Откручиваем педали, рюкзаки надеваем на спину ***(Фото 68)***.

09.00. (2.2 км/3901 м) Перевал Парфи ла ***(Фото 69)***. Прощаемся с погонщиком ослов, любуемся пейзажами реки Занскар ***(Фото 70)***, делаем памятное фото. Прикручиваем одну педаль, рюкзаки кладём на багажник, начинаем спуск пешком ***(Фото 71)***. Ехать до п. Пидмо, за исключением нескольких коротких участков ***(Фото 72, Фото 73)***, практически нигде нельзя – хоть и лёгкое (наши рюкзаки весили до 10 кг), но велотаскание ***(Фото 74, Фото 75, Фото 76)***.

11.50. – 12.40. (8.2 км/3372 м) Обед сублиматами.

15.55. (17.5 км/3388 м) Мост реки через р. Занскар у п. Пидмо ***(Фото 77)***. Доедаем сублиматы. Движемся дальше по дороге с мелкокменистым покрытием хорошего качества.

16.20. (18.8 км/3455 м) Выезжаем на дорогу с разбитым асфальтовым покрытием.

16.55. (25.3 км/3454 м) Посёлок Зангла, набираем воду из колонки.

17.20. (26.6 км/3459 м) На выезде из посёлка снова начинается дорога с укатанным мелкокаменистым покрытием ***(Фото 78)***.

18.05. (36.4 км/3503 м) Начинается асфальт хорошего качества ***(Фото 79)***, который идёт до въезда в г. Padum.

19.00. (58.1 км) Пригород Падума. Разбитый асфальт до центра города.

19.10. (60.5 км/3580 м) В сумерках доезжаем до отеля. Заселяемся.

20.00. Ужинаем в дхабе, заказываем завтрак на утро. Медосмотр. Прием душа с горячей водой.

21.20. Отбой.

Фото 68 (→текст)

Фото 69 (→текст)

Фото 70 (→текст)

Фото 71 (→текст)

Фото 72 (→текст)

Фото 73 (→текст)

Фото 74 (→текст)

Фото 75 (→текст)

Фото 76 (→текст)

Фото 77 (→текст)

Фото 78 (→текст)

Фото 79 (→текст)

День десятый, 24 сентября.
г. Падум – п. Тангзи

Километраж – 68,1 км
Стартовая высота – 3580 м
Набор высоты – 1638 м
Сброс высоты – 1119 м
Время движения – 8:13
Средняя скорость движения – 8.3 км/ч
Высота ночевки – 3990 м

07:30. Подъём. Медосмотр.
08:00. Завтрак в дхабе г. Падум ***(Фото 80)***. Сборы.
09.10. (0 км/3580 м) Старт. Начинается ПП Подъём по ущелью реки Царап Лингти Чу ***(Фото 81)***, много ремонтов дороги ***(Фото 82, Фото 83)*** подробное описание покрытия смотреть в паспорте ПП «Подъём по ущелью реки Царап Лингти Чу».
(18.5 км/3832 м) Посёлок Реру ***(Фото 84)***, остановились перекусить, заодно посмотреть магазин – оказался закрыт. В районе поселка очень красивые пейзажи ***(Фото 85, Фото 86)***.
(28.1 км/3709 м) Мост автомобильный ***(Фото 87)***, переехали на другой берег реки. Пообщались с местными – занимаются укладкой скошенной травы в снопы ***(Фото 88)***. Они довольны тем, что у них есть, очень улыбчивые.
13.20. – 13.50. (34 км/3763 м) Обед у примыкающего ручья сублиматами. Красивые пейзажи реки с бирюзовым цветом ***(Фото 89, Фото 90)***.
15.20. (45.5 км/3841 м) Посёлок Чар. Пополнили запасы воды из оросительного шланга. Перекусили оставшимися с обеда сублиматами. Узнали у местных о наличии нового моста через р. Нири Чу и о том, что дорога через пер. Шинго ла закрыта для машин – дорога не расчищена после снегопада.
16.00. (47.3 км/4054 м) Развилка основного и запасного варианта. Решили не посещать монастырь Пухтал и ехать по запасному варианту, сделав тем самым запас времени для прохождения пер. Chingo la.
16.15. (49.6 км/3785 м) Отличный автомобильный мост через р. Нири Чу ***(Фото 91)***. Красивый вид на р. Нири Чу с глубоким и прозрачным синим цветом. Начинается ПП, подробное описание покрытия смотреть в паспорте ПП «Перевал Шинго ла».
18.54. (68.1 км/3990 м) Посёлок Тангзи. Спросили у местных жителей, где можно поставить палатку. Нас пригласили в дом – отказываться не стали.
20.00. Ужин с хозяевами дома. Совместный просмотр клипов AC/DC ***(Фото 92)***. Медосмотр.
21.00. Отбой.

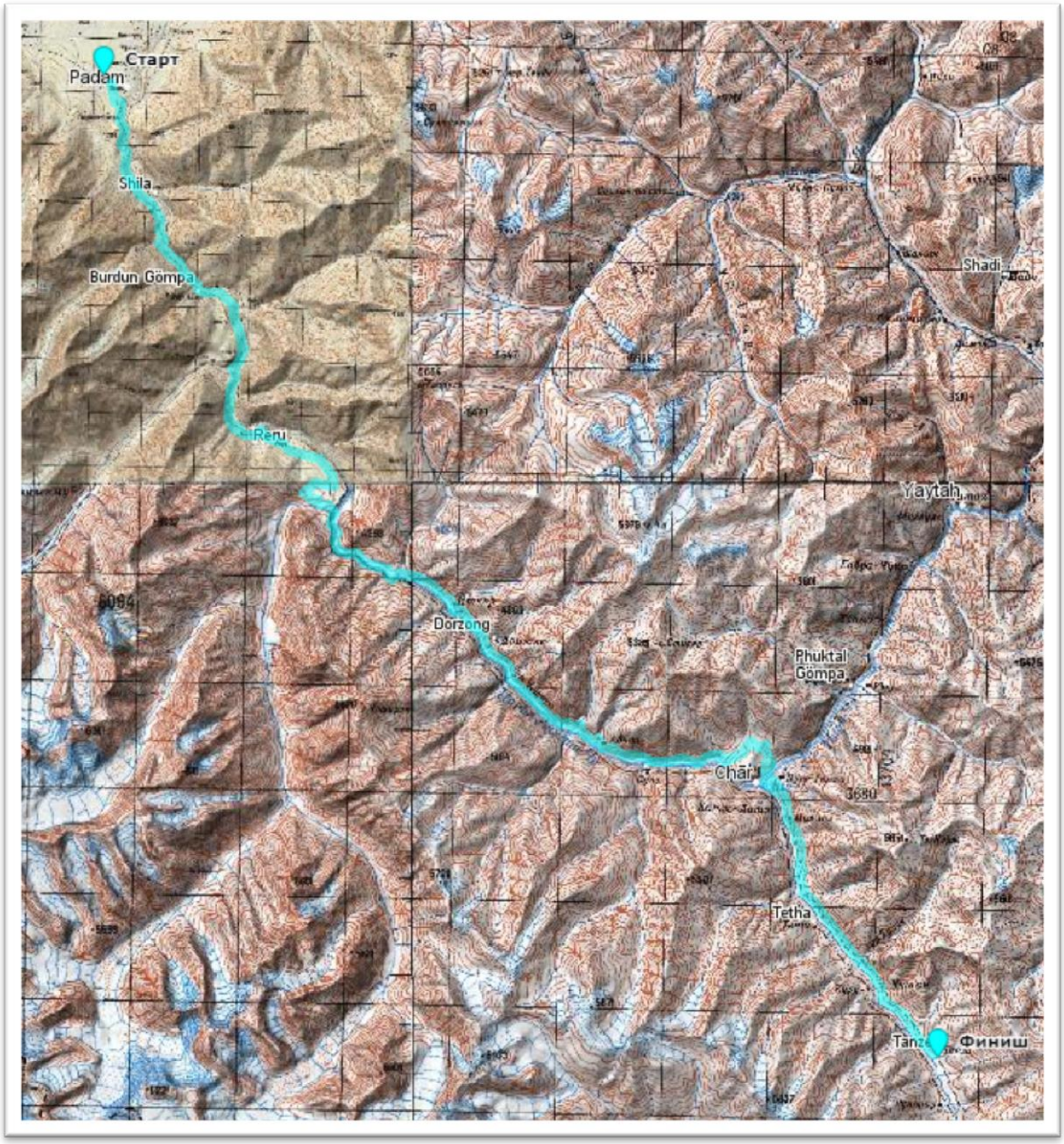


Фото 80 (→текст)

Фото 81 (→текст)

Фото 82 (→текст)

Фото 83 (→текст)

Фото 84 (→текст)

Фото 85 (→текст)

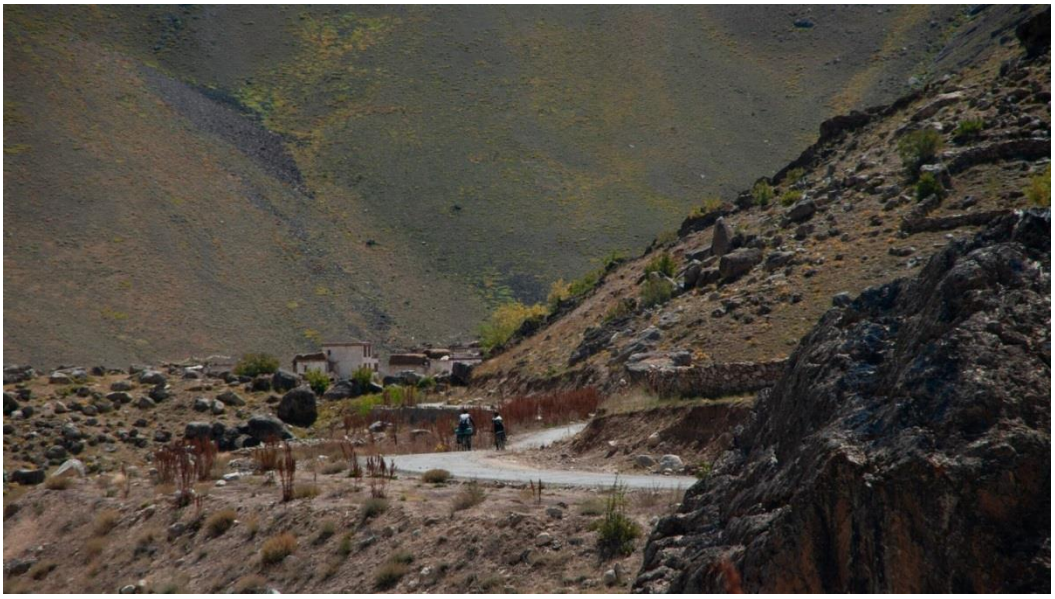


Фото 86 (→текст)

Фото 87 (→текст)

Фото 88 (→текст)

Фото 89 (→текст)

Фото 90 (→текст)

Фото 91 (→текст)

Фото 92 (→текст)

День одиннадцатый, 25 сентября.

п. Тангзи – р. Барай

Километраж – 56,2 км
Стартовая высота – 3990 м
Набор высоты – 1254 м
Сброс высоты – 1285 м
Время движения – 7:48
Средняя скорость движения – 7.2 км/ч

07.00. Подъём *(Фото 93)*. Медосмотр.
07.30. Завтрак с хозяевами.
08.16. Старт *(Фото 94)*.
09.20. (9.3 км/4114 м) Посёлок Керджиак, КПП, проверка документов *(Фото 95)*. В очередной раз переписали данные всех участников. Очень красивые пейзажи долины *(Фото 96)*. Движение осложнено участками со сверхнизким качеством покрытия *(Фото 97)*. Делаем десятиминутные остановки на отдых каждые 50 минут движения.

12.20. – 13.00. (24.6 км/4475 м) Обед сублиматами. Отправили смс водителю о том, что идём по графику. Начинаем подъём по серпантину на пер. Шинго ла.

14.25. (29 км/4723 м) Остановка на перекус, доедаем сублиматы, продолжаем подъём. Красивые пейзажи: ледник, снег на обочинах *(Фото 98)*.

16.10. (33.4 км/5042 м) Перевал Шинго ла, очень холодно *(Фото 99)*. На обочинах снег и лёд - утепляемся. Делаем фото, любуемся пейзажами. Начинаем спуск *(Фото 100)*. Движение затруднено участками со сверхнизким качеством покрытия, а также множеством бродов с бурным течением реки и крупнокаменистым дном *(Фото 101)*.

19.00. (56.2 км/3925 м) Мост через р. Барай *(Фото 102)*. Встреча с водителем. После данных от водителя относительно дороги в п. Дарча, решаем завершить маршрут (см. п. 3.8 данного отчёта: «Изменения маршрута и их причины»). Встреча с водителем. Упаковка велосипедов в коробки, погрузка велосипедов и снаряжения в машину *(Фото 103)*. Выезд в п. Килонг. Ужинали в дхабе п. Дарча, пока проверяли наши документы на КПП. На ночёвку остановились в отеле п. Килонг.

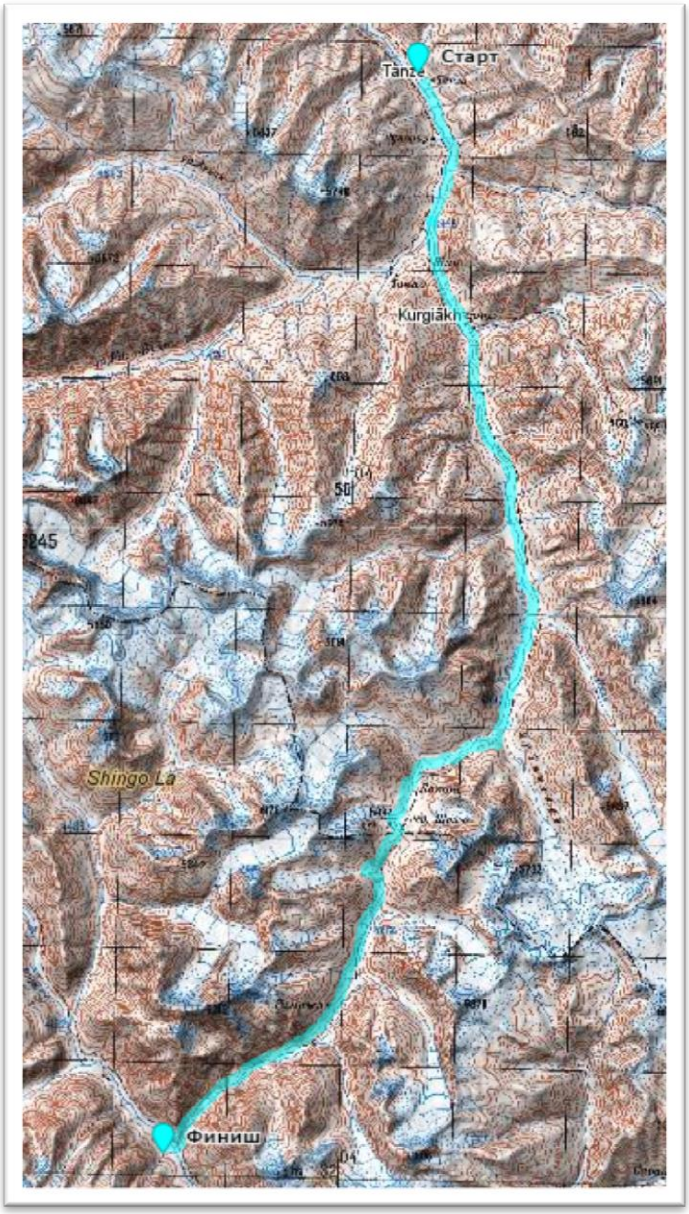


Фото 93 (→текст)

Фото 94 (→текст)

Фото 95 (→текст)

Фото 96 (→текст)

Фото 97 (→текст)

Фото 98 (→текст)

Фото 99 (→текст)

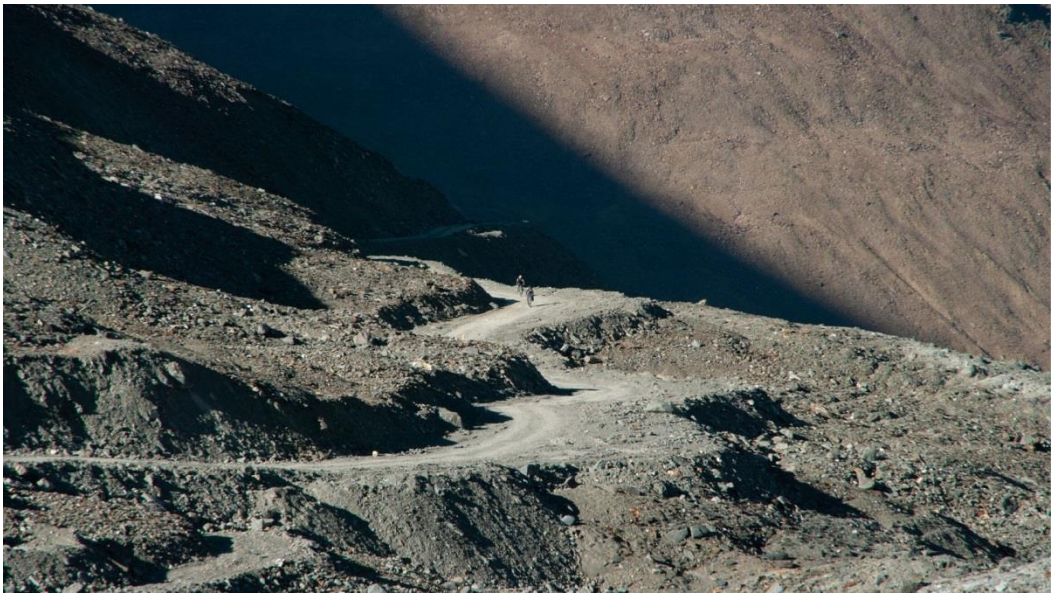


Фото 100 (→текст)

Фото 101 (→текст)

Фото 102 (→текст)

Фото 103 (→текст)

Дни после похода, 26 - 29 сентября.

26 сентября мы добрались до Манали. Купили сувениры, отпраздновали завершение маршрута в ресторане (настоятельно советую отведать местный Шахи Панир). Также оплатили проживание в отеле Rock Sea ещё на половину суток, чтобы не шататься по улицам в ожидании автобуса.

27 сентября гуляли по Манали. Вечером на машине технической поддержки поехали на автовокзал. Билеты у нас были куплены заранее на сайте https://hrtchp.com/hrtc_info/ (только провоз велосипедов оплачивается отдельно наличными деньгами в самом автобусе). Автовокзала два. Один из них находится в черте города, с него отправляются автобусы экономкласса (дёшево, колоритно, но крайне неудобно). Другой автовокзал находится за городом, с него отправляются комфортабельные автобусы со всеми удобствами, включая стюарда. Мы, выбрали комфортабельный автобус, так как экономкласса хватило в прошлом году.

Прибыв на вокзал за городом за 20 минут до начала посадки (в билете указано время посадки), мы не обнаружили нашего автобуса. Водитель позвонил в службу поддержки – нас отправили на вокзал в городе. Приехали в город, оттуда отправили обратно, заявив, что с этого вокзала комфортабельные автобусы не отправляются. Вернулись на нужный вокзал, но автобуса всё равно нет – до посадки оставалось 5 минут. Водитель снова позвонил в службу поддержки и выяснил, что автобус может

находиться на заправке и вести посадку там. Благо наш индийский друг знал расположение заправок в этом городе и быстро доставил нас к ближайшей, где действительно стоял наш автобус. Вещи погрузили первыми (советуем так и делать, иначе можно не разместить). Если бы не наш водитель, мы вряд ли успели бы на этот рейс и потеряли деньги. И, так как ночью кассы по продаже билетов не работают, пришлось бы ночевать в городе или ехать на такси, что существенно увеличивало бы затраты.

28 сентября приехали утром в Дели. Автобус, к слову, прибыл не на автовокзал, а сделал высадку посредине улицы. Пришлось искать такси. Местные индусы тут же решили обогатиться за наш счёт, начиная от водителей легковых авто, заканчивая тук-туками, которым запрещён въезд на территорию аэропорта. Мы же нашли рядом офис автобусных компаний и наняли микроавтобус до аэропорта. Перед входом в аэропорт, в самом конце слева, есть местечко у клумбы, где можно расстелить пенки, приготовить еду на горелке, не привлекая особого внимания, упаковать велосипеды. Именно этим мы и занялись. Когда стемнело, прошли в здание аэропорта. Взвесили багаж, прошли регистрацию на рейс, сдали велосипеды в пункт приема крупногабаритного багажа.

29 сентября на таможенном досмотре до Сергея докопались на предмет большого количества батареек, отвели в сторону, объяснили, что это противоречит правилам, осмотрели дополнительно навигатор (пришлось включить для достоверности) и изъяли батарейки, оставив только пару. Мы пошли на посадку. У стойки посадки к нам подошёл сотрудник безопасности и попросил Павла пройти с ним для совместного досмотра его багажа. Как оказалось, батарейки нельзя провозить и там, поэтому у Павла их тоже изъяли (благо они были использованными – не жалко). Мы сели в самолёт и улетели в Москву.

5. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ СВЕДЕНИЯ О МАРШРУТЕ

5.1. Перечень средств передвижения и случаи ремонта на маршруте.

Участник	Велосипед	Комплектация	Поломки и профилактика
Сергей	custom	**Рама:** Cube **Диаметр колес:** 26" **Оборудование:** Sram, 3x9 ск. **Каретка:** Hollowtech II **Вилка:** Rock Shox XC30, 120 мм **Багажник:** стоечный **Тормоза:** Shimano BL-T785 (диск, гидравлика) **Педали**: SPD **Втулки:** Shimano XT **Покрышки:** Schwalbe 2.1 (пер.) Schwalbe 2.25 (зад.)	Сломана рукоятка переднего тормоза – исправлена с помощью широкого лейкопластыря и эпоксидного клея. Профилактика не требовалась.
Анастасия	custom	**Рама: Cannondale** **Диаметр колес:** 26" **Оборудование:** Sram GX, 2x10 ск.	Погнут обод на переднем колесе при транспортировке велосипеда. До конца вытянуть спицами не удалось.

		Каретка: Sram GX **Вилка:** Lefty air, 100 мм **Багажник:** консольный **Тормоза:** Shimano XT (диск, гидравлика) **Педали**: SPD 520 **Втулки:** Lefty, DT Swiss 240 **Покрышки:** Schwalbe Rocket Ron 2.25 (пер.) Schwalbe Racing Ralf 2.25 (зад.)	Периодически требовалось устранение миграции подшипников в вилке Lefty. Профилактика не требовалась.
Павел	custom	**Рама: Cannondale** **Диаметр колес:** 26" **Оборудование:** Shimano, 3x9 ск. **Каретка:** Hollowtech II **Вилка:** Manitou R7 air, 120 мм **Багажник:** стоечный **Тормоза:** Avid Juicy 5 (диск, гидравлика) **Педали**: SPD 540 **Втулки:** DT Swiss 350 **Покрышки:** Schwalbe Nobby Nic 2.25 (пер.) Schwalbe Racing Ralf 2.25 (зад.)	Поломок не имел. Профилактика не требовалась.
Иван	custom	**Рама: Merida** **Диаметр колес:** 29" **Оборудование:** Shimano, 3x10 ск. **Каретка:** Hollowtech II **Вилка:** Manitou air, 120 мм **Багажник:** стоечный **Тормоза:** Shimano XT (диск, гидравлика) **Педали**: SPD **Втулки:** Shimano XT **Покрышки:** Maxxis 2.1 (пер.) Maxxis 2.25 (зад.)	Поломок не имел. Профилактика не требовалась.

Перед походом все участники провели полное ТО своих велосипедов. Ежедневно проводился осмотр и проверка затяжки болтов креплений багажников, осмотр состояния тормозных колодок, по мере необходимости смазывались цепи.

5.2. Перечень запчастей и инструментов.

Индивидуальный ремнабор

Наименование	Количество
Камера	2
Комплект тормозных колодок	2
Замок цепной	2
Петух	1
Спицы и ниппели	по 4

Групповой ремнабор

Инструменты	В машине	С собой	Запчасти	В машине	С собой
Насос	4	2	Трос переключателя	2	-
Монтажки, комплект	4	2	Петух универсальный	1	-
Шестигранники/мультитул	4	2	Стойка багажника с отверстиями	1	-
Ключ спицевой универсальный	1	1	Тормоз задний (гидравлика) в сборе, прокачанный	1	-
Выжимка цепи	2	1	Рубашка троса	1	-
Ключ Torx 25/30	1/1	1/1	Шипы SPD с винтами	1	-
Надфиль полукруглый	1	1	Покрышка 26" 29"	1/1	-
Сверло-метчик М5 и М6 и вороток	комплект	комплект	Переключатель задний 9-ск (SRAM X9)	1	-
Полотно по металлу	1	1	Эксцентрик передний	1	-
Пассатижи малые	1	1	Эксцентрик задний	1	-
Шприц подкачки тормозов + тормозная жидкость	1/50 мл	1/50 мл	Хомут подседельный	1	-
Ключ рожковый 7/8/10	1/1/1	1/1/1	**Расходные материалы**		

			Смазка для цепи	100 мл	50 мл
Ключ боночный	1	-	Заплатки для камер самоклей	10	10
Пассатижи большие	1	-	Заплатки для покрышек самоклей	8	8
Съемник кассеты / C-Lock	1	-	Хомут кабельный	100	10
Съемник каретки Hollowtech II	1	-	Хомут металлический	4	1
Ключ газовый малый	1	-	Изолента	2	1
Насос высокого давления	1	-	Момент эпоксилин	1	1
Хлыст	1	-	Проволока	1 м	0.2 м
Ключ конусный 13х15, 14х17	2	-	Лента армированная	80 г	80 г
			Болты, гайки, шайбы	набор	6 шт
			Нитки капроновые с иглами	комплект	комплект
			Смазка консистентная	50 г	-

Масса группового ремнабора перевозимого с собой 1.48 кг.

5.3. Перечень общественного снаряжения.

Индивидуальное снаряжение

Наименование	Количество
Документы	2
Телефон	1
Кружка, ложка, миска	1,1,1
Фонарь налобный	1
Зубная щётка	1
Гигиеническая помада	1
Велорюкзак 45 л	1

Общественное снаряжение

В машине	Кол-во	С собой	Кол-во
Палатка 4-х местная двухслойная	1	Палатка 3-х местная однослойная	1
Пенка-коврик	4	Пенка-коврик	2
Спальник	4	Спальник	2
Горелка, баллон, экран и насос (комплект)	2	Горелка, баллон, экран и насос (комплект)	1
Автоклав 2.5 л	2	Автоклав 2.5 л	1
Бензин, л	5	Бензин, л	0,75
Походная аптечка полная	1	Походная аптечка облегчённая	1
Нож	3	Нож	1
Теплоиды	24	Теплоиды	6
Спасодеяла	4	Спасодеяла	2
Навигатор	3	Навигатор	2
Диктофон	1	Диктофон	1
Батарейки	30	Батарейки	12
Фотоаппарат	2	Фотоаппарат	2
Экшн Камера	1	Экшн Камера	1
Стабилизатор	1	Стабилизатор	1
Туалетная бумага	3	Туалетная бумага	1
Зубная паста	1	Зубная паста	1
Мыло	2	Мыло	1
Пауэрбанк 20000	2	Пауэрбанк 20000	1
Зарядка для телефона	4	Зарядка для телефона	1
Велозамок	1	Велозамок	1
Ремнабор полный	1	Ремнабор облегчённый	1

Суммарный вес общественного снаряжения – 14 кг
Максимальная нагрузка на мужчину – 4 кг
Максимальная нагрузка на женщину – 2 кг

5.4. Состав медицинской аптечки.

У нас было 2 аптечки. Одна, полная, лежала в машине технической поддержки, вторая, экстренная, всегда была при себе.

Нами были изучены материалы по эффективной и безопасной акклиматизации:

- https://www.risk.ru/blog/9311
- http://nmr.nioch.nsc.ru/naumenko/naumenko.pdf
- https://skitalets.ru/infomation/medicine/4428/

На основе изученных материалов был составлен план прохождения акклиматизации, план ежедневного мониторинга участников на предмет наличия симптомов Острой горной болезни, составлен план действий в зависимости от показателей, а также составлены списки походных аптечек.

При диагностике и терапии горной болезни используется балльная система оценки состояния восходителя, позволяющая анализировать динамику заболевания (так называемая «Lake Louise score»). Если общее количество баллов превышает 3, то ставится диагноз горной болезни. При обычном течении горной болезни корреляция симптомов с показателями пульсовой оксиметрии довольно слабая, однако в тяжелых случаях пульсовая оксиметрия может выявить степень гипоксемии и обеспечить ранний и эффективный контроль над изменением состояния при проведении лечебных мероприятий.

Симптомы	***Выраженность***	***Баллы***
Головная боль	- нет - умеренная - средней силы - выраженная (непереносимая)	0 1 2 3
Нарушение деятельности ЖКТ	- нет - плохой аппетит/подташнивание - умеренная тошнота или рвота - сильная тошнота или рвота	0 1 2 3
Усталость, утомляемость	- нет - умеренная - средней выраженности - выраженная	0 1 2 3
Головокружение	- нет - умеренное - средней выраженности - выраженное	0 1 2 3
Бессонница	- сон, как обычно - сон хуже обычного - плохой сон, многократное пробуждение - отсутствие сна	0 1 2 3

Эти показатели в сочетании с показателями оксиметрии и пульса позволяли на протяжении всего похода следить за состоянием участников, корректировать нагрузку на отдельного участника. На протяжении прохождения акклиматизации и, в дальнейшем, маршрута никто из участников не набрал даже трёх баллов.

Дата	14.09	15.09	16.09	17.09	18.09	19.09	20.09	21.09	22.09	23.09	24.09	25.09
Прохождение ПП	транс	н/к	3 кт	6 кт	6 кт	3 кт	4 кт	дн	6 кт	4 кт	4 кт	5 кт
Высота ночёвки, м	4215	4636	3692	4746	3840	4153	3972	3972	3389	3580	3990	1900
Иван (утро/вечер)												
Головная боль	0/1	1/1	1/0	1/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Нарушение ЖКТ	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Утомляемость	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Головокружение	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Бессонница	0/0	1/0	1/0	1/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Оксиметрия	97/84	85/79	77/75	80/88	81/84	83/85	91/89	92/86	94/94	94/92	95/95	95/98
Пульс	66/82	77/100	76/102	87/72	66/80	73/93	70/63	75/68	81/63	56/73	62/79	58/60

Павел (утро/вечер)												
Головная боль	0/0	0/1	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Нарушение ЖКТ	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Утомляемость	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Головокружение	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Бессонница	0/0	0/0	1/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	1/0	0/0	0/0
Оксиметрия	93/82	86/72	64/73	75/88	84/81	80/81	91/90	90/91	88/86	93/90	94/90	94/98
Пульс	60/55	54/75	70/68	90/60	64/70	60/80	64/60	58/63	65/90	80/58	62/70	60/62
Анастасия (утро/вечер)												
Головная боль	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Нарушение ЖКТ	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Утомляемость	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Головокружение	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Бессонница	0/0	0/0	2/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Оксиметрия	97/92	85/85	81/76	79/86	85/84	83/86	93/89	92/94	95/92	93/91	95/93	95/97
Пульс	57/74	54/95	75/88	79/76	62/78	56/89	73/66	70/72	69/80	80/66	60/77	62/69
Сергей (утро/вечер)												
Головная боль	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Нарушение ЖКТ	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Утомляемость	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Головокружение	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Бессонница	0/0	2/0	1/0	0/0	1/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0	0/0
Оксиметрия	97/90	85/87	81/77	85/85	87/87	86/86	93/92	91/90	90/92	94/85	94/91	95/98
Пульс	50/56	55/87	70/93	100/82	57/70	56/86	56/55	56/60	70/80	78/50	50/72	61/65

Акклиматизацию проходили до начала маршрута. Сергей и Анастасия на момент старта освоили высоту 4200 м, Иван и Павел – 3800 м. Две первых ночёвки предполагали постепенный набор высоты – 4200 и 4700 м соответственно, что позволяло освоиться на заданной высоте. Во второй день было запланировано прохождение перевала 5350 м, что давало возможность оценить состояние участников и готовность к прохождению автономных участков. Наличие машины технической поддержки давало возможность, в случае плохого самочувствия участников, быстро сбросить 2000 м. Мониторинг состояния участников на высоте 5350 м не выявил каких-либо критических отклонений.

Походная аптечка, которая была в машине

Специальное оборудование	Кол-во	Перевязочные материалы	Кол-во
Тонометр и стетоскоп	1/1	Бинт стерильный 10 см	4
Пульсоксиметр	1	Бинт стерильный 14 см	4
Глюкометр + полоски	1/5	Бинт когезивный	1
Градусник	1	Шина	1
Пинцет	1	Пластырь бактерицидный	10
Ножницы	1	Пластырь рулонный	1
Шприцы одноразовые	4	Пластырь для порезов Omnistrip	4
Нашатырный спирт	1	Послеоперационная повязка Cosmopor E 7.2x5 см	4
Хладпакет	100 мл	Клей БФ	1
Перчатки	3 пары	Салфетки спиртовые	4
		Салфетки стерильные	2
		Ватные палочки	10
		Бинт эластичный	1
		Жгут кровоостонавливающий	1

Антисептики			***Кол-во***
Хлоргексидин 0.05%	показания	Для местного применения: трихомонадный кольпит, эрозия шейки матки, зуд вульвы, профилактика венерических заболеваний (в т.ч. гонореи, сифилиса, трихомониаза, хламидиоза, уреаплазмоза); гингивит, стоматит, афты, парадонтит, альвеолит, дезинфекция съемных протезов; ангина; послеоперационный уход за больными в отделениях ЛОР и стоматологии.	2x100 мл
	противопоказания		
	применение	Для полоскания горла разбавлять не надо.	
Банеоцин	показания	Профилактика инфекций при поражении кожных покровов	20 г
	противопоказания	Обширные поражения кожи (риск развития ототоксического эффекта, сопровождающегося потерей слуха); выраженные нарушения выделительной функции вследствие сердечной или почечной	

		недостаточности у пациентов с уже имеющимися поражениями вестибулярной и кохлеарной систем в случаях, если возможно всасывание активных компонентов препарата; инфекции наружного слухового прохода с перфорацией барабанной перепонки; одновременное применение с антибиотиками группы аминогликозидов системного действия (риск кумулятивной токсичности); повышенная чувствительность к бацитрацину, неомицину или к другим аминогликозидам и вспомогательным компонентам препарата. Не применять порошок для лечения инфекций глаз.	
Йод		Спиртовой раствор применяется в качестве антисептика и **раздражающего средства** при **инфекционно-воспалительных заболеваниях кожного покрова** и **слизистых оболочек**, для профилактики инфицирования незначительных повреждений кожи, для уменьшения воспалительных процессов при **невралгиях** и *миозитах* (оказывает отвлекающее действие), для обработки краев ран, пальцев хирурга и операционного поля.	
Д-Пантенол спрей	показания	Раны и ожоги; дерматиты, абсцессы, фурункулы, пролежни, опрелости; лечение и профилактика трещин и воспаления сосков молочной железы во время лактации;	100 мл
	противопоказания	Повышенная чувствительность к декспантенолу.	
	применение	Мазь или крем наносят на пораженную поверхность кожи 1 раз/сут.	
Левомеколь мазь	показания	Мазь с антибиотиком. Препарат с антибактериальным и улучшающим регенерацию тканей действием для наружного применения Гнойные раны. Препаратом пропитывают стерильные марлевые салфетки, которыми рыхло заполняют рану.	40 г
	противопоказания	Гиперчувствительность.	
	применение	Местно. Препаратом пропитывают стерильные марлевые салфетки, которыми рыхло заполняют рану. Возможно введение в гнойные полости через катетер (дренажную трубку) с помощью шприца. В этом случае мазь предварительно подогревают до 35-36°С. Перевязки производят ежедневно, до полного очищения раны от гнойно-некротических масс.	
Сульфацил натрия	показания	Гнойные язвы роговицы, конъюнктивиты, блефариты, гонорейные заболевания глаз у новорожденных и взрослых, профилактика бленнореи у новорожденных.	10 мл
	противопоказания	Повышенная чувствительность к сульфацетамиду и другим сульфаниламидным препаратам.	
	применение	Применяют по 2-3 капли в нижний конъюнктивальный мешок каждого глаза 5-6 раз/сут.	
Отинум	показания	Острый средний отит, мирингит, наружный отит;	10 г
	противопоказания	— полное или неполное сочетание бронхиальной астмы, рецидивирующего полипоза носа и околоносовых пазух и непереносимости ацетилсалициловой кислоты или других НПВП (в т.ч. в анамнезе); — нарушение целостности барабанной перепонки; — повышенная чувствительность к холинасалицилату и другим компонентам препарата.	
	применение	Закапывают в наружный слуховой проход по 3-4 капли 3-4 раза в сутки. Курс лечения составляет не более 10 дней. Перед использованием ушных капель рекомендуется согреть флакон подержав его в руке, во избежание неприятных ощущений, связанных с попаданием холодной жидкости в ухо. Капли следует закапывать больному, лежащему на боку; после процедуры больной должен в течение нескольких минут оставаться в том же положении.	
Ацикловир	показания	Инфекции кожи, вызванные вирусом Herpes simplex типов 1 и 2, включая генитальный герпес и герпес губ; опоясывающий лишай; ветряная оспа.	5 г
	противопоказания	Повышенная чувствительность к ацикловиру и валацикловиру; детский и подростковый возраст до 18 лет.	
	применение	Наружно. Наносят 4-6 раз/сут (каждые 4 ч) тонким слоем на пораженные и граничащие с ними участки кожи. Препарат наносят либо ватным тампоном, либо чистыми руками, чтобы избежать дополнительного инфицирования пораженных участков. Терапию следует продолжать до тех пор, пока на пузырьках не образуется корка, либо пока они полностью не заживут. Длительность терапии составляет в среднем 5 дней и не должна превышать 10 дней.	
Аллергия			
Супрастин	показания	Крапивница; сывороточная болезнь; сезонный и круглогодичный аллергический ринит; конъюнктивит; контактный дерматит; кожный зуд; острая и хроническая экзема; атопический дерматит; пищевая и лекарственная аллергия; аллергические реакции на укусы насекомых; ангионевротический отек (отек Квинке) - для раствора; ангионевротический отек (отек Квинке) - в качестве вспомогательного средства - для таблеток.	20 таб
	противопоказания	Острый приступ бронхиальной астмы; беременность; дефицит лактазы, неперносимость лактозы, синдром мальабсорбции глюкозы-галактозы (для таблеток, т.к. 1 таб. содержит 116 мг лактозы моногидрата); повышенная чувствительность к компонентам препарата. С ***осторожностью*** следует применять препарат при закрытоугольной глаукоме, у пациентов с задержкой мочи, гиперплазией предстательной железы, при нарушениях функции печени и/или почек, сердечно-сосудистых заболеваниях, у пациентов пожилого возраста.	
	применение	Таблетки следует принимать внутрь во время еды, не разжевывая и запивая достаточным количеством воды. **Взрослым** назначают по 25 мг (1 таб.) 3-4 раза/сут (75-100 мг/сут). Дозу можно постепенно повышать при отсутствии побочных эффектов у пациента, но максимальная доза не должна превышать 2 мг/кг массы тела. Продолжительность курса лечения зависит от симптомов заболевания, его длительности и течения.	
Жаропонижающие			
Аспирин	показания	Обладает анальгетическим, жаропонижающим и противовоспалительным действием.	20 таб
	противопоказания	Язвенное поражение ЖКТ; геморрагический диатез; бронхиальная астма, индуцированная приемом салицилатов и НПВС; сочетанное применение с метотрексатом в дозе 15 мг в неделю; почечная недостаточность тяжелой степени; тяжелая печеночная недостаточность; тяжелая	

		сердечная недостаточность в стадии декомпенсации; повышенная чувствительность к компонентам препарата; повышенная чувствительность к другим салицилатам.	
	применение	Препарат принимают внутрь после еды, перед приемом растворить в стакане воды. Назначают однократно в дозе 1 г (соответствует 2 шипучим таб.). При необходимости прием можно повторить через 4-8 ч. Максимальная суточная доза составляет 3 г (6 таб.). Пациенты не должны принимать препарат более 3 дней без консультации с врачом.	
Парацетамол	показания	Анальгетик-антипиретик. Обладает анальгезирующим, жаропонижающим и слабым противовоспалительным действием. Болевой синдром слабой и умеренной интенсивности различного генеза (в т.ч. головная боль, мигрень, зубная боль, невралгия, миалгия, альгодисменорея; боль при травмах, ожогах). Лихорадка при инфекционно-воспалительных заболеваниях.	40 таб
	противопоказания	Хронический алкоголизм, повышенная чувствительность к парацетамолу.	
	применение	Внутрь или ректально у взрослых и подростков с массой тела более 60 кг применяют в разовой дозе 500 мг, кратность приема - до 4 раз/сут. Максимальная продолжительность лечения - 5-7 дней. *Максимальные дозы:* разовая - 1 г, суточная - 4 г.	
Анальгин	показания	Оказывает анальгетическое, жаропонижающее и противовоспалительное действие. Болевой синдром различного генеза (почечная и желчная колика, невралгия, миалгия; при травмах, ожогах, после операций; головная боль, зубная боль, меналгии). Лихорадка при инфекционно-воспалительных заболеваниях.	20 таб
	противопоказания	Выраженные нарушения функции почек и/или печени, дефицит глюкозо-6-фосфатдегидрогеназы, заболевания крови, повышенная чувствительность к производным пиразолона.	
	применение	Внутрь или ректально взрослым назначают по 250-500 мг 2-3 раза/сут. *Максимальная разовая доза* - 1 г, *суточная* - 3 г.	
Цитрамон	показания	Болевой синдром слабой и умеренной выраженности (различного генеза): головная боль; мигрень; зубная боль; невралгия; миалгия; артралгия; альгодисменорея. Лихорадочный синдром: при ОРЗ; при гриппе.	20 таб
	противопоказания	Повышенная чувствительность к компонентам препарата; эрозивно-язвенные поражения ЖКТ (в фазе обострения); желудочно-кишечное кровотечение; "аспириновая" астма; гемофилия; геморрагический диатез; гипопротромбинемия; портальная гипертензия; авитаминоз К; почечная недостаточность; I и III триместры беременности; период лактации (грудное вскармливание); дефицит глюкозо-6-фосфатдегидрогеназы; выраженная артериальная гипертензия; тяжелое течение ИБС; глаукома; повышенная возбудимость; нарушения сна; хирургические вмешательства, сопровождающиеся кровотечением; детский возраст (до 15 лет - риск развития синдрома Рейе у детей с гипертермией на фоне вирусных заболеваний).	
	применение	Внутрь (во время или после еды) принимают каждые 4 ч. В среднем принимают 3-4 раза/сут. Максимальная частота приема - 8 раз/сут. Курс лечения - не более 7-10 дней. При **нарушении функции почек или печени** перерыв между приемами - не менее 6 часов. Препарат не следует принимать более чем 5 дней при назначении в качестве обезболивающего средства и более 3 дней в качестве жаропонижающего.	
Успокаивающие			
Валокардин	показания	В качестве седативного и сосудорасширяющего средства при бессоннице (нарушение засыпания); кардиалгии; синусовой тахикардии; невротических состояниях; вегетативной лабильности; раздражительности; ипохондрическом синдроме; артериальной гипертензии (ранние стадии). В качестве спазмолитического средства при спазмах мускулатуры органов ЖКТ (кишечная и желчная колика).	50 мл
	противопоказания	Печеночная и/или почечная недостаточность тяжелой степени; период лактации; повышенная чувствительность к компонентам препарата.	
	применение	Препарат принимают внутрь, перед приемом пищи, предварительно растворив в небольшом количестве (30-50 мл) воды. **Взрослым** - по 15-30 капель 2-3 раза/сут. Разовая доза при необходимости (например, при тахикардии) может быть увеличена до 40-50 капель.	
Давление высокое			
Анаприлин		Понижает давление и уряжает пульс.	
Каптоприл		Понижает давление, но повышает пульс.	
Болеутоляющие			
Кетанов таблетки	показания	Для кратковременного купирования умеренных и сильных болей различного генеза.	
	противопоказания	Эрозивно-язвенные поражения ЖКТ в фазе обострения, наличие или подозрение на желудочно-кишечное кровотечение и/или черепно-мозговое кровоизлияние, нарушения свертывания крови в анамнезе, состояния с высоким риском кровотечения или неполного гемостаза, геморрагический диатез, умеренные и выраженные нарушения функции почек (содержание сывороточного креатинина более 50 мг/л), риск развития почечной недостаточности при гиповолемии и дегидратации; "аспириновая триада", бронхиальная астма, полипы полости носа, ангионевротический отек в анамнезе, профилактическое обезболивание перед операцией и во время операции, детский и подростковый возраст до 16 лет, беременность, роды, лактация, повышенная чувствительность к кеторолаку, ацетилсалициловой кислоте и другим НПВС.	
	применение	Взрослым при приеме внутрь - по 10 мг каждые 4-6 ч, в случае необходимости - по 20 мг 3-4 раза/сут. Не более 90 мг/сут.	
Кетонал ампулы	показания	Сильные боли различного происхождения	3 амп
	противопоказания		
	применение	Кетонал используются для внутримышечного и для внутривенного введения. Внутримышечно вводят по 100 мг с кратностью 1-2 раза в сутки.	
Дротаверин (Но-Шпа)	показания	Профилактика и лечение функциональных нарушений и болевого синдрома, вызванных спазмом гладкой мускулатуры (в т.ч. спазмы ЖКТ, мочевыводящих путей, связанные с холелитиазом, холециститом, язвенной болезнью желудка, двенадцатиперстной кишки; спазм пилорического и	30 таб

		кардиального отдела желудка; спастические запоры, спастический колит; проктит, тенезмы; послеоперационные колики вследствие задержки газов; в связи с нефролитиазом, пиелитом); при проведении инструментальных исследований; спазмы периферических артерий, сосудов головного мозга; альгодисменорея.	
	противопоказания	Почечная недостаточность тяжелой степени, тяжелая печеночная недостаточность, тяжелая сердечная недостаточность (синдром низкого сердечного выброса), период лактации (грудного вскармливания), детский возраст (для парентерального применения), повышенная чувствительность к дротаверину.	
	применение	Внутрь, в/м, в/в или п/к взрослым - по 40-80 мг 1-3 раза/сут. При печеночной и почечной коликах рекомендуется вводить в/в медленно в дозе 40-80 мг. При спазмах периферических артерий дротаверин можно вводить в/а.	
Органы дыхания			
АЦЦ 600	показания	Оказывает муколитическое действие, облегчает отхождение мокроты. Заболевания органов дыхания, сопровождающиеся образованием вязкой трудноотделяемой мокроты; острый и хронический синусит; средний отит.	40 таб
	противопоказания	Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки в фазе обострения; кровохарканье; легочное кровотечение;	
	применение	- по 200 мг (2 таб. АЦЦ® 100: 2-3 раза/сут, 1 таб. АЦЦ® 200 - 2-3 раза/сут) - по 600 мг (АЦЦ®Лонг) 1 раз/сут.	
Тантум Верде спрей	показания	Симптоматическая терапия болевого синдрома воспалительных заболеваний полости рта и ЛОР-органов (различной этиологии): — гингивит, глоссит, стоматит (в т.ч. после лучевой и химиотерапии); — фарингит, ларингит, тонзиллит; — кандидоз слизистой оболочки полости рта (в составе комбинированной терапии); — калькулезное воспаление слюнных желез; — после оперативных вмешательств и травм (тонзиллэктомия, переломы челюсти); — после лечения и удаления зубов; — пародонтоз. Воспалительные заболевания полости рта и ЛОР-органов	30 мл
	противопоказания	Повышенная чувствительность к бензидамину или другим компонентам препарата.	
	применение	Взрослым (в т.ч. пациентам пожилого возраста) и детям старше 12 лет назначают по 4-8 впрыскиваний 2-6 раз/сут;	
Пиносол	показания	Инфекционно-воспалительные заболевания слизистой оболочки носа и носоглотки. Оказывает противовоспалительное, противоотечное действие, уменьшает вязкость секрета слизистой оболочки дыхательных путей. Проявляет антибактериальную активность в отношении некоторых штаммов грамположительных и грамотрицательных бактерий	10 мл
	противопоказания	Аллергический ринит; повышенная чувствительность к компонентам препарата.	
	применение	Препарат закапывают в первый день по 1-2 капле в каждый носовой ход с интервалом 1-2 часа. В последующие дни по 1-2 капли в каждый носовой ход по 3-4 раз/сут.	
Halls	показания	Снимают симптомы кашля.	1 уп
	противопоказания		
	применение	Рекомендуется рассасывать через каждые 2 часа. Суточная доза не должна превысить 10 штук.	
ЖКТ			
Энтеросгель 255 г	показания	У взрослых и детей в качестве детоксикационного средства: острые и хронические интоксикации различного происхождения; острые отравления сильнодействующими и ядовитыми веществами (в т.ч. лекарственными препаратами, алкоголем, алкалоидами, солями тяжелых металлов); острые кишечные инфекции любого генеза в составе комплексной терапии (в т.ч. токсикоинфекции, сальмонеллез, дизентерия, диарейный синдром неинфекционного происхождения, дисбактериоз); гнойно-септические заболевания, сопровождающихся выраженной интоксикацией, в составе комплексной терапии; пищевая и лекарственная аллергия; гипербилирубинемия (вирусный гепатит); гиперазотемия (хроническая почечная недостаточность);	1
	противопоказания	Индивидуальная непереносимость препарата; атония кишечника.	
	применение	Принимают внутрь за 1-2 ч до или после еды или приема других лекарственных средств, запивая водой. Необходимое для приема количество препарата рекомендуется размешать в стакане в тройном объеме воды комнатной температуры или принимать внутрь, запивая водой. **Взрослым** - 15-22.5 г (1-1.5 столовой ложки) 3 раза/сут. Суточная доза - 45-67.5 г.	
Смекта	показания	Симптоматическое лечение болей, связанных с заболеваниями пищевода, желудка, двенадцатиперстной кишки; кишечная колика; острая и хроническая диарея (особенно у детей).	9 пак
	противопоказания	Кишечная непроходимость, повышенная чувствительность к диосмектиту.	
	применение	При приеме внутрь для взрослых суточная доза составляет 9 г.	
Панкреатин	показания	Недостаточность внешнесекреторной функции поджелудочной железы (в т.ч. при хроническом панкреатите, муковисцидозе). Хронические воспалительно-дистрофические заболевания желудка, кишечника, печени, желчного пузыря; состояния после резекции или облучения этих органов, сопровождающиеся нарушениями переваривания пищи, метеоризмом, диареей (в составе комбинированной терапии). Для улучшения переваривания пищи у пациентов с нормальной функцией ЖКТ в случае погрешностей в питании, а также при нарушениях жевательной функции, вынужденной длительной иммобилизации, малоподвижном образе жизни.	
	противопоказания	Острый панкреатит. Повышенная чувствительность к панкреатину.	
	применение	Доза (в пересчете на липазу) зависит от возраста и степени недостаточности функции поджелудочной железы. Средняя доза для взрослых - 150 000 ЕД/сут. При полной недостаточности внешнесекреторной функции поджелудочной железы - 400 000 ЕД/сут, что соответствует суточной потребности взрослого человека в липазе.	

		Максимальная суточная доза составляет 15 000 ЕД/кг.	
Фталазол	показания	Дизентерия (острая и хроническая в стадии обострения), колиты, гастроэнтериты; профилактика инфекционных осложнений при оперативных вмешательствах на кишечнике.	40 таб
	противопоказания	Повышенная чувствительность к фталилсульфатиазолу.	
	применение	Взрослым - по 1-2 г каждые 4-6 ч в течение 5-7 дней. Высшие дозы для взрослых внутрь: разовая - 2 г, суточная - 7 г.	
Сенаде	показания	Запоры, вызванные гипотонией и вялой перистальтикой толстого кишечника; регулирование стула при геморрое, проктите, анальных трещинах.	
	противопоказания	Спастический запор; кишечная непроходимость; боли в животе неясного генеза; ущемленная грыжа; острые воспалительные заболевания брюшной полости; перитонит; желудочно-кишечные и маточные кровотечения; цистит; нарушения водно-электролитного обмена; повышенная чувствительность к компонентам препарата.	
	применение	Препарат назначают внутрь, как правило, 1 раз/сут вечером перед сном, запивая водой или каким-либо напитком. **Взрослым и детям старше 12 лет -** по 1 таб. 1 раз/сут. При отсутствии эффекта дозу можно увеличить до 2-3 таб.	
Омепразол 20 мг	показания	Изжога	20 таб
	противопоказания	Хронические заболевания печени, повышенная чувствительность к омепразолу.	
	применение	Индивидуальный. При приеме внутрь разовая доза составляет 20-40 мг. Суточная доза - 20-80 мг; частота применения - 1-2 раза/сут.	
Растяжения, вывихи, ушибы			
Випросал	показания	Препарат для наружного применения, содержит яд гадюки. Оказывает местное раздражающее и анальгезирующее действие. Вызывает раздражение чувствительных рецепторов кожи и подкожной клетчатки, расширяет сосуды, улучшает трофику тканей.	50 г
	противопоказания	Повышенная чувствительность к компонентам препарата; повреждения кожных покровов; кожные заболевания (в т.ч. аллергического и бактериального генеза); лихорадочные состояния; туберкулез легких; нарушения мозгового и коронарного кровообращения; склонность к возникновению ангиоспазмов; тяжелые нарушения функции почек; тяжелые нарушения функции печени; общее истощение; детский возраст до 12 лет;	
	применение	В зависимости от величины кожной поверхности на болезненный участок наносят маленькими порциями 5-10 г (1-2 чайные ложки) мази и втирают в кожу в зависимости от интенсивности боли 1-2 раза/сут до исчезновения болевого синдрома.	
Финалгон	показания	Комбинированный препарат с местным раздражающим и анальгезирующим действием. Артрит; артралгия и миалгия ревматического генеза; спортивные травмы, ушибы и повреждения связочного аппарата; миалгия, вызванная чрезмерной физической нагрузкой; люмбаго; неврит; ишиалгия; бурсит и тендовагинит; острая неспецифическая боль в нижней части спины; для предварительного "разогрева" мышц перед физическими упражнениями, спортивными соревнованиями; в составе комплексной сосудорасширяющей терапии при нарушениях периферического кровообращения.	20 г
	противопоказания	Не следует наносить на чувствительную кожу, открытые раны, воспаленные участки кожи, участки кожи с повышенной проницаемостью: шея, низ живота, внутренняя сторона бедер.	
	применение	Применяют наружно 2-3 раза/сут. Для предварительного разогревания мышц перед физическими упражнениями, спортивными соревнованиями рекомендуется втирать примерно за 30 мин до их начала.	
Долобене	показания	Отеки, гематомы и воспаления мягких тканей, мышц, сухожилий, сухожильных влагалищ; закрытые травмы, ушибы; травмы суставов с растяжением связок и сухожилий; эпикондилит плеча ("локоть теннисиста"), тендиниты (воспаление сухожилий), тендовагиниты (воспаление сухожильных влагалищ), бурситы (воспаление слизистой сумки сустава); периартрит плечевого сустава; острая невралгия.	50 г
	противопоказания	Тяжелые нарушения функции печени; тяжелые нарушения функции почек; бронхиальная астма; выраженные нарушения со стороны сердечно-сосудистой системы; открытые раны в месте нанесения; беременность; период лактации; детский возраст до 5 лет; повышенная чувствительность к компонентам препарата.	
	применение	Долобене следует наносить поверхностным слоем на кожу над пораженным участком кожи 2-4 раза/сут. При использовании геля под повязку следует нанести гель и подождать несколько минут, чтобы он абсорбировался кожей и испарился изопропанол. Затем можно наложить герметичную повязку.	
Хладпакет	показания	Для оказания экстренной помощи при ушибах, растяжениях. Для облегчения острых и хронических болей опорно-двигательного аппарата. Обеспечивает быстрое охлаждение. Уменьшает отёк и болезненные ощущения. Снижает степень воспалительного процесса.	100 мл
	применение	Прикладывается на поврежденный участок тела.	
Жгут эластичный	показания	При растяжениях	4 шт
Сердце			
Нитроглицерин	показания	Средство скорой помощи при остром инфаркте миокарда и острой левожелудочковой недостаточности на догоспитальном этапе.	40 таб
	противопоказания	Шок, коллапс, артериальная гипотензия (систолическое АД<100 мм рт.ст., диастолическое АД<60 мм рт.ст.), тампонада сердца, токсический отек легких, повышение внутричерепного давления (в т.ч. при геморрагическом инсульте, после недавно перенесенной травмы головы), закрытоугольная глаукома с высоким внутриглазным давлением, повышенная чувствительность к нитратам.	
	применение	1 таблетка/1 пшик под язык. До 4 приёмов через 5-7 минут. Каждый раз мониторить артериальное давление.	
Добавки			
Аскорбиновая	показания	Необходима для образования внутриклеточного коллагена, требуется для укрепления структуры	60

кислота с глюкозой		зубов, костей и стенок капилляров. Участвует в окислительно-восстановительных реакциях, метаболизме тирозина, превращении фолиевой кислоты в фолиниевую, метаболизме углеводов, синтезе липидов и белков, метаболизме железа, процессах клеточного дыхания, активизирует синтез стероидных гормонов. Снижает потребность в витаминах B_1, B_2, А, Е, фолиевой кислоте, пантотеновой кислоте, способствует повышению устойчивости организма к инфекциям; улучшает абсорбцию железа, способствуя его депонированию в редуцированной форме. Обладает антиоксидантными свойствами.	таб
	противопоказания	Витамин С способен раздражать слизистую оболочку желудка и вызывать повышение уровня глюкозы в крови.	
	применение	с профилактической целью - 50-100 мг/сут	
Горная болезнь			
Диакарб 250мг, таблетки	показания	Отечный синдром, купирование острого приступа глаукомы, при эпилепсии в качестве дополнительной терапии к противоэпилептическим средствам, острая "высотная" болезнь (препарат сокращает время акклиматизации), ликвородинамические нарушения, внутричерепная гипертензия в комплексной терапии.	30 таб
	противопоказания	Острая почечная недостаточность, уремия, печеночная недостаточность (риск развития энцефалопатии); гипокалиемия; гипонатриемия; метаболический ацидоз; гипокортицизм; болезнь Аддисона; сахарный диабет; I триместр беременности; период лактации; детский возраст до 3 лет; повышенная чувствительность к компонентам препарата.	
	применение	***Отечный синдром*** В начале лечения принимают по 250 мг утром. Для достижения максимального диуретического эффекта необходимо принимать Диакарб® 1 раз/сут через день или 2 дня подряд с однодневным перерывом. Повышение дозы не усиливает диуретический эффект. ***Острая "высотная" болезнь*** Рекомендуется применение препарата в дозе 500-1000 мг/сут. В случае быстрого восхождения - 1000 мг/сут. Препарат следует применять за 24-48 ч до восхождения. В случае появления симптомов болезни лечение продолжают в течение следующих 48 ч или дольше, если это необходимо.	
Дексаметазон 0,5 мг, таблетки	показания	Высотный отек головного мозга	20 таб
	применение	Внутрь при тяжелых заболеваниях в начале лечения назначают до 10-15 мг/сут, поддерживающая доза может составлять 2-4.5 мг и более в сут. Суточную дозу делят на 2-3 приема. В небольших дозах принимают 1 раз/сут утром.	
Дексаметазон 4 мг, амп 1мл	показания	Высотный отёк головного мозга. При сильной аллергии	5 амп
	применение	В течение суток можно вводить от 4 до 20 мг дексаметазона 3-4 раза. Продолжительность парентерального применения обычно составляет 3-4 дня, затем переходят на поддерживающую терапию пероральной формой.	
Нифедипин ретард, коринфар ретард, 20 мг	показания	Высотный отёк лёгких. артериальная гипертензия (в виде монотерапии или в сочетании с другими антигипертензивными препаратами).	20 таб
	противопоказания	Повышенная чувствительность к нифедипину и другим производным дигидропиридина; острая стадия инфаркта миокарда (первые 4 недели); кардиогенный шок, коллапс; артериальная гипотензия (систолическое артериальное давление ниже 90 мм.рт.ст.); синдром слабости синусового узла; сердечная недостаточность (в стадии декомпенсации); выраженный аортальный стеноз; выраженный митральный стеноз; тахикардия; идиопатический гипертрофический субаортальный стеноз;	
	применение	20 мг (наступление эффекта через 10–15 мин - при ухудшении симптоматики повторить), последующие приемы по 20 мг повторяют каждые 6 часов до исчезновения симптомов и возврата сатурации артериальной крови к нормальным величинам;	
Радиация			
Солнцезащитный крем 50			100 мл
Обезвоживание			
Регидрон	показания	Восстановление водно-солевого баланса, для пероральной регидратации при большой потере жидкости, а также для восстановления и поддержания нормальной микрофлоры кишечника.	2 уп
	применение	Содержимое растворяют в 200 мл воды комнатной температуры и принимают внутрь. Если нет уверенности, что вода пригодна для питья, ее следует вскипятить и охладить перед приготовлением раствора.	
Антибиотики			
Сумамед	показания	— инфекции верхних дыхательных путей и ЛОР-органов (фарингит/тонзиллит, синусит, средний отит); — инфекции нижних дыхательных путей (острый бронхит, обострение хронического бронхита, пневмония, в т.ч. вызванные атипичными возбудителями); — инфекции кожи и мягких тканей (рожа, импетиго, вторично инфицированные дерматозы); — начальная стадия болезни Лайма (боррелиоз) - мигрирующая эритема (erythema migrans); — инфекции мочеполовых путей (уретрит, цервицит), вызванные Chlamydia trachomatis.	4 курса
	противопоказания	— повышенная чувствительность к азитромицину, эритромицину, другим макролидам или кетолидам, или другим компонентам препарата; — нарушение функции печени тяжелой степени; — фенилкетонурия; — одновременный прием с эрготамином и дигидроэрготамином; — детский возраст до 3 лет.	
	применение	При *инфекциях верхних и нижних отделов дыхательных путей, ЛОР-органов, кожи и мягких*	

		тканей: назначают по 500 мг 1 раз/сут в течение 3 дней, курсовая доза - 1.5 г. При *болезни Лайма (начальная стадия боррелиоза) - мигрирующей эритеме (erythema migrans)* назначают 1 раз/сут в течение 5 дней: в 1-й день - 1 г, затем со 2 по 5-й дни - по 500 мг; курсовая доза - 3 г.	

Походная аптечка, которая была с собой на автономных участках

Специальное оборудование	Кол-во	Препараты	Кол-во
Пульсоксиметр	1	Хлоргексидин	100 мл
Градусник	1	Банеоцин	20 г
Пинцет	1	ДПантенол	20 г
Ножницы	1	Сульфацил натрия	10 мл
Шприцы одноразовые	4	Отинум	10 мл
Хладпакет	1	Ацикловир	5 г
Перчатки	1 пара	Супрастин	10 таб
Перевязочные материалы	**Кол-во**	Аспирин	20 таб
Бинт стерильный 10 см	4	Парацетамол	20 таб
Бинт стерильный 14 см	4	Дротаверин	20 таб
Бинт когезивный	1	АЦЦ 600	20 таб
Шина	1	Пиносол	10 мл
Пластырь бактерицидный	10	Энтеросгель	255 г
Пластырь рулонный	1	Смекта	4 пак
Салфетки спиртовые	4	Долобене	50 г
Салфетки стерильные	1	Нитроглицерин	10 таб
Ватные палочки	10	Солнцезащитный крем	50 мл
Бинт эластичный	2	Регидрон	2 уп
Жгут кровоостонавливающий	1	Сумамед, антибиотик	4 курса
		Аквалор soft mini	50 мл
		Гигиеническая помада	4 шт

- Травм на маршруте не было, медицинская аптечка полностью соответствовала сложности похода. Понадобилась единожды, когда руководитель подхватил бактериальную инфекцию: курс антибиотиков Сумамед в течении трёх дней восстановил здоровье.
- Для профилактики ожогов применялся солнцезащитный крем.
- Для профилактики слизистых применялись: гигиеническая помада (губы), Аквалор soft mini (носоглотка), леденцы (горло в течении дня - очень хорошо себя зарекомендовали ещё в прошлом году).
- Нехватку витаминов ежедневно восполняли витаминным комплексом Ундевит.
- Состояние участников на маршруте было отличным, как в физическом, так и в эмоциональном плане.

5.5. Бюджет похода.

Расходы на самолет:	25 000,0 рублей
Виза:	4 500,0 рублей
Расходы на наземный транспорт:	21 500,0 рублей
Расходы на питание:	8 000,0 рублей
Расходы на страховку:	4 500,0 рублей
Всего расходов на одного человека без учёта личных затрат:	**63 500,0 рублей**

Курс валют на момент похода был: 1 руб = 1.1 индийской рупии.

- Деньги можно снять в банкомате аэропорта Дели или в Манали (снимали там и там), в г. Падум тоже есть банки.
- Снимали с комиссией 100 рублей по 10000 рупий (больше банкомат не выдавал – нормальная практика для индийских банкоматов).
- Если менять наличные, то лучше брать доллары.
- Можно снять в обменном пункте наличные с карты – комиссия 10%!!!

- Стоимость питания и проживания разнится от множества факторов: уровень комфорта, местоположение, сезонность, ваше умение торговаться. Проживание нам обходилось в районе 400-800 рупий с человека. Питание в районе 100-300 рупий с человека.

- Сувениры можно купить в Манали.

5.6. Раскладка по питанию и график закупок.

Перед планированием питания на маршруте, был досконально проанализирован опыт других групп, побывавших ранее в высокогорном районе Индии. Благодаря тому, что на данном направлении Аэрофлот дает два места багажа, продукты, которые проблематично или совсем не найти, закупили дома: сырокопченая колбаса, сало, сушеный балык, сухофрукты, кисель, сухое молоко, топленое масло, сухари, суповые пакеты, халва, щербет, шоколадные конфеты типа грильяж, горчица, майонез, гречневая крупа на 2 приема пищи, овсяная крупа на 6 приемов пищи. Кроме этого, в необходимом объеме крупнолистовой чай, смесь специй, соль, свежий чеснок. Надо отметить, что ввоз в Индию мясных продуктов запрещен, но на досмотрах вопросов к нам по поводу колбасы и балыка ни у кого не было.

На дни с автономным передвижением были закуплены сублимированные пакеты с готовой едой Trek'N Eat, которые завариваются кипятком, после чего готовы к употреблению. Как оказалось, такие вкусы как Balkan Risotto, Couscous with Chicken, Irish Stew можно заваривать один пакет на двоих. Пакеты, где основным продуктом был Noodles, получаются объемом на одну/полторы порции. В таких вариантах как Balkan Risotto и Irish Stew чувствуется лук, он не до конца запаривается и хрустит, что может быть критично для тех, кто не любит ощущать лук во время еды.

Еще как добавка к питанию были приобретены витаминно-адаптогенные напитки (Адаптофит, Адаптон, Адаптовит) в порционной развесовке. Данные напитки стимулируют работу иммунной системы, оказывают общеукрепляющее действие, помогают справиться с длительными психо-физическими нагрузками. Они завариваются прохладной водой, принимали их на завтрак. А вечером, когда было холодно, принимали Адаптоник "Имбирь+пряности" – согревающий и иммунно укрепляющий напиток, который заваривается кипятком.

Было запланирована всего одна закупка продуктов в г. Манали. Купили недостающие крупы, овощи и сладости. В крупных городах в магазинах можно купить крупы – рис, чечевица, фасоль, горох, маш; большое разнообразие печенья. Хлеб был только тот, что используют для сэндвичей – квадратный и мягкий. Продают сливочное масло в больших пачках, молоко в термопаках со сроком годности до нескольких месяцев, овсяные хлопья в пластиковой банке, арахисовая паста, ягодный джем, макароны в расфасованных пачках.

Закупки

Меню/Продукты	ЕКБ	Манали	Вес	Меню/Продукты	ЕКБ	Манали	Вес
Рис на завтрак	-	3x250	-	Чечевица на ужин	-	3x350	
Пшено на завтрак	3x250	-	0,75	Макароны на ужин	-	2x350	
Овсянка на завтрак	2x250	-	0,50	Овощи на ужин	-	8 раз	
Ясн Солнышко (8+16)	0,96	-	1,60	Печенье	-	8 раз	
Сух.молоко (16+8)	0,48	-	0,32	Сушеный балык (14+7)	7x250	-	1,75
Сахар (16+8)	0,72	-	0,48	Сублиматы импортные	32 пак	-	6,04
Курага (16+8)	0,72	-	0,48	Смесь специй	0,1	-	0,10
Топленое масло	0,41	-	0,41	Соль	0,5	-	0,35
Колбаса с/к	8x0,17	-	1,36	Чеснок	0,267	-	0,27
Мармелад	3x0,32	-	0,96	Горчица	0,13	-	0,13
Печенье	-	5 раз	-	Майонез ЕЖК	0,46	-	0,46
Конфеты "Б"	12 шт	-	0,55	Адаптоник (24+12)	1x0,33	-	0,33
Суповые пакеты (16+6)	6 пак	-	0,66	Адаптон (24+12)	12 шт	-	0,30
Сухари на обед (16+6)	6 пак	-	0,80	Сахар в чай	0,5	-	0,50
Сало	0,75	-	0,75	Чай рассыпной	0,32	-	0,32
Халва	6 раз	-	0,75	Ягоды	0,5	-	0,50
Щербет	6 раз	-	0,75	Кисель (6+3)	0,45	-	0,45

Греча на ужин	3х350	-	1,05	Компот (6+3)	0,39	-	0,39
Изотоник	0,93	-	0,93			ВСЕГО:	25,00

Видели в продаже соевые шарики – альтернатива мяса, но так и не попробовали их. На рынке свежие овощи: картофель, капуста (белокочанная и цветная), кабачки, баклажаны, сладкий перец, томаты, лук, морковь, стручковая зеленая фасоль, бамия. А из фруктов бананы и яблоки.

Каждое утро был горячий молочный сладкий завтрак из крупы с сухофруктами и ложкой топленого масла. Для удобства приготовления сухое молоко / сахар / сухофрукты были заранее расфасованы по разовым порциям еще дома. Кроме каши на завтрак каждому участнику выдавались 30 гр с/к колбасы. К чаю в первые шесть дней был мармелад, а затем печенье.

Во время горячих обедов, варили жидкую жирную похлебку из суповых пакетов и сушеного балыка. В дополнение к супу был сухарь бородинского хлеба с салом, а к чаю 30 гр халвы или щербета. Сало было приготовлено особым способом – перемолото в блендере со свежим чесноком, красным перцем и сванской солью. В автономные дни заваривали сублимированные пакеты.

Ежедневно на ужин была крупа либо макароны с балыком. Вечером вместо чая был компот из сухофруктов – курага, чернослив, изюм. Либо кисель с кусочками ягод, заливать его надо водой с температурой в 100 градусов иначе крахмал не заварится.

Там где это было возможно, обедали в кафе, где подают блюда индийской и тибетской кухни. В основном, вегетарианские блюда. Индийская кухня это рис с добавками из бобовых и пряных тушеных овощей, жареные яйца, пресные лепешки – чапати, жареные лепешки с картофельной начинкой. Кухня довольно острая. Тибетская кухня это мо-мо (род пельменей) с мясной либо овощной начинкой, к которым подают острый соус. Не смотря на внешнюю антисанитарию местных кафе, за время прохождения маршрута никому из группы не понадобились желудочные препараты.

Малые личные перекусы вынесены из общей раскладки на усмотрение каждого участника, так как предпочтения и аппетиты у всех разные. В основном это Гематоген, шоколадки типа «Snikers», сладкие батончики из мюслей.

Планируемый график питания

№ дня	Дата	Завтрак	Обед	Ужин	Нитка маршрута
1	15.09	Пшено + изюм, мармелад.	**Дхаба Панг**	Греча/125 гр, Компот	подъёма на пер Лачулунг ла – подъём на пер Тангланг ла
2	16.09	Рис + чернослив, мармелад.	**Дхаба Упши**	Макароны/125 гр, Кисель ягодный	подъём на пер Тангланг ла – п. Сумдо.
3	17.09	Овсянка + курага, печенье.	Сублиматы, халва, адаптоник	**Гест ужин**	п. Сумдо – п. Марха
4	18.09	Мармелад Ясн Солн + курага	Харчо/125 гр, щербет	Чечевица/125 гр, Компот	п. Марха – п. Езас
5	19.09	Пшено + изюм, мармелад.	Сублиматы, халва	Греча/125 гр, Кисель клюквенный	п. Езас – п. Хинджу
6	20.09	Рис + чернослив, печенье.	Плов с грибами/125 гр, щербет	Макароны/125 гр, Компот, Адаптоник	п. Хинджу – подъём на пер Синге ла
7	21.09	Овсянка + курага, мармелад.	Полба с грибами/125 гр, халва	Чечевица/125 гр, Кисель ягодный	подъём на пер Синге ла – п. Лингшед
8	22.09	Ясн Солн + изюм, мармелад.	Сублиматы, щербет	Сублиматы, халва, Адаптоник	п. Лингшед – кемп Снертсе
9	23.09	Конфета, Ясн Солн + чернос	Сублиматы, халва	**Дхаба Падум**	кемп Снертсе – г. Падум
10	24.09	**Дхаба Падум**	Сублиматы, щербет	Сублиматы, халва	г. Падумт – мон Пухталl
11	25.09	Овсянка + курага, мармелад.	Сублиматы, халва	Греча/125 гр	мон Пухтал – спуск с перевала Шинго ла
12	26.09	Пшено + чернослив, печенье.	Чечевица/125 гр, щербет	**Дхаба Манали**	спуск с перевала Шинго ла – п. Дарча

Фактический график питания

№ дня	Дата	Завтрак	Обед	Ужин	Нитка маршрута
1	15.09	Пшено + изюм, мармелад.	**Дхаба Панг**	Греча/125 гр, Компот	пер Лачулунг ла – подъём на пер Тангланг ла
2	16.09	Рис + чернослив, мармелад.	**Дхаба Упши**	Макароны/125 гр, Кисель ягодный	подъём на пер Тангланг ла – п. Сумдо.
3	17.09	Овсянка + курага, печенье.	Сублиматы, халва	Сублиматы, щербет, адаптоник	п. Сумдо – перевальный взлёт Конмару ла
4	18.09	Овсянка + курага, мармелад	Сублиматы, халва	**Гест ужин**	перевальный взлёт Kongmaru la – п. Markha
5	19.09	**Гест завтрак**	Харчо/125 гр, щербет	Греча/125 гр, Кисель клюквенный	п. Марха – п. Скиу п. Скиу – п. Фотоксар (трансфер)
6	20.09	Рис + чернослив, печенье.	Плов с грибами/125 гр, щербет	Макароны/125 гр, Компот, Адаптоник	п. Фотоксар – п. Лингшед
7	21.09	Овсянка + курага, мармелад.	Полба с грибами/125 гр, халва	Чечевица/125 гр, Кисель ягодный	Днёвка п. Лингшед
8	22.09	Овсянка + изюм, мармелад.	Сублиматы, щербет	Сублиматы, халва, адаптоник	п. Лингшед – р.Ома Чу
9	23.09	Овсянка + чернос, конфета	Сублиматы, халва	**Дхаба Падум**	р. Ома Чу – г. Падум
10	24.09	**Дхаба Падум**	Сублиматы, щербет	**Гест ужин**	г. Падум – п. Тангзи
11	25.09	**Гест ужин**	Сублиматы, халва	**Дхаба Килонг**	п. Тангзи – р. Барай р. Барай – г. Килонг (трансфер)

Еду готовили на мультитопливной горелке, в качестве топлива использовали бензин с индийских бензоколонок, на которых без проблем наливали в нашу пластиковую тару. Для приготовления пищи использовали автоклав объемом 2,5 л. Автоклав сильно экономит топливо, время и трудозатраты на готовку. К тому же с повышением высоты снижается температура кипения воды, от чего при обычном способе приготовления вода не обеззараживается, а еда не доготавливается.

6. ИТОГИ, ВЫВОДЫ, РЕКОМЕНДАЦИИ

Стратегия.

Стратегия перемещения в облегчённом варианте полностью себя оправдала. Не было ни одного дня, чтобы мы вечером падали без сил – группа шла с хорошим запасом прочности, что положительно влияет на оценку ситуации на маршруте и на безопасность в целом, это особенно важно в экстренных ситуациях при прохождении ПП высшей категории трудности.

В связи с непредвиденными обстоятельствами (своеобразные законы пропуска машин из других штатов), произошла задержка с выходом на маршрут в 3 день, которая неблагоприятно повлияла на график движения, а также на дальнейший план по использованию машины технической поддержки.

Тактика.

- Тактика прохождения акклиматизации до начала маршрута полностью себя оправдала. Группа в хорошей форме подошла к первой части маршрута и вышла на пик к прохождению второй части маршрута. Также данный тактический приём, позволял уменьшить вес общественной аптечки при прохождении участков без машины технической поддержки.

- Тактика прохождения обоих ПП 6 кт с подъёмом в 25% уклон и спуском по 15% уклону полностью себя оправдала: с перевала вниз можно было ехать и преодолевать большее расстояние в седле.

- Тактика использования машины технической поддержки по переброске снаряжения, периодического пополнения продовольствия, ремонта велосипедов, проброски по маршруту также себя оправдала, позволяя большее расстояние преодолевать в седле за счёт более лёгких рюкзаков, а также экономила время на поиски трансфера.

- Тактика использования хоумстеев оправдала себя в полной мере. Группа меньше времени тратила на установку/сборы лагеря и на приготовление питания, а значит, большее время могла

находиться в седле и проезжать большее расстояние. Также в помещении сон более спокойный и крепкий, что позволяет лучше восстановиться.

- Тактика двойных обедов с использованием сублиматов оправдала себя – не было ощущения перегруза в животе, но при этом хватало энергии для интенсивного перемещения по маршруту. Автоклав значительно экономил время и топливо на приготовлении пищи, поэтому его вес нивелировался за счёт уменьшения веса необходимого топлива.

- ТО велосипедов перед походом оправдало себя, вес рюкзаков был значительно снижен. Ремнабора хватило для устранения поломок на маршруте, вызванных непредвиденными обстоятельствами. Наличие полного ремнабора не могло благоприятно повлиять на более быстрое устранение неисправностей. Поломки не смогли повлиять на уменьшение интенсивности при прохождении маршрута.

- Тактика использования минимального необходимого снаряжения для установки лагеря и ночёвки показала себя действенной, даже в -9 (с двумя спальниками на четверых в трёхместной однослойной палатке) удалось выспаться и восстановить силы.

- Тактика по одновременному подъёму имеет место быть: один участник осматривает велосипеды и делает профилактику, один участник готовит завтрак, один участник собирает лагерь и ещё один успевает сделать медосмотр.

- Средства связи Garmin InReach Mini отработал хорошо: погоду показывал на конкретную местность по координатам; позволял держать связь с родными и отслеживать наше перемещение по маршруту в реальном времени, 2 смс дошли до водителя (правда второе с задержкой в полдня).

- Для более безопасного прохождения ПП, применили тактический приём с использованием гужевого транспорта для перевозки снаряжения. Данный метод позволил более подробно провести сбор данных по району и произвести расчёты КТ ПП для более тщательной подготовки групп при прохождении маршрутов в данном районе, а также пройти ПП с большей безопасностью для группы. Мы не видели отчётов среди велосипедистов с использованием такого тактического приёма, но не исключаем этого.

Рекомендации.

- Регион очень интересен со спортивной точки зрения – здесь можно проводить спортивные маршруты любых категорий сложности по уже изученным и описанным местам, а также найти много новых и интересных вариантов.

- Пройденный маршрут, при хорошей подготовке, преодолевается в седле практически на всем протяжении, за исключением локальных препятствий, которые требуют высокой техники передвижения с велосипедом, а так же высокой морально-волевой подготовки и хорошей физической формы. При планировании будущих маршрутов, следует учитывать, что некоторые представленные ПП имеют граничные показатели для своей категории трудности, и, при неблагоприятных погодных условиях, могут изменить свою категорию трудности на более высокую, или оказаться локальными препятствиями.

- В подобных походах необходимо серьёзно отнестись к подготовке и оценке выносливости транспортных средств и дополнительного оборудования. Личные вещи должны обеспечить комфорт в дневную жару, в непогоду и при ночных заморозках.

- При разработке маршрута особое внимание необходимо уделить сбору информации о дорогах и тропах на стадии подготовки, а также необходимо постоянно выяснять состояние дорог и троп, наличие мостов и уровень воды в реках на данный момент у местного населения. Условия постоянно меняются, и поэтому, на все сложные участки нужно иметь запасные варианты, которые обеспечат прохождение маршрута без потери сложности.

Выводы.

Индия отлично подходит для велотуризма. Имеет хорошую инфраструктуру для этого. А также большое количество вариантов прокладки маршрута.

Используемая нами Стратегия и Тактика открывает новые границы для организации веломаршрутов высших категорий сложности в малодоступных районах. Способствует более безопасному их прохождению. А также позволяет большее расстояние преодолевать в седле. Совокупность тактических приёмов позволила увеличить интенсивность прохождения технически

сложного участка «п. Лингшед – пер. Ханума ла – пер. Парфи ла – п. Пидмо» в 2 раза в сравнении с двумя предыдущими группами, при наличии хорошего запаса прочности у всей группы на случай непредвиденных обстоятельств, что обеспечивало большую безопасность на маршруте.

Регион Занскар является одним из самых красивых регионов в индийских Гималаях. С данной стратегией и тактикой, на прохождение самых сложных его участков вполне хватает 1.5 дней.

На двух ПП 5 КТ увеличилась КТ до 6 (перевал Конмару ла и траверс хр. Ханума ла). Высчитать увеличение КТ ПП на маршруте не представлялось возможным – ПП изначально не имели граничных значений и были согласованы с членами ЦМКК при регистрации маршрута. Признаков изменения ПП, от согласованных, перед началом прохождения не выявлено. Группа проходила ПП с соблюдением всех мер безопасности.

7. ОЦЕНКА СЛОЖНОСТИ ВЕЛОСИПЕДНОГО МАРШРУТА

7.1. Расчет суммы баллов за протяженные препятствия.

№ ПП	Протяженное препятствие	КТ	КС
1	перевал Тангланг ла	3	05.50
2	перевал Конмару ла с востока	6	23.22
3	спуск по ущелью Марха	3	07,97
4	перевал Синге ла с севера	4	10.03
5	траверс хребта Ханума ла с севера	6	21.73
6	траверс хребта Парфи ла с севера	4	12.27
7	подъём по ущелью реки Царап-Лингти-Чу	4	09.19
8	перевал Шинго ла с севера	5	19.79

Общее количество баллов (109.7) значительно превышает данные Таблицы 2 «Регламента категорирования велосипедных маршрутов» для маршрута 5 кс, но не может влиять на увеличение КС похода, поэтому, согласно пункту 3.5 «Регламента категорирования велосипедных туристских маршрутов» в зачёт идёт максимальное количество баллов для походов 5 кс = 89 баллов.

Следовательно, S = 89.

7.2. Расчет эквивалентного пробега по ЛП.

Дата	Наименование ЛП	Протяжённость или количество	Эквивалентный пробег	Итого, км
17.09	Переправа н/к	19 шт	2 км	38
	Каньон 1а	2100 м	1.5 км на 100 м	31.5
	Перевальный взлёт 1а	340	2 км на 100 м	6.8
18.09	Перевальный взлёт 1а	2200 м	2 км на 100 м	44
	Переправа н/к	3 шт	2 км	6
19.09	Переправа н/к	1 шт	2 км	2
20.09	Переправа н/к	1 шт	2 км	2
22.09	Перевальный взлёт н/к	2800 м	1.5 км на 100 м	42
	Каньон 1а	1850 м	1.5 км на 100 м	27.75
	Переправа н/к	5 шт	2 км	10
23.09	Перевальный взлёт н/к	2200 м	1.5 км на 100 м	33
	Каньон 1а	1770 м	1.5 км на 100 м	26.55
25.09	Переправа н/к	15 шт	2 км	30
			Всего	**299.6**

Все подтверждения прохождения ЛП находятся в паспортах ПП.

7.3. Расчет интенсивности.

$L_н$ = 800 км для маршрута 5КС.
$T_н$ = 16 дней.
$T_ф$ = 10.5 дней.
$L_ф$ = 514.4 км.

Расчет эквивалентного пробега по дням (табл. 10 Регламента, для походов 5-6 КС), км:

Тип грунта	**Дни**											**Всего**
	15.09	**16.09**	**17.09**	**18.09**	**19.09**	**20.09**	**21.09**	**22.09**	**23.09**	**24.09**	**25.09**	
Дорога высокого качества (Кпк = 0,80 … 1,10)	63.4	97.9	-	-	-	-	-	-	21.4	6.0	-	188.7
Дорога хорошего качества (Кпк = 1,11 … 1,50)	4.3	8.5	6.0	-	2.95	57.4	-	-	22.39	43.3	28.56	173.4
Дорога среднего качества (Кпк = 1,51 … 1,90)	-	-	5.18	24.3	13.8	3.5	-	10.65	3.88	15.29	11.0	87.6
Дорога низкого качества (Кпк = 1,91 … 2,40)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Дорога сверхнизкого качества (Кпк = свыше 2,40)	-	-	2.38	5.0	4.15	-	-	10.9	8.86	3.51	16.7	51.5
ЛП	-	-	2.44	2.20	-	-	-	4.65	3.97	-	-	13.26
Всего (за вычетом повторяющихся участков)	**67.7**	**106.4**	**16.0**	**31.5**	**20.9**	**60.9**	**-**	**26.2**	**60.5**	**68.1**	**56.2**	**514.4**

$$К_{эп1} = \frac{188,7}{514,4} = 0,366 \cdot 0,6 = 0,219;$$

$$К_{эп2} = \frac{173,4}{514,4} = 0,337 \cdot 0,8 = 0,269;$$

$$К_{эп3} = \frac{87,6}{514,4} = 0,170 \cdot 1,0 = 0,170;$$

$$К_{эп4} = \frac{51,5}{514,4} = 0,100 \cdot 1,8 = 0,180;$$

$$\sum К_{эп} = 0,219 + 0,269 + 0,170 + 0,180 = 0,838;$$

$$\mathbf{I} = \frac{(\mathbf{L}_ф \mathbf{K}_{эп} + ЛП)\mathbf{T}_н}{\mathbf{T}_ф \mathbf{L}_н} = \frac{(\mathbf{514,4 * 0,838 + 299,6}) \cdot \mathbf{16}}{\mathbf{10,5 \cdot 800}} = \mathbf{1,391}.$$

7.4. Расчет автономности.

Продолжительность похода: 247 ч. (11 д.)
АВТОНОМНОСТЬ ПОХОДА: 0.56
ПОДРОБНЫЙ РАСЧЁТ ПО ВРЕМЕННЫМ ИНТЕРВАЛАМ: HTTP://VELOTREX.RU/AVTONOM.PHP?ID=70
1. Начало маршрута: 15.09.2019 12:00
Конец временного интервала: 16.09.2019 16:00
Количество часов: 29
Автономность временного интервала: **0.50**
2. Начало временного интервала: 16.09.2019 17:00
Конец временного интервала: 16.09.2019 17:00
Количество часов: 1
Автономность временного интервала: **0.80**
3. Сумдо хоумстэй: 16.09.2019 18:00
Конец временного интервала: 17.09.2019 17:00
Количество часов: 24
Автономность временного интервала: **0.50**
4. Начало временного интервала: 17.09.2019 18:00
Конец временного интервала: 18.09.2019 18:00
Количество часов: 25
Автономность временного интервала: **0.82**
5. Марха хоумстэй: 18.09.2019 19:00
Конец временного интервала: 22.09.2019 18:00
Количество часов: 96
Автономность временного интервала: **0.50**
6. Начало временного интервала: 22.09.2019 19:00
Конец временного интервала: 23.09.2019 18:00
Количество часов: 24
Автономность временного интервала: **0.80**
7. г. Падум отель: 23.09.2019 19:00
Конец временного интервала: 25.09.2019 18:00
Количество часов: 48
Автономность временного интервала: **0.50**

7.5. Расчет категории сложности пройденного маршрута.

$$\text{КС} = \text{П} \cdot \text{I} \cdot \text{А} = 89 \cdot 1{,}39 \cdot 0{,}56 = \mathbf{69.2} \text{ баллов}$$

Согласно таблице 1 «Регламента категорирования велосипедных маршрутов», количество баллов соответствует маршруту 5 КС, но, в связи с недостаточным километражом и количеством дней, маршрут соответствует **4 КС с элементами 6 КС**.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Паспорт протяженного препятствия 1 (перевал Тангланг Ла).

Общие сведения

Наименование:	**перевал Тангланг ла**
Страна:	**Индия**
Регион:	**Гималаи**
Границы:	**Урочище Дебринг - мост в п. Upshi**
Характер дороги:	**высокого и хорошего качества**
Характер покрытия:	**асфальт, камень**
Время прохождения:	**16.09.2019**
Автор паспорта:	**Шонин Сергей**
Ссылка на видео:	
Категория трудности:	**3**
Статус паспорта:	**утверждён 21.11.2019**

Параметры препятствия

Протяжённость, м:	**76993**
Максимальная высота, м:	**5343**
Минимальная высота, м:	**3405**
Набор высоты, м:	**726**
Сброс высоты, м:	**2008**
Количество точек GPS-трека:	**2202**
Усреднённый интервал между точками GPS-трека, м:	**35**
Общее ходовое время:	**7 ч. 58 мин. 21 сек.**
Чистое ходовое время:	**5 ч. 11 мин. 57 сек.**
Общая скорость движения:	**9.66 км/ч**
Средняя ходовая скорость:	**14.81 км/ч**

Параметры учётной записи

№ учётной записи:	**2698**
Загрузил:	**SSV1983**
Дата загрузки:	**11.11.2019**
URL:	**http://velotrex.ru/files/1573502998_5dc9c016492fd.xml**

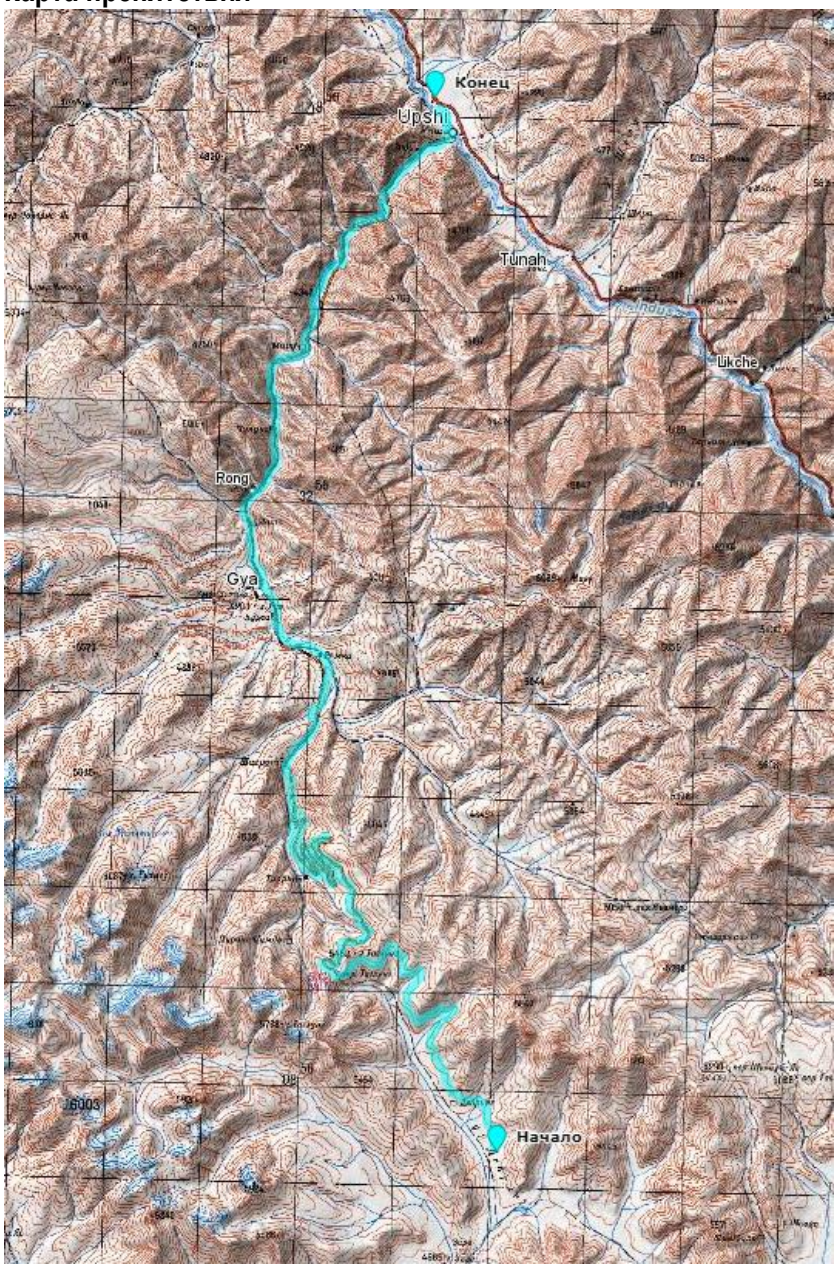
Описание препятствия

0 км/4654 м. Начало ПП. Дорого начинает отходить от русла реки вверх по склону. Хороший асфальт (фото 1-7).

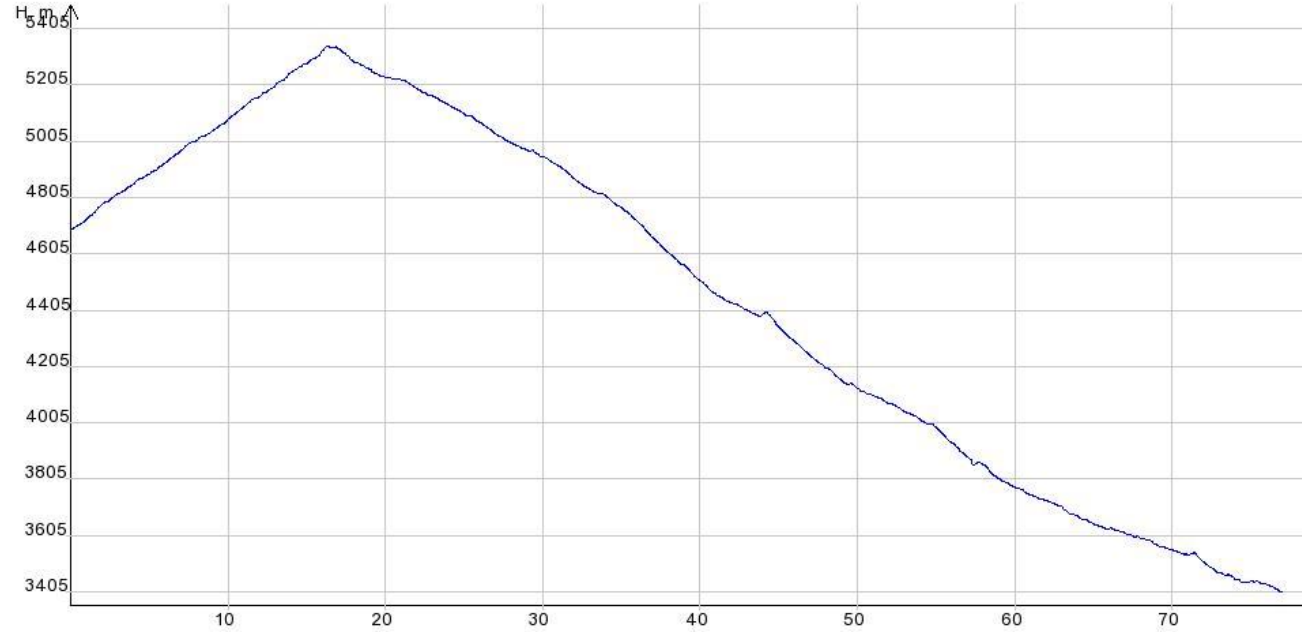
17.0 км/5329 м. Перевал (фото 5). Хороший асфальт до конца ПП (фото 6, 7), только сразу после начала спуска будет 4 км укатанной мелкокаменистой дороги (фото 8-9). ПП полностью проезжается в седле. Присутствуют слепые повороты, необходимо быть внимательным, по возможности подавать звуковые сигналы и слушать сигналы машин. В сентябре на перевале было уже холодно, пальцы рук немели, приходилось останавливаться и отогревать руки. На склонах встречались ледяные сосульки (фото 4). На момент прохождения ПП необходимо пройти акклиматизацию и освоить высоту 4350 м, как минимум, желательно выше.

60% ПП пройдено при околонулевых температурах, 3-6 градусов.

Карта препятствия



Высотный профиль



Фотографии

1

2

3

4

5

6

7

8

9

Расчёт категории трудности протяжённого препятствия

Кпр - коэффициент протяжённости

Протяжённость препятствия (Lпп): 76.993 км

Протяжённость ЛП (Lлп): 0 км

Кпр = 1 + (Lпп - Lлп)/100 = 1.77

Кпк - коэффициент покрытия

Протяжённость препятствия: 76993 м

Характеристика покрытия

№	Длина участка, м	Вид покрытия	Кпк	Примечание
1	4000	Мелкий камень, дорога хорошего качества, сухая	1.20	фото 8, 9
2	72993	Асфальт/бетон, дорога хорошего качества, сухая	0.80	фото 1-7

Кпк = 0.82

Кнв - коэффициент набора высоты

Суммарный набор высоты: 726 м

Кнв = 1.36

Ккр - коэффициент крутизны

Средний уклон подъёмов: 4.89%

Средний уклон спусков: 4.41%

Ккр = 1.08

Кв - коэффициент высоты

Район похода: Гималаи

Средневзвешенная высота: 4462.60 м

Кв = 2.15

С*Г - сезонно-географический показатель

Сезонный фактор: Благоприятный сезон

С = 1.00

Географический фактор: Неблагоприятные районы

Г = 1.20

Категорирование протяжённого препятствия

КТ = 1.77 * 0.82 * 1.36 * 1.08 * 2.15 * 1.00 * 1.20 = 5.50

Препятствие соответствует **III категории трудности**

Паспорт протяженного препятствия 2 (спуск по ущелью р. Марха).

Общие сведения

Наименование:	**спуск по ущелью Марха**
Страна:	**Индия**
Регион:	**Гималаи**
Границы:	**Лагерь Нималинг - посёлок Скиу**
Характер дороги:	**хорошего, среднего, сверхнизкого качества**
Характер покрытия:	**грунт, камень**
Время прохождения:	**18-19.09.2019**
Автор паспорта:	**Шонин Сергей**
Ссылка на видео:	
Категория трудности:	**3**
Статус паспорта:	**утверждён 24.11.2019**

Параметры препятствия

Протяжённость, м:	**41050**
Максимальная высота, м:	**4851**
Минимальная высота, м:	**3392**
Набор высоты, м:	**264**
Сброс высоты, м:	**1723**
Количество точек GPS-трека:	**1179**
Усреднённый интервал между точками GPS-трека, м:	**35**
Общее ходовое время:	**21 ч. 57 мин. 25 сек.**
Чистое ходовое время:	**5 ч. 45 мин. 3 сек.**
Общая скорость движения:	**1.87 км/ч**
Средняя ходовая скорость:	**7.14 км/ч**

Параметры учётной записи

№ учётной записи:	**2587**
Загрузил:	**SSV1983**
Дата загрузки:	**10.10.2019**
URL:	**http://velotrex.ru/files/1570699778_5d9efa02b5b0e.xml**

Описание препятствия

Первопрохождение.

Описание прохождения.

0 км/4847 м. Кемпинг Нималинг с юртами и местами под палатки и возможностью покушать, рядом

также есть множество ровных мест, но, скорее всего, с вас всё равно попросят деньги.
0 км/4847 м - 30.8 км/3610 м. Тропа хорошего качества (фото 1-4), чередуется с тропой с множеством ТП в виде скальных выходов и крупных подвижных камней, крутых спусков с поворотами на 180 градусов, завалов камней (фото 5-10). Тропа достаточно техничная, порой проходит по краю склона.
ЛП переправа н/к (фото 17, 18): 10.0 км/4074 м - 1 шт; 19.7 км/3804 м - 2 шт; 35.4 км/3506 м - 1 шт.
20.1 км/3780 м. Посёлок Markha. Можно спросить у местных жителей про ночёвку, скорее всего, вы будете ночевать под крышей.
30.8 км/3610 м. Дорога. Сейчас к посёлку Маркха строится дорога. Мы не доехали до посёлка Скиу 2 км - из посёлка у нас был запланирован трансфер на следующий участок. Поэтому мы проехали по дороге 10350 м. Дорога разного качества: укатанная грунтовка (фото 11), разбитая грунтовка со множеством пыли (фото 12, 13), разбитый крупный камень (фото 14 - 16). В сухую погоду приходится держать дистанцию в 100 м между участниками, чтобы поднятая пыль успевала оседать.
Чистое ходовое время составило 3 ч 20 мин.

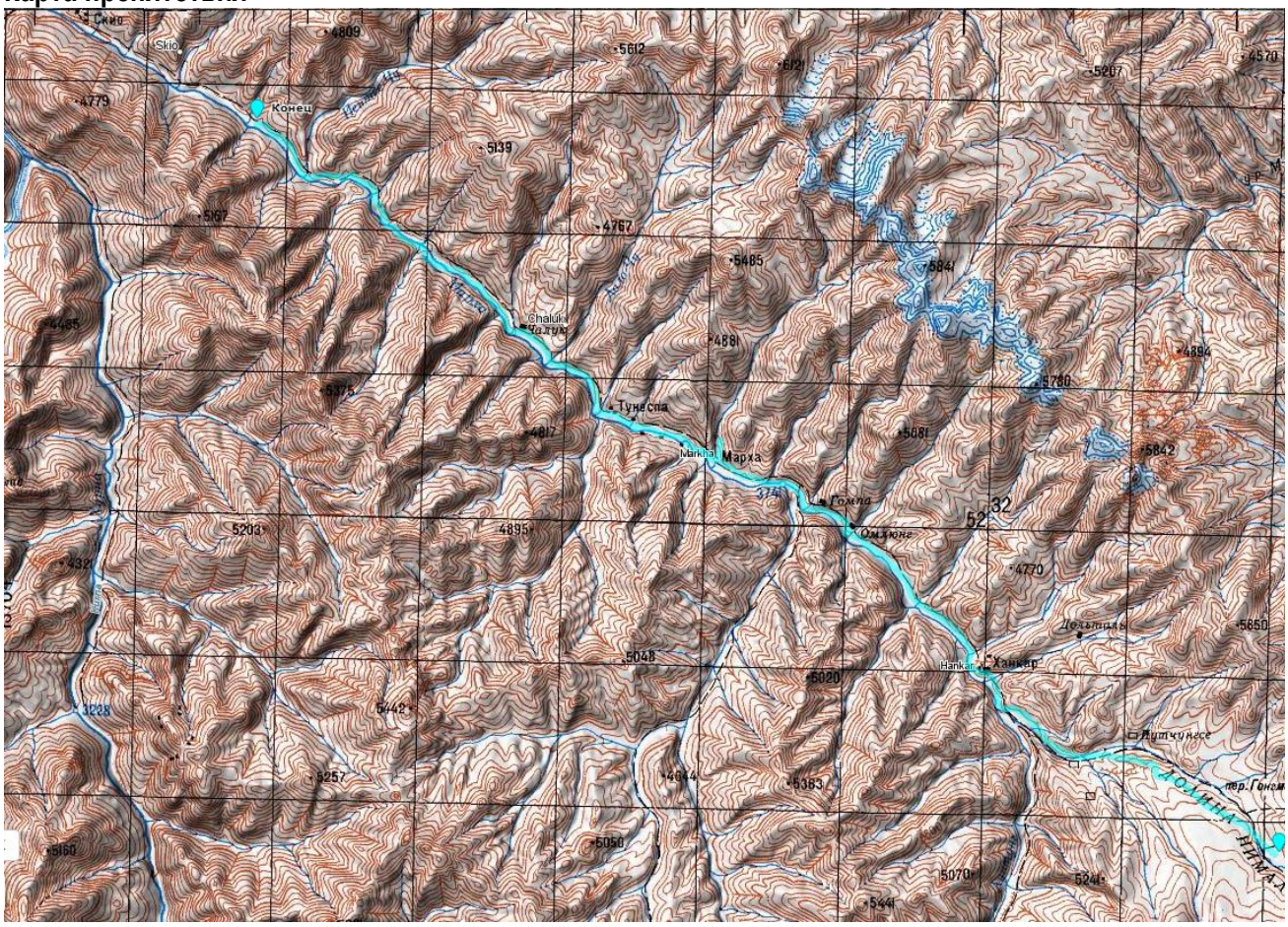
Особые условия прохождения.
Мы проходили ПП в сухую и солнечную погоду, при мокром покрытии, КТ может увеличиться вплоть до 5 КТ. Можно увеличить Кпр (у нас был запланирован трансфер), в таком случае ПП может увеличиться до 4 КТ.

Возможные опасности и меры безопасности.
Несколько бродов – при высокой температуре или обильных осадках, может понадобиться коллективная страховка или навешивание перил. Мы проходили в солнечную погоду без осадков.
Возможность камнепадов – на грунтовых склонах или в каньонах возможны камнепады. Поэтому шлемы снимать нельзя, а также стоит смотреть на склоны (к тому же они красивые) и своевременно подавать команду "Камень" остальным участникам.
Узкие тропы по отвесным склонам – навстречу попадаются пешие группы в сопровождении гужевого транспорта (они преимущественно идут с другой стороны, пешим туристам так удобнее в связи с профилем рельефа) стоит быть внимательнее на слепых поворотах – подавать звуковые сигналы.
Большая высота – для ночёвки в лагере Нималинг минимальная освоенная высота должна быть 4250 м, в идеале выше. В нашей группе ежедневно дважды в день (а порой и дополнительно в процессе передвижения) проводился мониторинг состояния группы на предмет выявления признаков Горной болезни, для принятия конкретных мер по улучшению состояния участников.

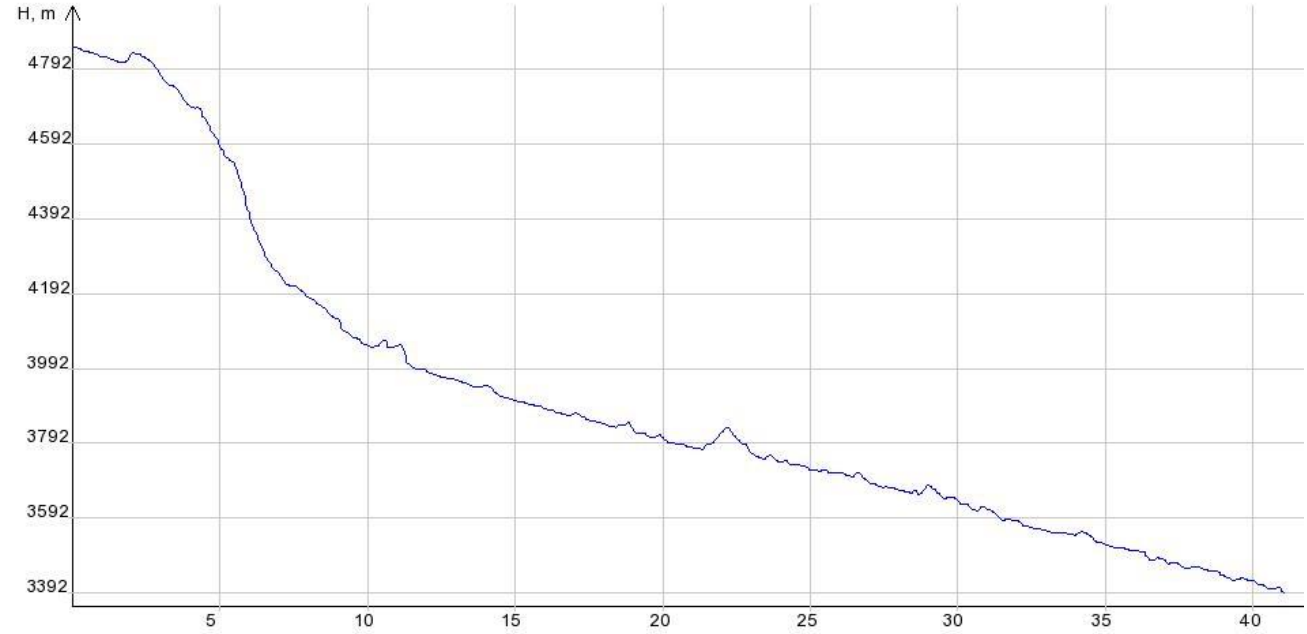
Тактика прохождения.
Был изучен профиль рельефа, и принято решение двигаться именно в этом направлении - ПП идёт на уменьшение абсолютной высоты на несколько десятков километров.
К моменту прохождения ПП основная часть акклиматизации была пройдена – высота освоена до 4700 м включительно.
Мы перемещались по автономным участкам с минимальным необходимым снаряжением, что позволяло уменьшить вес рюкзаков до 10/8 кг на мужчину/женщину (списки снаряжения, ремнабора и аптечки будут указаны в отчёте).
На неавтономных участках нас сопровождала машина технической поддержки.
Малый вес рюкзаков позволил практически всё ПП проехать в седле, за исключением переправ через речку. Полноразмерный рюкзак создаст сложности при езде, но даже с ним можно покататься. Тактика прохождения ПП себя оправдала в полной мере.

Дополнительные полезные сведения.
Магазинов на ПП нет, с водой проблем тоже нет (если нет паводка, вода в реке чистая), воду пили из примыкающих руьёв и из основной речки. По пути встречаются маленькие населённые пункты (Hankar, Umlung, Thinless Pa и т.д.), часто видны надписи tea tent и homestay.

Карта препятствия



Высотный профиль



Фотографии

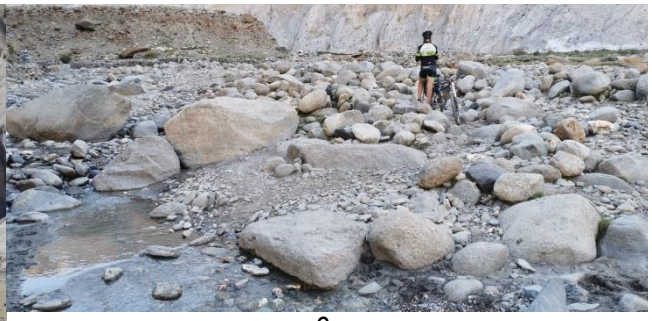
1.

2.

3.

4.

5.



6.

7.

8.

9.

10.

11.

12.

13.

14.

15.

16.

17.

18.

Расчёт категории трудности протяжённого препятствия

Кпр - коэффициент протяжённости

Протяжённость препятствия (Lпп): 41.05 км

Протяжённость ЛП (Lлп): 0 км

Кпр = 1 + (Lпп - Lлп)/100 = 1.41

Кпк - коэффициент покрытия

Протяжённость препятствия: 41050 м

Характеристика покрытия

№	Длина участка, м	Вид покрытия	Кпк	Примечание
1	3050	Грунт, дорога разбитая, сухая	1.90	фото 12, 13
2	8200	Грунт, дорога/тропа со множеством ТП, сухая	2.50	фото 5-10
3	22500	Грунт, тропа хорошего качества, сухая	1.90	фото 1-4
4	4350	Крупный камень, дорога разбитая, сухая	1.90	фото 14 - 16
5	2950	Грунт, дорога укатанная, сухая	1.40	фото 11

Кпк = 1.98

Кнв - коэффициент набора высоты

Суммарный набор высоты: 264 м

Кнв = 1.13

Ккр - коэффициент крутизны

Средний уклон подъёмов: 6.32%

Средний уклон спусков: 7.33%

Ккр = 1.19

Кв - коэффициент высоты

Район похода: Гималаи

Средневзвешенная высота: 3906.93 м

Кв = 1.77

С*Г - сезонно-географический показатель

Сезонный фактор: Благоприятный сезон

С = 1.00

Географический фактор:

Неблагоприятные районы

Г = 1.20

Категорирование протяжённого препятствия

КТ = 1.41 * 1.98 * 1.13 * 1.19 * 1.77 * 1.00 * 1.20 = 7.97

Препятствие соответствует **III категории трудности**

Паспорт протяжённого препятствия 3 (перевал Синге Ла)

Общие сведения

Наименование:	**перевал Синге ла с севера**
Страна:	**Индия**
Регион:	**Гималаи**
Границы:	**Брод через безымянную речку, начало серпантина - конец серпантина**
Характер дороги:	**хорошего и среднего качества**
Характер покрытия:	**грунт**

Время прохождения:	**20.09.2019**
Автор паспорта:	**Шонин Сергей**
Ссылка на видео:	
Категория трудности:	**4**
Статус паспорта:	**утверждён 24.11.2019**

Параметры препятствия

Протяжённость, м:	**18351**
Максимальная высота, м:	**4965**
Минимальная высота, м:	**4302**
Набор высоты, м:	**665**
Сброс высоты, м:	**431**
Количество точек GPS-трека:	**544**
Усреднённый интервал между точками GPS-трека, м:	**34**
Общее ходовое время:	**4 ч. 41 мин. 54 сек.**
Чистое ходовое время:	**2 ч. 52 мин. 54 сек.**
Общая скорость движения:	**3.91 км/ч**
Средняя ходовая скорость:	**6.37 км/ч**

Параметры учётной записи

№ учётной записи:	**2592**
Загрузил:	**SSV1983**
Дата загрузки:	**11.10.2019**
URL:	**http://velotrex.ru/files/1570781508_5da03944eb804.xml**

Описание препятствия
Первопрохождение в данном направлении.

Описание прохождения.

0 км/4297 м. ПП начинается с брода (фото 1). Дальше идёт подъём по укатанной грунтовке (фото 2-4), периодически на подъёме попадаются участки разбитого грунта (фото 7).
3.0 км/4464 м. Развилка: одна дорога продолжает идти с планомерным набором вверх, другая уходит правее и вниз. Мы не хотели сбрасывать высоту и поехали прямо.
4.5 км/4526 м. Дороги снова сошлись.
12.0 км/4949 м. Перевал (фото 11). Спуск с перевала начинается по разбитой грунтовке (фото 8, 9), но через несколько километров грунтовка снова становится укатанной (фото 5, 6) до конца ПП.
ПП полностью проезжается в седле.
Особых условий прохождения не имеет.

Возможные опасности и меры безопасности.

Возможность камнепадов – на грунтовых склонах или в каньонах возможны камнепады. Поэтому шлемы снимать нельзя, а также стоит смотреть на склоны и своевременно подавать команду «Камень» остальным участникам.

Большая высота – на момент прохождения данного перевала минимальная освоенная высота должна быть 3950 м, в идеале выше. В нашей группе ежедневно дважды в день (а порой и дополнительно в процессе передвижения) проводился мониторинг состояния группы на предмет выявления признаков Горной болезни, для принятия конкретных мер по улучшению состояния участников.

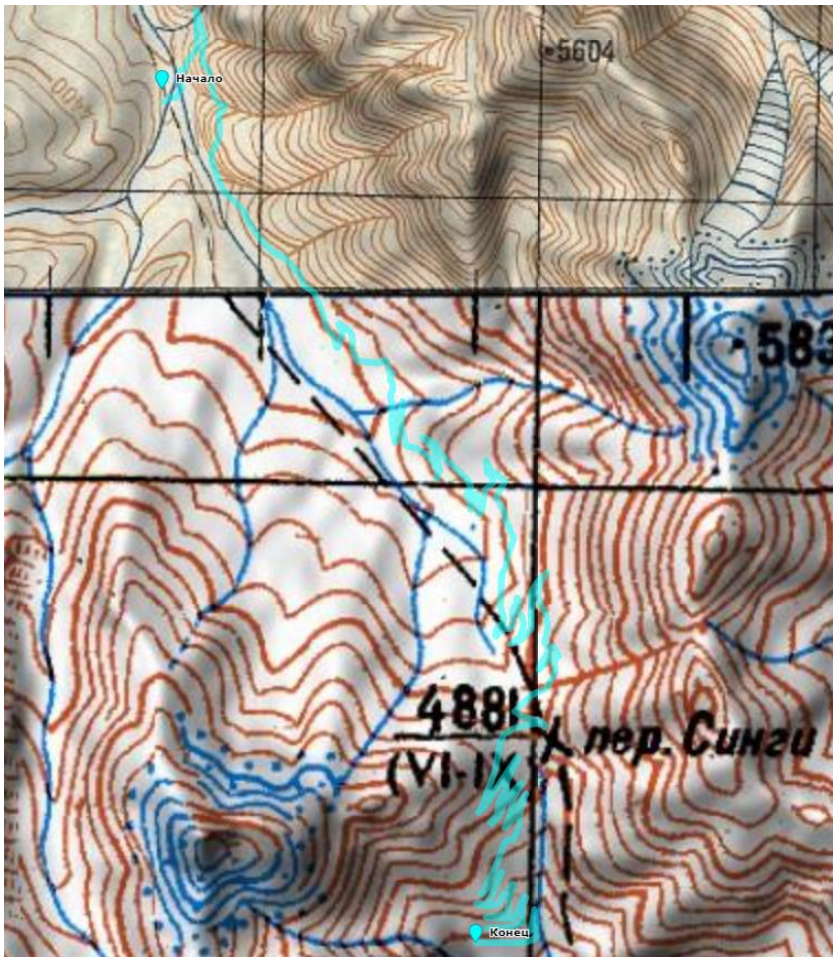
Тактика прохождения.

К моменту прохождения ПП, основная часть акклиматизации была пройдена, высота освоена до 4700 м включительно, пройдены перевалы 5250 м и 5350 м. Мы перемещались по автономным участкам с минимальным необходимым снаряжением, что позволяло уменьшить вес рюкзаков до 10/8 кг на мужчину/женщину соответственно (списки снаряжения, ремнабора и аптечки будут указаны в отчёте).

Дополнительные полезные сведения.

Магазинов на ПП нет. Воду можно набрать в речке (переправа н/к) в самом начале ПП, далее, через 4 км, потом воды не будет до посёлка Lingshed.

Карта препятствия



Высотный профиль

Фотографии

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

Расчёт категории трудности протяжённого препятствия

Кпр - коэффициент протяжённости

Протяжённость препятствия (Lпп): 18.351 км

Протяжённость ЛП (Lлп): 0 км

Кпр = 1 + (Lпп - Lлп)/100 = 1.18

Кпк - коэффициент покрытия

Протяжённость препятствия: 18351 м

Характеристика покрытия

№	Длина участка, м	Вид покрытия	Кпк	Примечание
1	14901	Грунт, дорога укатанная, сухая	1.40	фото 2-6
2	3450	Грунт, дорога разбитая, сухая	1.90	фото 7-9

Кпк = 1.49

Кнв - коэффициент набора высоты

Суммарный набор высоты: 665 м

Кнв = 1.33

Ккр - коэффициент крутизны

Средний уклон подъёмов: 6.63%

Средний уклон спусков: 6.60%

Ккр = 1.61

Кв - коэффициент высоты

Район похода: Гималаи

Средневзвешенная высота: 4668.23 м

Кв = 2.22

С*Г - сезонно-географический показатель

Сезонный фактор: Благоприятный сезон

С = 1.00

Географический фактор: Неблагоприятные районы

Г = 1.20

Категорирование протяжённого препятствия

КТ = 1.18 * 1.49 * 1.33 * 1.61 * 2.22 * 1.00 * 1.20 = 10.03

Препятствие соответствует **IV категории трудности**

Паспорт протяженного препятствия 4 (траверс хр. Парфи Ла).

Общие сведения

Наименование:	**траверс хребта Парфи ла с севера**
Страна:	**Индия**
Регион:	**Гималаи**
Границы:	**мост через реку Ома - мост через реку Занскар у деревни Пидмо**
Характер дороги:	**среднего и сверхнизкого качества**
Характер покрытия:	**грунт, камень**
Время прохождения:	**23.09.2019**
Автор паспорта:	**Шонин Сергей**
Ссылка на видео:	
Категория трудности:	**4**
Статус паспорта:	**утверждён 24.11.2019**

Параметры препятствия

Протяжённость, м:	**16709**
Максимальная высота, м:	**3921**
Минимальная высота, м:	**3383**
Набор высоты, м:	**852**
Сброс высоты, м:	**827**
Количество точек GPS-трека:	**497**
Усреднённый интервал между точками GPS-трека, м:	**34**
Общее ходовое время:	**8 ч. 19 мин. 2 сек.**
Чистое ходовое время:	**4 ч. 36 мин. 14 сек.**
Общая скорость движения:	**2.01 км/ч**
Средняя ходовая скорость:	**3.63 км/ч**

Параметры учётной записи

№ учётной записи:	**2589**
Загрузил:	**SSV1983**
Дата загрузки:	**10.10.2019**
URL:	**http://velotrex.ru/files/1570714568_5d9f33c84592c.xml**

Описание препятствия

Первопрохождение в данном направлении.

Описание прохождения.

0 км/3370 м. ПП начинается от моста через реку Ома-чу. Начинается с ЛП "перевальный взлёт" (фото 1-3), крутой уклон 25% , рыхлая тропа, скальные выходы, камни - стоит открутить педали и нести рюкзак за

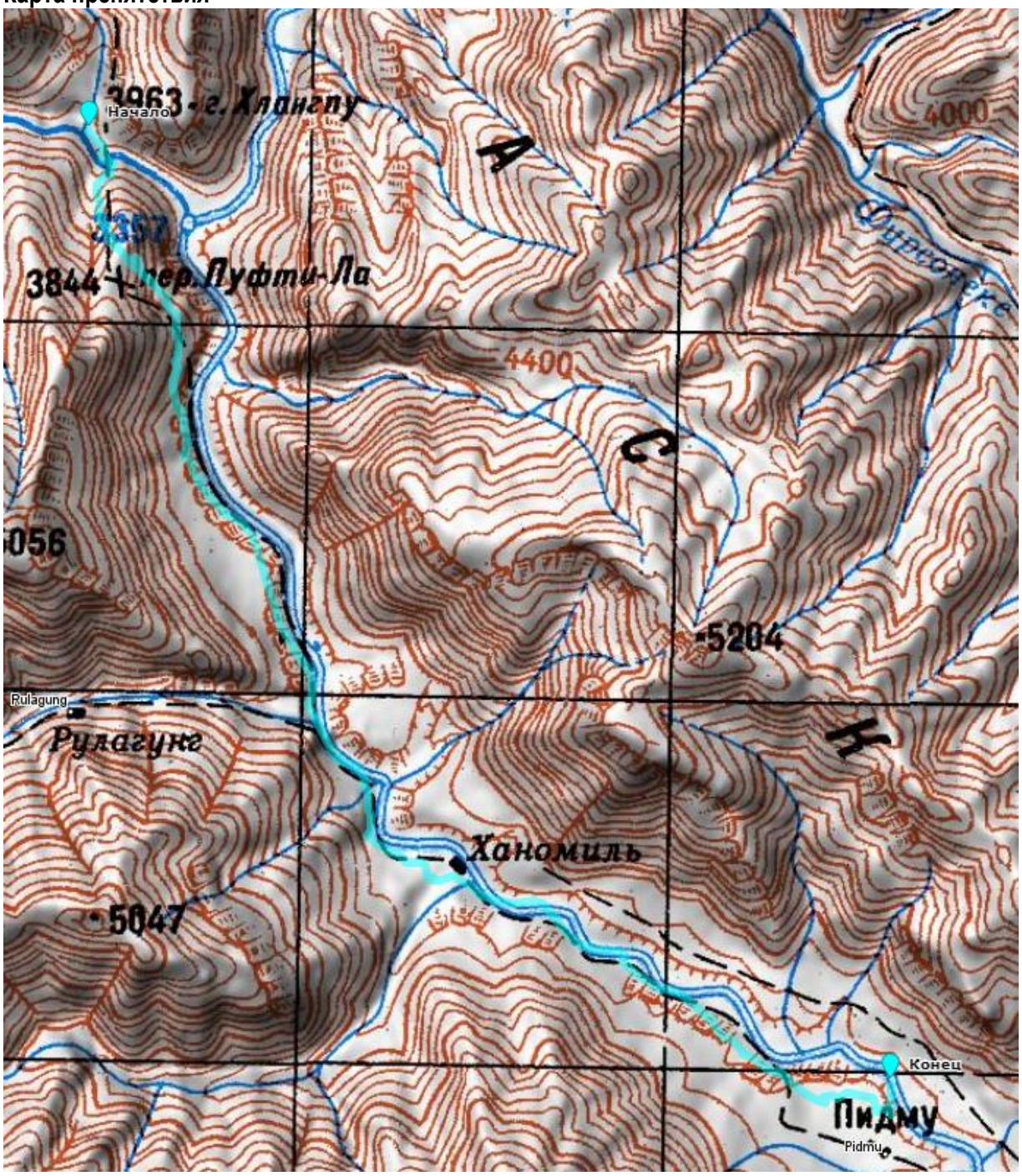
спиной (возможно челночить).
2.2 км/3901 м. Перевал (фото 20). С перевала вниз идёт тропа со множеством ТП (фото 4 и 6) в виде камней и скальных выступов на протяжении - можно катить велосипед с рюкзаком.
4.2 км/3481м - 16.7 км/3389 м. До конца ПП у моста через реку Занскар в посёлке Пидмо, будет преимущественно каменистая тропа плохого качества (фото 5, 7, 8, 9, 16), также будет 3 участка с тропой хорошего качества (фото 10-15) - 1 км, 480 м и 2.4 км перед самим посёлком Пидмо. Никаких глобальных подъёмов или спусков нет, тропа идёт траверсом по склону.
7.8 км/3394 м - 8.9 км/3409 м. ЛП каньон 1а (фото 17).
9.6 км/3387 м - 10.0 км/3398 м. ЛП каньон 1а (фото 18).
10.4 км/3413 м. Посёлок Hanumil, видели табличку хоумстэй. Есть места под палатки, примыкающая речка.
11.4 км/3396 м - 11.7 км/3389 м. ЛП каньон 1а (фото 19).
На прохождение ПП было затрачено 7 ч 30 мин грязного времени.

Особые условия прохождения.
Не имеет.

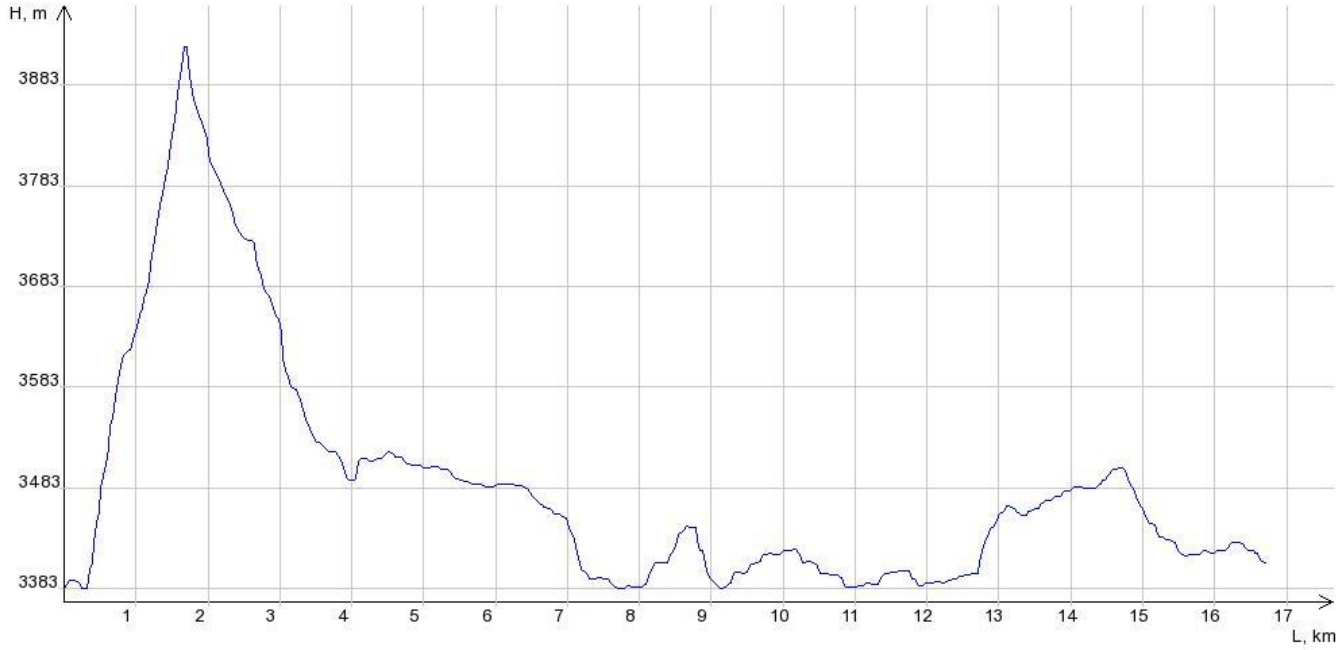
Возможные опасности и меры безопасности.
Возможность камнепадов – на грунтовых склонах и на локальных серпантинах возможны камнепады. Поэтому шлемы снимать нельзя, а также стоит смотреть на склоны (к тому же они красивые). Своевременно подавать команду Камень! остальным участникам.
Узкие тропы по отвесным склонам, прижимам – велосипеды со снятыми педалями катили со стороны обрыва, местами несли навесу.
Большая высота – на момент прохождения данного перевала минимальная освоенная высота должна быть 2950 м, в идеале выше. В нашей группе ежедневно дважды в день (а порой и дополнительно в процессе передвижения) проводился мониторинг состояния группы на предмет выявления признаков Горной болезни, для принятия конкретных мер по улучшению состояния участников.

Тактика прохождения.
К моменту прохождения ПП основная часть акклиматизации была пройдена – высота освоена до 4700 м включительно.
Проанализировав тактику подъёма на Kongmarula, было решено использовать гужевой транспорт (в виде ослов) для перевозки снаряжения на пешем участке Lingshed – Hanumala – Parfila, оставив самый минимум необходимого снаряжения, что позволило уменьшить вес рюкзаков до 3 кг.
Тактика и стратегия прохождения себя оправдала на 100 процентов, 2.2 км перевального взлёта с уклоном 25% преодолели за 1.5 часа. С перевала движение продолжили с велорюкзаками. Как выяснилось позднее, двигаться в седле, даже с рюкзаком в 10 кг, было мало где возможно. Местами приходилось переносить велосипед на себе. Тем не менее, нам удалось за день проехать почти 60 км и добраться до г. Падум. Эмоциональное и физическое состояние участников при этом было на высоте! С полноразмерным рюкзаком ездить возможностей будет ещё меньше, к тому же увеличивается расход энергии, время прохождения ПП и падает эмоциональное состояние.
Дополнительные полезные сведения.
Воду набирали в реке у стоянки с утра. Река Занскар была очень грязная, дальше набирали воду из примыкающих ручьёв, которые периодически попадаются.
Перед п. Pidmo не стоит ехать напрямик к мосту (как мы это сделали), лучше доехать по хорошей тропе до посёлка, а оттуда уже к мосту. В противном случае можно попасть в лабиринт заборов из колючей проволоки и арыков.

Карта препятствия



Высотный профиль



Фотографии

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

Расчёт категории трудности протяжённого препятствия
Кпр - коэффициент протяжённости

Протяжённость препятствия (Lпп): 16.709 км

Протяжённость ЛП (Lлп): 3.97 км

Кпр = 1 + (Lпп - Lлп)/100 = 1.13

Кпк - коэффициент покрытия
Протяжённость препятствия: 16709 м
Характеристика покрытия

№	Длина участка, м	Вид покрытия	Кпк	Примечание
1	3880	Грунт, тропа хорошего качества, сухая	1.90	фото 10-15
2	8859	Крупный камень, дорога/тропа со множеством ТП, сухая	2.50	фото 4-9 и 16
3	2200	ЛП	-	фото 1-3
4	1770	ЛП	-	фото 17-19

Кпк = 2.32
Кнв - коэффициент набора высоты
Суммарный набор высоты: 852 м
Кнв = 1.43
Ккр - коэффициент крутизны
Средний уклон подъёмов: 16.54%
Средний уклон спусков: 12.58%
Ккр = 1.76
Кв - коэффициент высоты
Район похода: Гималаи
Средневзвешенная высота: 3486.78 м
Кв = 1.55
С*Г - сезонно-географический показатель
Сезонный фактор: Благоприятный сезон
С = 1.00
Географический фактор: Неблагоприятные районы
Г = 1.20
Категорирование протяжённого препятствия
КТ = 1.13 * 2.32 * 1.43 * 1.76 * 1.55 * 1.00 * 1.20 = 12.27
Препятствие соответствует **IV категории трудности**

Паспорт протяженного препятствия 5 (подъем по ущелью р. Царап-Лингти-Чу).

Общие сведения

Наименование:	**подъём по ущелью реки Царап-Лингти-Чу**
Страна:	**Индия**
Регион:	**Гималаи**
Границы:	**город Падум - мост через реку Нири Чу в районе Пуне гомпа**
Характер дороги:	**высокого, хорошего, среднего, и сверхнизкого качества**
Характер покрытия:	**асфальт, грунт, камень, песок**
Время прохождения:	**24-25.09.2019**
Автор паспорта:	**Шонин Сергей**
Ссылка на видео:	
Категория трудности:	**4**
Статус паспорта:	**утверждён 26.11.2019**

Параметры препятствия

Протяжённость, м:	**49386**
Максимальная высота, м:	**4063**
Минимальная высота, м:	**3575**
Набор высоты, м:	**1217**
Сброс высоты, м:	**1003**
Количество точек GPS-трека:	**1440**
Усреднённый интервал между точками GPS-трека, м:	**34**
Общее ходовое время:	**7 ч. 43 мин. 10 сек.**
Чистое ходовое время:	**5 ч. 47 мин. 44 сек.**
Общая скорость движения:	**6.4 км/ч**
Средняя ходовая скорость:	**8.52 км/ч**

Параметры учётной записи

№ учётной записи:	**2591**
Загрузил:	**SSV1983**
Дата загрузки:	**11.11.2019**
URL:	**http://velotrex.ru/files/1573466849_5dc932e19dc50.xml**

Описание препятствия

Первопрохождение в данном направлении.

Описание прохождения.

Индусы проложили дорогу от Падума до Дарчи через перевал Шинго ла.

0 км/3568 м. Город Падум. ПП начинается от города со свежего асфальта (фото 1).

6.0 км/3593 м. Преимущественно мелкокаменистая укатанная дорога (фото 3) чередуется с крупнокаменистой укатанной дорогой (фото 7).

8.9 км/3603 м – 9.9 км/3652. Дорога идёт по рыхлому песчаному покрытию глубиной более 2 см (фото 12), в конце храм Бурдум Гомпа. После дорога снова преимущественно мелкокаменистая укатанная (фото 4) чередуется с крупнокаменистой укатанной дорогой (фото 10).

18.5 км/3832 м. Плохой асфальт (фото 2). Посёлок Реру.

22.6 км/3755 м. Мелко (фото 5-6) и крупно (фото 8, 9, 11) каменистая укатанная дорога до посёлка Чар.

28.1 км/3710 м. Мост на другой берег реки.

45.5 км/3841 м. Посёлок Чар. Дорога идёт в гору с уклоном 13% на протяжении 1.5 км по дороге с участками рыхлого песка глубиной более 2 см (фото 14).

47.3 км/4054 м. Локальный перевал. Укатанная мелкокаменистая дорога, а вот на спуске, последние 1.5 км до моста, дорога с рыхлым песчаным покрытием глубиной более 2 см (фото 13).

Грязное время прохождения ПП 7 ч 50 мин.

Особые условия прохождения.

При более влажной погоде, песчаное покрытие может стать грунтовым, что может повлиять на КТ ПП.

Возможные опасности и меры безопасности.

Возможность камнепадов – на грунтовых склонах и прижимах. Поэтому шлемы снимать нельзя, а также стоит смотреть на склоны и своевременно подавать команду Камень остальным участникам.

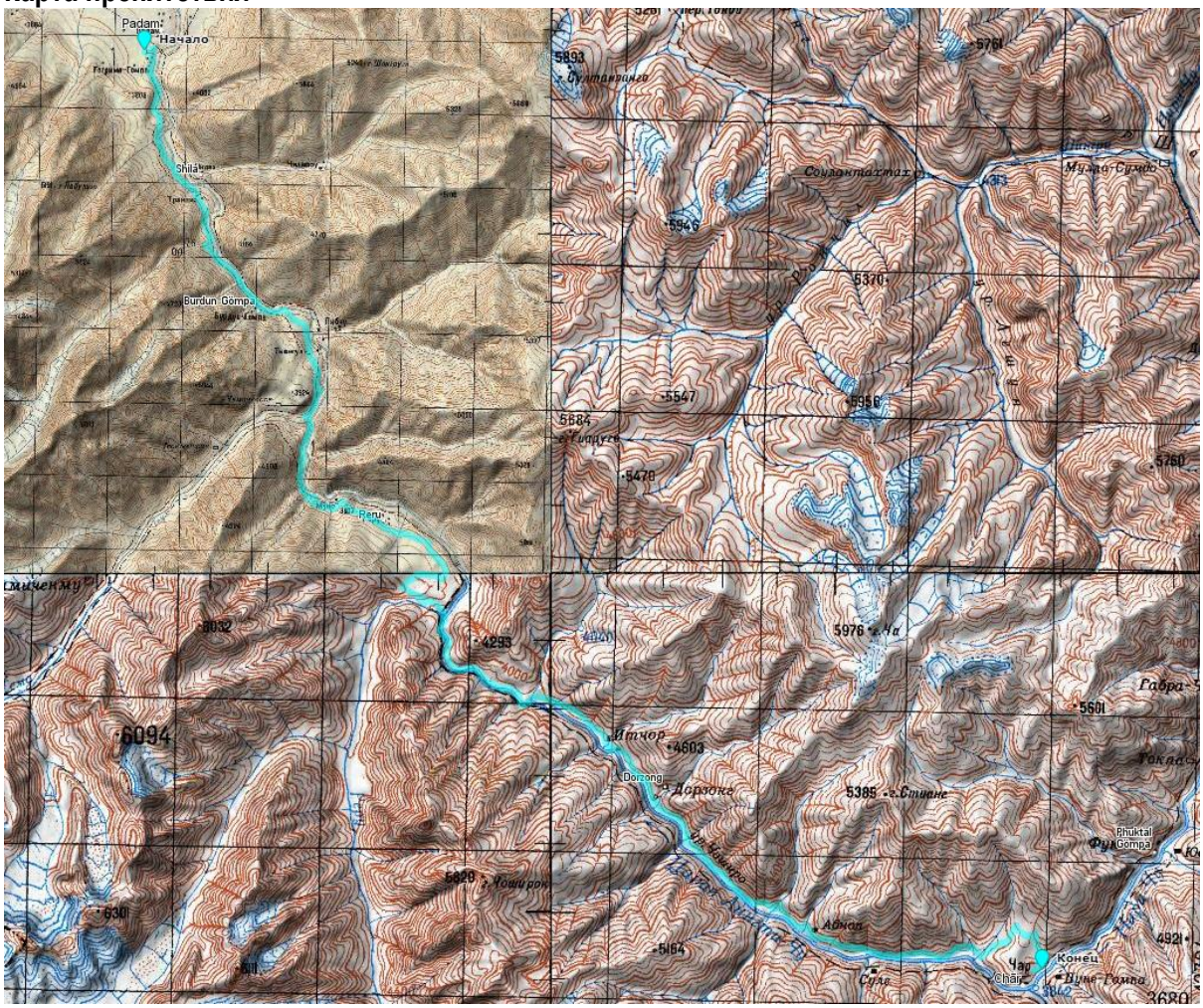
Слепые повороты – необходимо слушать звуковые сигналы встречных автомобилей, своевременно

притормаживать и сходить на обочину.

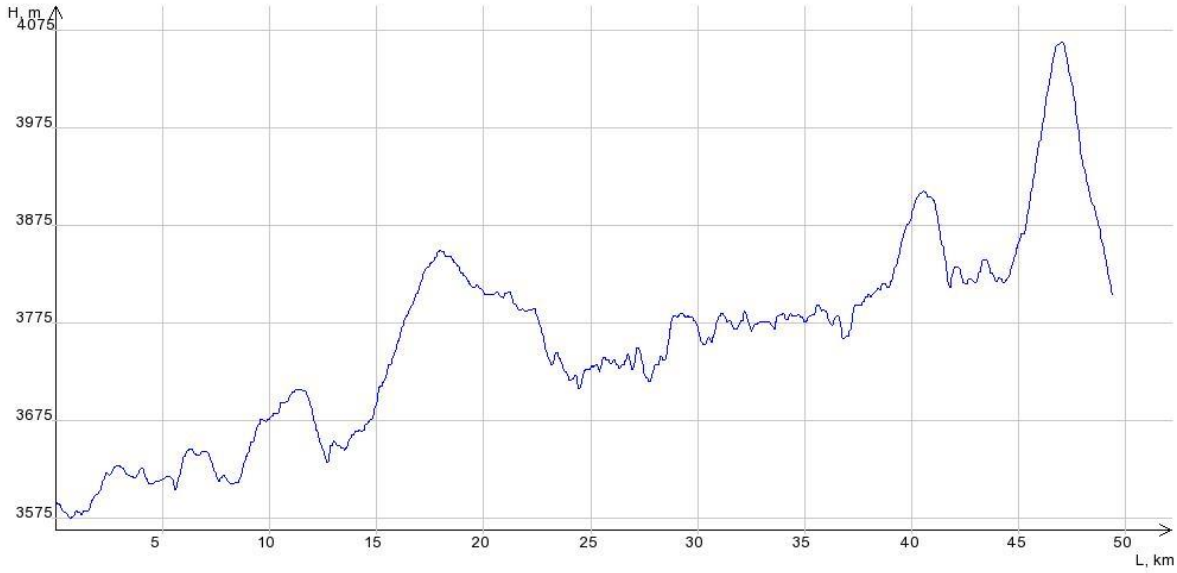
Тактика прохождения.
Мы перемещались по автономным участкам с минимальным необходимым снаряжением, что позволяло уменьшить вес рюкзаков до 10/8 кг на мужчину/женщину (списки снаряжения, ремнабора и аптечки будут указаны в отчёте). Малый вес рюкзаков на спусках позволял кататься в удовольствие даже по самому плохому покрытию, тем самым, ещё больше увеличивая среднюю скорость.

Дополнительные полезные сведения.
На ПП множество посёлков, есть возможность остановиться на ночлег под крышей. Магазинов нет.

Карта препятствия



Высотный профиль



Фотографии

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

Расчёт категории трудности протяжённого препятствия

Кпр - коэффициент протяжённости

Протяжённость препятствия (Lпп): 49.386 км

Протяжённость ЛП (Lлп): 0 км

Кпр = 1 + (Lпп - Lлп)/100 = 1.49

Кпк - коэффициент покрытия

Протяжённость препятствия: 49386 м

Характеристика покрытия

№	Длина участка, м	Вид покрытия	Кпк	Примечание
1	6000	Асфальт/бетон, дорога хорошего качества, сухая	0.80	фото 1
2	4100	Асфальт/бетон, дорога разбитая, сухая	1.20	фото 2
3	24450	Мелкий камень, дорога хорошего качества, сухая	1.20	фото 3-6
4	10836	Крупный камень, дорога хорошего качества, сухая	1.30	фото 7-11
5	2500	Песок, дорога рыхлая, сухая	3.50	фото 12, 13
6	1500	Песок, дорога разбитая, сухая	1.90	фото 14

Кпк = 1.31

Кнв - коэффициент набора высоты

Суммарный набор высоты: 1217 м

Кнв = 1.61

Ккр - коэффициент крутизны

Средний уклон подъёмов: 7.17%

Средний уклон спусков: 6.65%

Ккр = 1.45

Кв - коэффициент высоты

Район похода: Гималаи

Средневзвешенная высота: 3757.22 м

Кв = 1.68

С*Г - сезонно-географический показатель

Сезонный фактор: Благоприятный сезон

С = 1.00

Географический фактор: Неблагоприятные районы

Г = 1.20

Категорирование протяжённого препятствия

КТ = 1.49 * 1.31 * 1.61 * 1.45 * 1.68 * 1.00 * 1.20 = 9.19

Препятствие соответствует **IV категории трудности**

Паспорт протяженного препятствия 6 (перевал Шинго Ла с севера).

Общие сведения

Наименование:	**перевал Шинго ла с севера**
Страна:	**Индия**
Регион:	**Гималаи**
Границы:	**Мост через реку Нири Чу в районе Пуне гомпа - мост через реку Барай**
Характер дороги:	**хорошего, среднего и сверхнизкого качества**
Характер покрытия:	**грунт, камень, песок**
Время прохождения:	**25.09.2019**
Автор паспорта:	**Шонин Сергей**
Ссылка на видео:	
Категория трудности:	**5**
Статус паспорта:	**утверждён 27.11.2019**

Параметры препятствия

Протяжённость, м:	**66592**
Максимальная высота, м:	**5052**
Минимальная высота, м:	**3797**
Набор высоты, м:	**1693**

Сброс высоты, м:	**1561**
Количество точек GPS-трека:	**1952**
Усреднённый интервал между точками GPS-трека, м:	**34**
Общее ходовое время:	**25 ч. 41 мин. 33 сек.**
Чистое ходовое время:	**9 ч. 12 мин. 35 сек.**
Общая скорость движения:	**2.59 км/ч**
Средняя ходовая скорость:	**7.23 км/ч**

Параметры учётной записи

№ учётной записи:	**2590**
Загрузил:	**SSV1983**
Дата загрузки:	**11.11.2019**
URL:	**http://velotrex.ru/files/1573462333_5dc9213d19a5d.xml**

Описание препятствия
Первопрохождение в данном направлении.

Описание прохождения.
0 км/3790 м. От моста начинается подъём с уклоном 9%. Покрытие: грунтовое разбитое с множеством ТП в виде пылевых наносов (фото 32) чередуется с разбитым крупнокаменистым (фото 33 и 34).
2 км/3953 м – 23.3 км/4114 м. Преимущественно грунтовая укатанная дорога (фото 47-49). Местами попадаются участки разбитой крупнокаменистой дороги (фото 35).
14 км/3972 м. Посёлок Тангзи. Можно переночевать у местных жителей и поесть. Магазинов нет.
23.3 км/4114 м. Посёлок Керджиак. КПП и проверка документов. Можно спросить у местных жителей про ночлег, не думаю, что откажут. Живут бедно. Магазинов нет.
23.3 км/4114 м. Покрытие меняется на разбитое крупнокаменистое (фото 36). После чего дорога становится грунтовой разбитой с множеством ТП в виде пылевых наносов (фото 37-39), также присутствует кусок порядка 1.7 км со сплошным пылевым покрытием глубиной более 5 см (фото 40).
33.5 км/4328 м. Покрытие меняется на крупнокаменистое разбитое со множеством ТП в виде частых бродов (41-46).
38.2 км/4475 м. Начинается серпантин, сначала идёт укатанный грунтовый крутой подъём пару витков (фото 6), далее более пологий, но грунт разбитый (фото 21). После серпантина рельеф более пологий, разбитая дорога мелкокаменистая. Так продолжается до начала следующего серпантина, где покрытие меняется на разбитую дорогу из крупного камня (фото 2). После, дорога становится снова пологой, а покрытие мелкокаменистое разбитое (фото 22).
43 км/4723 м. Переправа н/к (фото 23). После начинается крутой уклон, покрытие меняется: разбитая дорога с крупным (фото 3-5, 24) и мелким камнем (фото 13-16) + разбитая грунтовка (фото 11, 25).
46.3 км/5042 м. Перевал. Укатанная грунтовка (фото 12, 26). Локальный спуск.
47.0 км/5014 м. Озеро. Переправа н/к (фото 27).
47.7 км/5038 м. Вторая пиковина перевала. Начинается спуск. Часто меняется покрытие: разбитая дорога от мелкого (фото 17, 18) до крупного камня (фото 30, 31) + разбитая и укатанная (фото 7) грунтовка. Также есть участок с множеством технических препятствий в виде бродов (фото 8-10, 28).
Общее количество переправ н/к на ПП = 15 (фото 8-10, 20, 44-46).
ПП заканчивается на мосту через реку Барай (фото 19).
Грязное время прохождения 12 ч 45 мин.

Особые условия прохождения.
С сырым покрытием может иметь 6 кт.

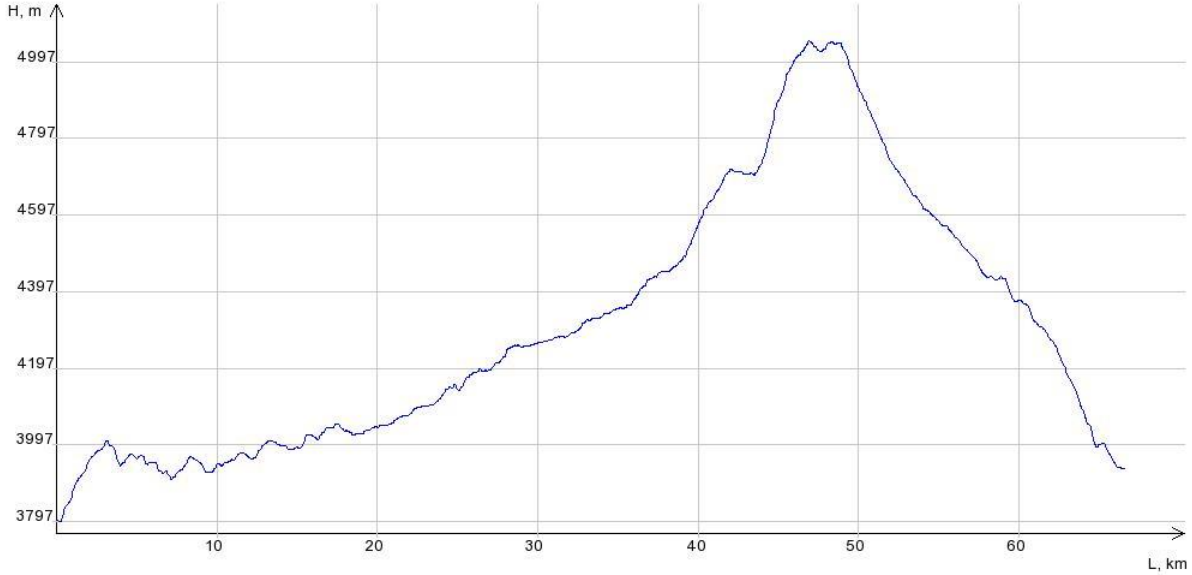
Возможные опасности и меры безопасности.
Большое количество бродов – при высокой температуре или обильных осадках могут возникнуть проблемы переправой (в 2018 году группа из Беларуси не смогла пройти реку и повернула назад на перевал Шинго ла), может понадобиться коллективная страховка или навешивание перил. При низких температурах, желательно иметь непромокаемые носки и обувь. Мы проходили в пасмурную погоду без осадков.
Возможность камнепадов – на грунтовых склонах или в каньонах возможны камнепады. Поэтому шлемы снимать не стоит, а также стоит смотреть на склоны и своевременно подавать команду Камень остальным участникам.
Слепые повороты на спуске – необходимо слушать звуковые сигналы встречных автомобилей, своевременно притормаживать.
Большая высота – на момент прохождения данного перевала минимальная освоенная высота должна быть 4050 м, в идеале выше.

Тактика прохождения.
У нас на момент прохождения была полностью пройдена акклиматизация, освоена высота 4700 м, пройдены 3 перевала 4700-5300 м. В нашей группе ежедневно дважды в день (а порой и дополнительно в процессе передвижения) проводился мониторинг состояния группы на предмет выявления признаков Горной болезни, для принятия конкретных мер по улучшению состояния участников.
Мы перемещались по автономным участкам с минимальным необходимым снаряжением, что позволяло уменьшить вес рюкзаков до 10/8 кг на мужчину/женщину (списки снаряжения, ремнабора и аптечки будут указаны в отчёте).

Тактика прохождения себя оправдала.
Дополнительные полезные сведения.
После посёлка Tanzi есть места под палатки.
Магазинов на ПП нет, с водой проблем тоже нет (если нет паводка, вода в реке чистая), воду пили из второстепенных речек, набирали у местных жителей.

Карта препятствия

Высотный профиль



Фотографии

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

11.

12.

13.

14.

15.

16.

17.

18.

19.

20.

21.

22.

23.

24.

25.

26.

27.

28.

29.

30.

31.

32.

33.

34.

35.

36.

37.

38.

39.

40.

41.

42.

43.

44.

45.

46.

47.

48.

49.

Расчёт категории трудности протяжённого препятствия

Кпр - коэффициент протяжённости

Протяжённость препятствия (Lпп): 66.592 км

Протяжённость ЛП (Lлп): 0 км

Кпр = 1 + (Lпп - Lлп)/100 = 1.67

Кпк - коэффициент покрытия

Протяжённость препятствия: 66592 м

Характеристика покрытия

№	Длина участка, м	Вид покрытия	Кпк	Примечание
1	22652	Грунт, дорога укатанная, сухая	1.40	фото 6, 7, 12, 26
2	8750	Мелкий камень, дорога разбитая, сухая	1.40	фото 13-18, 22
3	7600	Грунт, дорога укатанная, сухая	1.40	фото 47-49
4	4350	Грунт, дорога разбитая, сухая	1.90	фото 11, 21, 25
5	3100	Крупный камень, дорога разбитая, сухая	1.90	фото 2-5, 24, 30, 31, 33-36
6	11040	Грунт, дорога/тропа со множеством ТП, сухая	2.50	фото 32, 37-39
7	7400	Крупный камень, дорога/тропа со множеством ТП, мокрая	2.80	фото 8-10, 28,41-46
8	1700	Песок, дорога рыхлая, сухая	3.50	фото 40

Кпк = 1.85

Кнв - коэффициент набора высоты

Суммарный набор высоты: 1693 м

Кнв = 1.85

Ккр - коэффициент крутизны

Средний уклон подъёмов: 6.90%

Средний уклон спусков: 6.86%

Ккр = 1.45

Кв - коэффициент высоты

Район похода: Гималаи

Средневзвешенная высота: 4303.94 м

Кв = 1.99

С*Г - сезонно-географический показатель

Сезонный фактор: Благоприятный сезон

С = 1.00

Географический фактор: Неблагоприятные районы

Г = 1.20

Категорирование протяжённого препятствия

КТ = 1.67 * 1.85 * 1.85 * 1.45 * 1.99 * 1.00 * 1.20 = 19.79

Препятствие соответствует **V категории трудности**

Паспорт протяженного препятствия 7 (перевал Конмару Ла).

Общие сведения

Наименование:	**перевал Конмару ла с востока**
Страна:	**Индия**
Регион:	**Гималаи**
Границы:	**Мост через реку Инд в посёлке Хару - лагерь на реке Нималинг**
Характер дороги:	**хорошего, среднего и сверхнизкого качества**
Характер покрытия:	**асфальт, грунт, камень**
Время прохождения:	**16-18.09.2019**
Автор паспорта:	**Шонин Сергей**
Ссылка на видео:	
Категория трудности:	**6**
Статус паспорта:	**утверждён 25.11.2019**

Параметры препятствия

Протяжённость, м:	**26771**
Максимальная высота, м:	**5266**
Минимальная высота, м:	**3334**
Набор высоты, м:	**1993**
Сброс высоты, м:	**484**
Количество точек GPS-трека:	**791**
Усреднённый интервал между точками GPS-трека, м:	**34**
Общее ходовое время:	**44 ч. 20 мин. 58 сек.**
Чистое ходовое время:	**5 ч. 29 мин. 47 сек.**
Общая скорость движения:	**0.6 км/ч**
Средняя ходовая скорость:	**4.87 км/ч**

Параметры учётной записи

№ учётной записи:	**2578**
Загрузил:	**SSV1983**
Дата загрузки:	**09.10.2019**
URL:	**http://velotrex.ru/files/1570628425_5d9de3493ed14.xml**

Описание препятствия

Первопрохождение.

Описание прохождения.

Подъём на перевал начинается в посёлке Хару от моста через реку Инд.

10 км/3663 м. Посёлок Sumdo. К нему идёт разбитый асфальт (фото 1) вперемешку с укатанной грунтовкой (фото 2 и 3).
15 км/3922 м. Посёлок Chogdo, к нему и километр за него идёт разбитая грунтовка (фото 4 и 5) вперемешку с разбитой дорогой из крупного камня (фото 6 - 8).
16 км/3972 м - 21.9 км/4666 м. Начинается тропа. До перевального взлёта, движение проходит вдоль реки (уклон от 15% и выше, педали откручиваются, рюкзак переносится за плечами): тропа хорошего качества (фото 9 - 13), чередуясь с тропой со множеством ТП (фото 16 - 19) в виде скальных выходов.
17.3 км/4025 м - 25 км/4661 м. ЛП, 19 бродов н/к (фото 27 - 32)
17.8 км/4125 м. Кемпинг с юртами. Можно поесть, переночевать, нанять гужевой транспорт.
18.1 км/4224 м - 18.6 км/4256 м. ЛП каньон 1а (фото 22).
18.8 км/4282 м - 19.2 км/4324 м. ЛП каньон 1а (фото 23).
19.9 км/4410 м - 20.6 км/4484 м. ЛП каньон 1а (фото 24, 25).
20.7 км/4513 м - 21.2 км/4562 м. ЛП каньон 1а (фото 26).
21.9 км/4666 м - 24.5 км/5256 м. ЛП перевальный взлёт 1а, осложнённый 25%-ным уклоном со скальными выходами, крупными камнями на протяжении (фото 33 - 35). Рюкзак переносится за спиной, педали у велосипеда откручены, местами приходится челночить.
22.3 км/4748 м. Место ночёвки - единственная безопасная площадка под палатки от начала тропы и до перевала. Площадка ограждена невысокой каменной стенкой. Рядом можно поставить ещё одну палатку, но уже без стенки. В сумме, две 3-хместные палатки должны влезть. Есть ручей. Далее, до конца ПП, воды набрать нет возможности.
24.5 км/5256 м. Перевал (фото 36).
24.5 км/5256 м - 26.8 км/4838 м. После перевала на спуск идёт тропа хорошего качества (фото 14 и 15) - можно ехать в седле. Последние же 885 м, до конца ПП, с большим уклоном вниз идёт тропа с множеством ТП в виде крупных камней и скальных выходов (фото 20 и 21) - можно преодолеть в седле при хороших навыках управления велосипедом. В конце ПП есть кемпинг Нималинг с юртами, местами под палатки и возможностью покушать, рядом также есть множество ровных мест, но, скорее всего, с вас всё равно попросят деньги.
Затраты времени (грязное) на прохождение ПП частями в течении трёх дней: 1 ч + 8 ч + 5 ч = 14 часов грязного времени.

Особых условий прохождения.
Прохождение самой сложной части ПП (10 км) проходило при минусовых и околонулевых температурах, от -9 до +6 градусов без учёта силы ветра.

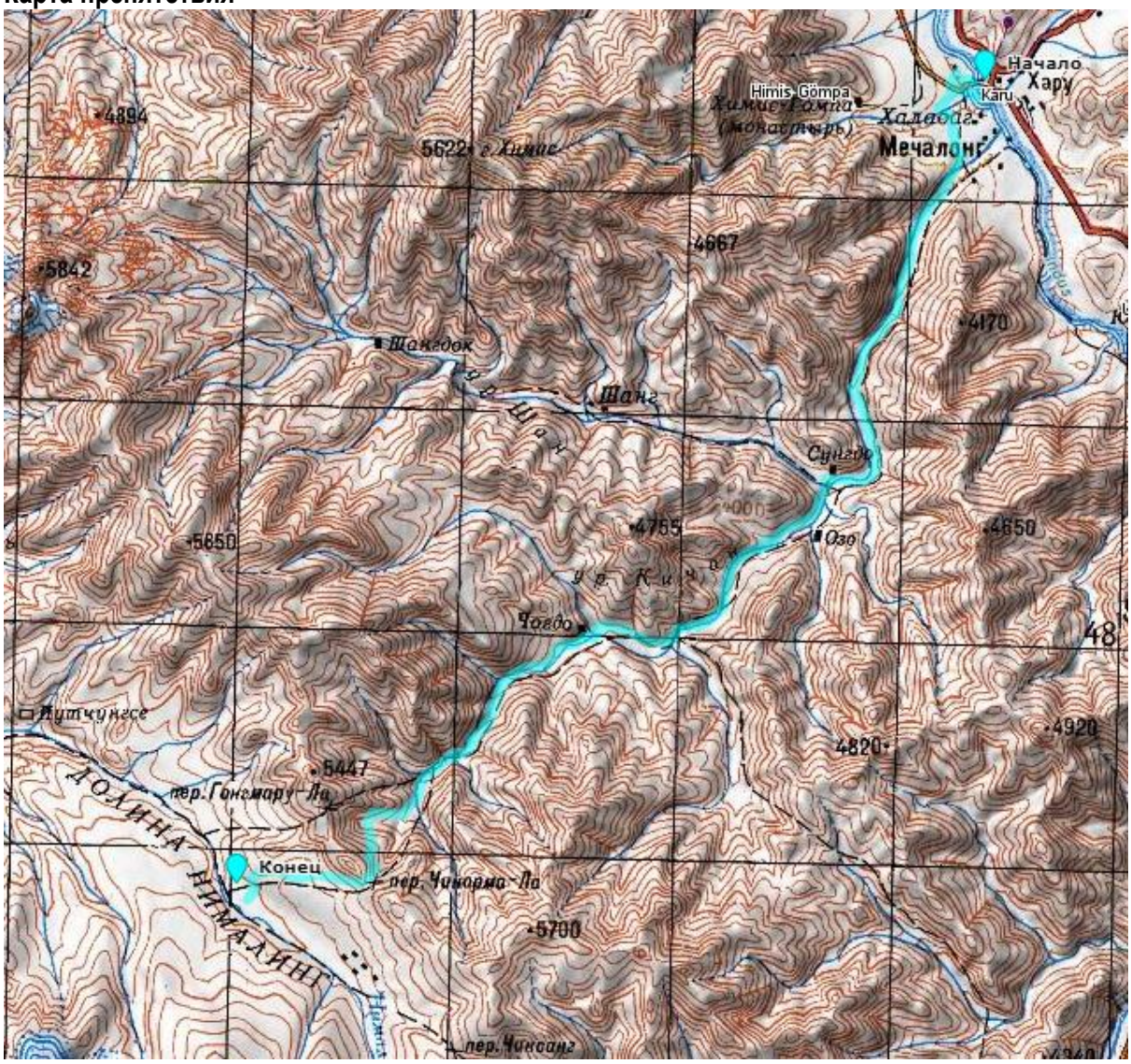
Возможные опасности и меры безопасности.
Большое количество бродов – при высокой температуре или обильных осадках в узких местах каньона могут возникнуть проблемы переправой, может понадобиться коллективная страховка или навешивание перил. Мы проходили в пасмурную погоду без осадков – все броды относились к н/к.
Возможность камнепадов – на грунтовых склонах или в каньонах возможны камнепады. Поэтому шлемы снимать не стоит, а также стоит смотреть на склоны (к тому же они красивые).
Узкие тропы по отвесным склонам – часто навстречу попадаются пешие группы в сопровождении гужевого транспорта (они преимущественно идут с другой стороны, пешим туристам так удобнее в связи с профилем рельефа). Лошади боятся велосипедистов, поэтому приходилось затаскивать велосипеды повыше на склон, чтобы пропустить группу.
Большая высота – на момент прохождения данного перевала минимальная освоенная высота должна быть 4250 м, в идеале выше. В нашей группе ежедневно дважды в день (а порой и дополнительно в процессе передвижения) проводился мониторинг состояния группы на предмет выявления признаков Горной болезни, для принятия конкретных мер по улучшению состояния участников.

Тактика прохождения.
Был изучен профиль рельефа, и принято решение двигаться именно в этом направлении, потому что на пешей тропе уклон 25% (с нашей стороны перевала) или 15% (с обратной стороны перевала) не имеет значения – вверх рюкзак придётся нести на себе в любом случае. Зато вниз, по 15-типроцентному

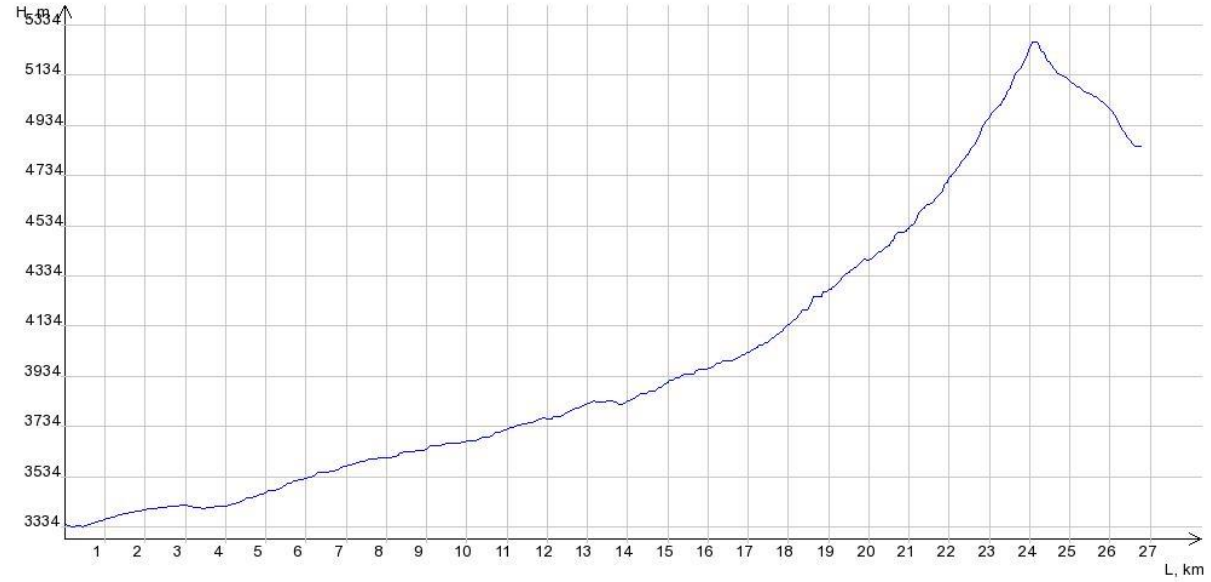
уклону, будет возможность ехать, к тому же, с другой стороны перевала просматривалась тропа значительно лучшего качества и продолжалась на несколько десятков километров.
К моменту прохождения ПП основная часть акклиматизации была пройдена – высота освоена до 4700 м включительно, пройден автомобильный перевал 5350 м. Мы перемещались по автономным участкам с минимальным необходимым снаряжением, что позволяло уменьшить вес рюкзаков до 10/8 кг на мужчину/женщину (списки снаряжения, ремнабора и аптечки будут указаны в отчёте).
Тактика прохождения ПП себя оправдала, но всё равно приходилось часто носить рюкзак за плечами. Однако, даже при таком весе рюкзаков приходилось нести рюкзаки за спиной, а, порой, и челночить. Тем не менее, средняя скорость передвижения была значительно выше (чем при полноразмерных рюкзаках), а также эмоциональное и физическое состояние участников позволяла вечером (на высоте 4700 м) дружно принимать участие в логических играх.
Малый вес рюкзаков на спусках позволял кататься в удовольствие даже по самому плохому покрытию, тем самым ещё больше увеличивая среднюю скорость.

Дополнительные полезные сведения.
Перед п. Sumdo можно поставить палатку справа от дороги в кустах у реки (33°51'16.86"С, 77°42'42.67"В). В посёлке есть вертолётная площадка (33°51'18.49"С, 77°42'24.23"В - вертолёта не видели и не слышали). Также есть хоумстэй (33°51'14.76"С, 77°42'27.48"В), у хозяина есть джип-пикап, на котором он запросто увезёт пятерых участников (в тесноте, но не в обиде) с велосипедами и рюкзаками в любую точку Джамму и Кашмир (за деньги).
Магазинов на ПП нет, с водой проблем тоже нет (если нет паводка, вода в реке чистая), воду пили из речки в каньоне. Вода постоянно в шаговой доступности, вплоть до вышеуказанной палаточной стоянки перед перевалом. От палаточной стоянки до конца ПП воды нет.

Карта препятствия



Высотный профиль



Фотографии

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

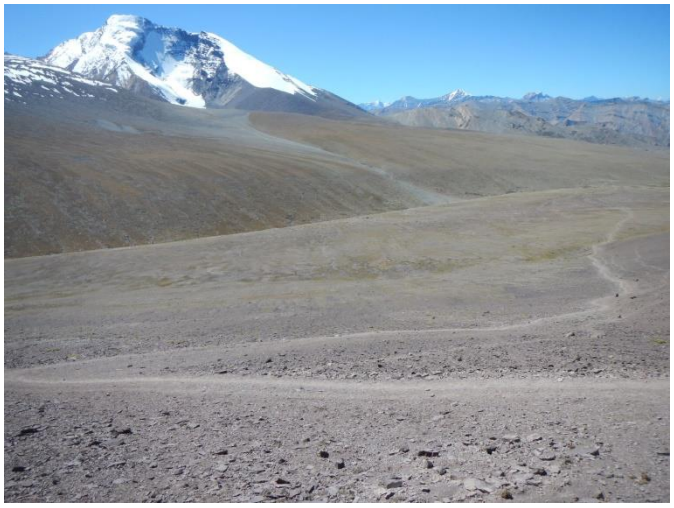
9.

10.

11.

12.

13.



14.

15.

16.

17.

18.

19.

20.

21.

22.

23.

24.

25.

26.

27.

28.

29.

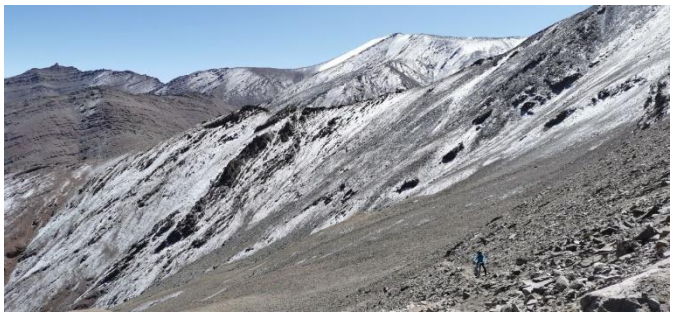
30.

31.

32.

33.

34.



35.

36.Перевал.

Расчёт категории трудности протяжённого препятствия

Кпр - коэффициент протяжённости

Протяжённость препятствия (Lпп): 26.771 км

Протяжённость ЛП (Lлп): 4.64 км

Кпр = 1 + (Lпп - Lлп)/100 = 1.22

Кпк - коэффициент покрытия

Протяжённость препятствия: 26771 м

Характеристика покрытия

№	Длина участка, м	Вид покрытия	Кпк	Примечание
1	4400	Асфальт/бетон, дорога разбитая, сухая	1.20	фото 1
2	5305	Грунт, дорога укатанная, сухая	1.40	фото 2, 3
3	2575	Крупный камень, дорога разбитая, сухая	1.90	фото 6 - 8
4	3551	Грунт, тропа хорошего качества, сухая	1.90	фото 9 - 15
5	3280	Крупный камень, дорога/тропа со множеством ТП, сухая	2.50	фото 16 - 21
6	3020	Грунт, дорога разбитая, сухая	1.90	фото 4, 5
7	2100	ЛП	-	фото 22 - 26
8	2540	ЛП	-	фото 33 - 35

Кпк = 1.73

Кнв - коэффициент набора высоты

Суммарный набор высоты: 1993 м

Кнв = 2.00

Ккр - коэффициент крутизны

Средний уклон подъёмов: 11.33%

Средний уклон спусков: 11.98%

Ккр = 2.24

Кв - коэффициент высоты

Район похода: Гималаи

Средневзвешенная высота: 4014.20 м

Кв = 1.86

С*Г - сезонно-географический показатель

Сезонный фактор: Межсезонье

С = 1.10

Географический фактор: Неблагоприятные районы

Г = 1.20

Категорирование протяжённого препятствия

КТ = 1.22 * 1.73 * 2.00 * 2.24 * 1.86 * 1.10 * 1.20 = 23.22

Препятствие соответствует **VI категории трудности**

Паспорт протяженного препятствия 8 (траверс хр. Ханума Ла с севера).

Общие сведения

Наименование:	**траверс хребта Ханума ла с севера**
Страна:	**Индия**
Регион:	**Гималаи**
Границы:	**начало тропы в пос. Лингшед - мост через реку Ома**
Характер дороги:	**среднего и сверхнизкого качества**

Характер покрытия:	**камень, грунт**
Время прохождения:	**22.09.2019**
Автор паспорта:	**Шонин Сергей**
Ссылка на видео:	
Категория трудности:	**6**
Статус паспорта:	**-**

Параметры препятствия

Протяжённость, м:	**18632**
Максимальная высота, м:	**4736**
Минимальная высота, м:	**3389**
Набор высоты, м:	**1177**
Сброс высоты, м:	**1694**
Количество точек GPS-трека:	**541**
Усреднённый интервал между точками GPS-трека, м:	**34**
Общее ходовое время:	**9 ч. 34 мин. 16 сек.**
Чистое ходовое время:	**5 ч. 32 мин. 9 сек.**
Общая скорость движения:	**1.95 км/ч**
Средняя ходовая скорость:	**3.37 км/ч**

Параметры учётной записи

№ учётной записи:	**2588**
Загрузил:	**SSV1983**
Дата загрузки:	**10.10.2019**
URL:	**http://velotrex.ru/files/1570713713_5d9f307155858.xml**

Описание препятствия

Первопрохождение в данном направлении.

Описание прохождения.

0 км/3932м. ПП начинается в конце посёлка Lingshed

0.2 км/3970 м. Ступа. К ней от дороги идёт хорошая тропа (фото 1), подъём пешком.

1.8 км/4024 м. Ручей. До него идёт траверс по склону хребта по тропе разного качества (хорошая фото 2-3 и разбитая фото 10-11), тут мы ехали.

3.7 км/4210 м. Локальный перевал. К нему идёт 15-типроцентный подъём по тропе такого же качества на локальный перевал (закатили велосипеды с рюкзаками на багажнике).

5.2 км/4015 м. Ручей и чайный домик. На спуске грунтовая тропа разбитая (фото 6), внизу до ручья перед началом перевального взлёта каменистая тропа (частично шли, частично ехали).

5.2 км/4015 м - 8.0 км/4726 м. ЛП перевальный взлёт (фото 15-18), осложнён крутым уклоном - 25%, скалистыми выступами, рыхлым покрытием - стоит открутить педали и нести рюкзак за спиной (возможно челночить).

8.0 км/4726 м. Перевал (фото 30). На спуске с перевала грунтовая тропа со множеством ТП в виде

скальных выступов (фото 7), мы ехали.
9.0 км/4602 м - 17.1 км/3742 м. Каменистая тропа со множеством ТП в виде бродов (фото 26-29) и скальных выступов (фото 12-13), Частично проезжаемая даже с полногабаритным рюкзаком.
9.0 км/4602 м. Русло сухого ручья.
11.0 км/4362 м. Ручей, можно набрать воды.
14.2 км/4206 м - 15.0 км/4093 м. ЛП каньон 1а (фото 19-21) - велосипед местами, возможно, катить, местами приходится переносить.
15.7 км/3949 м - 16.8 км/3768 м. ЛП каньон 1а (фото 22-24) - велосипед местами, возможно, катить, местами приходится переносить.
17.0 км/3738 м. Кемпинг Снетсе. Можно покушать и переночевать (цены не узнавали).
17.1 км/3742 м - 18.0/3717 м. Вверх идёт разбитая тропа с камнями (фото 14), местами можно катить велосипед, местами переносить.
Наверху, траверсом вдоль обрыва, участок хорошей грунтовой тропы (фото 5).
18.0/3717 м. До конца ПП крутой 25%-тный спуск по грунтовой тропе с множеством ТП (фото 8-9) в виде очень рыхлой поверхности и множества борозд, вымытых водой, спуск продолжается до конца ПП у моста через реку Ома (фото 25) - частично проезжаем в седле.
Чистое ходовое время на ПП = 7 часов.

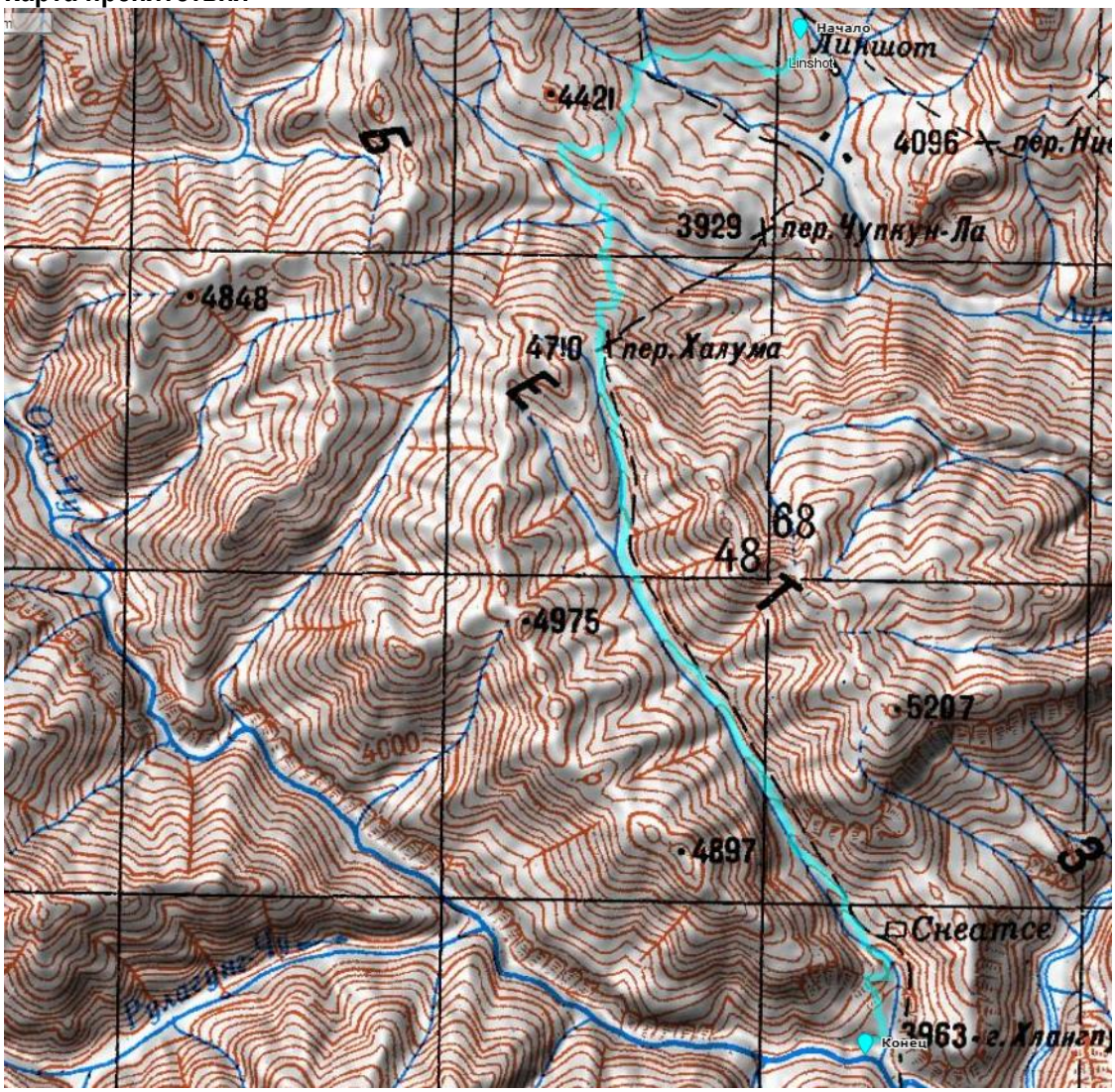
Особые условия прохождения.
Не имеет.

Возможные опасности и меры безопасности.
Возможность камнепадов – на грунтовых склонах или в каньонах возможны камнепады. Поэтому шлемы снимать нельзя, а также стоит смотреть на склоны (к тому же они красивые) и своевременно подавать команду Камень остальным участникам.
Узкие тропы по отвесным склонам – велосипеды со снятыми педалями катили со стороны обрыва, местами несли навесу. Попадаются караваны из лошадей. Лошади боятся велосипедистов - приходилось затаскивать велосипед выше на склон и пропускать.
Большая высота – на момент прохождения данного перевала минимальная освоенная высота должна быть 3750 м, в идеале выше. В нашей группе ежедневно дважды в день (а порой и дополнительно в процессе передвижения) проводился мониторинг состояния группы на предмет выявления признаков Горной болезни, для принятия конкретных мер по улучшению состояния участников.

Тактика прохождения.
К моменту прохождения ПП основная часть акклиматизации была пройдена – высота освоена до 4700 м включительно, пройдены перевалы 4950 м, 5250 м, 5350 м.
Был изучен профиль рельефа, и принято решение двигаться именно в этом направлении, потому что по пешей тропе с уклоном 25% (с нашей стороны перевала) или 15% (с обратной стороны перевала) не имеет значения – вверх рюкзак придётся нести на себе в любом случае. Зато вниз, по 15-типроцентному уклону, будет возможность ехать.
Проанализировав тактику подъёма на Kongmarula, было решено использовать гужевой транспорт (в виде ослов) для перевозки снаряжения на пешем участке Lingshed – Hanumala – Parfila, оставив самый минимум необходимого снаряжения, что позволило уменьшить вес рюкзаков до 3 кг.
Тактика и стратегия прохождения себя оправдала на 100 процентов - 2.8 км перевального взлёта с уклоном 25% преодолели за 2.5 часа! С перевала ожидаемо можно было ехать вниз до ЛП каньон 1а. За день было пройдено 20 км, чего не удавалось предыдущим двум командам (в 2014-м и в 2017-м гг), проходившим данное ПП в обратном направлении нашему! К тому же, эмоциональное и физическое состояние участников позволило довольно рано поставить лагерь, а вечером дружно принимать участие в логических играх.
С полноразмерным рюкзаком ездить возможностей будет меньше, к тому же увеличивается расход энергии, время прохождения ПП и падает эмоциональное состояние.
Дополнительные полезные сведения.
До п. Lingshed проложена дорога с этого года, в самом посёлке есть хоумстэи и магазинчик (монахи

сказали). Также можно с монахами можно договориться на найм гужевого транспорта с погонщиком за небольшие деньги.
На месте нашей ночёвки было здание, там ночевал погонщик ослов. Утром пришёл мужчина и просил деньги за ночлег. Платить не стали, ибо не за что было, но стоит иметь в виду.

Карта препятствия



Высотный профиль

Фотографии

1

2

3

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

Расчёт категории трудности протяжённого препятствия

Кпр - коэффициент протяжённости

Протяжённость препятствия (Lпп): 18.632 км

Протяжённость ЛП (Lлп): 4.65 км

Кпр = 1 + (Lпп - Lлп)/100 = 1.14

Кпк - коэффициент покрытия

Протяжённость препятствия: 18632 м

Характеристика покрытия

№	Длина участка, м	Вид покрытия	Кпк	Примечание
1	6052	Крупный камень, дорога/тропа со множеством ТП, сухая	2.50	фото 10-14
2	3080	Грунт, тропа хорошего качества, сухая	1.90	фото 1-5
3	2800	ЛП	-	фото 15-24
4	4850	Грунт, дорога/тропа со множеством ТП, сухая	2.50	фото 6-9
5	1850	ЛП	-	фото 26-27

Кпк = 2.37

Кнв - коэффициент набора высоты

Суммарный набор высоты: 1177 м

Кнв = 1.59

Ккр - коэффициент крутизны

Средний уклон подъёмов: 22.47%

Средний уклон спусков: 14.97%

Ккр = 2.23

Кв - коэффициент высоты

Район похода: Гималаи

Средневзвешенная высота: 4146.83 м

Кв = 1.89

С*Г - сезонно-географический показатель

Сезонный фактор: Благоприятный сезон

С = 1.00

Географический фактор: Неблагоприятные районы

Г = 1.20

Категорирование протяжённого препятствия

КТ = 1.14 * 2.37 * 1.59 * 2.23 * 1.89 * 1.00 * 1.20 = 21.73

Препятствие соответствует **VI категории трудности**

Маршрутная книжка на англ.языке.

Form number 5

RUSSIAN SPORTS TOURISM FEDERATION

ROUTE PASSPORT № P10-05-02

Participants of the present sport event are under protection:

The Constitution of Russian Federation;
Federal Law "On the fundamentals of tourism activities in Russian Federation;
The Law "On Physical Culture and Sports in Russian Federation";
Tourist & Sports Union of Russia.

2019 г.

1. GENERAL INFORMATION

A group from Saint-Petersburg
(independent, organization, institution, territorial formation, region of the country)
consisting of 4 people set out on a becycle trip
of 5 difficulty level (Type of route)
from «15» september to «26» september 2019 y.

In the region India, Himalayas along the route:
Pass Lachulung la – pass Tanglang la – Martselang – pass Konmaru la – Chilling – pass Kongzi la – Hanupatta – pass Sisir la – pass Kiupa la – monastery Lingshed – pass Hanuma la – pass Parphi la – Padum – monastery Phuktal – Kergiak – pass Shingo la - Darcha

Team Leader Sergei Shonin
(Full name)

Co-leader (for groups of schoolar etc.)
(Full name)

Trainer
(Full name)

2. GROUP MEMBERS

№ No.	Full name	Birth date	Place of employment, job position, phone number, other contact information, passport data (for border zone)	Home address, phone number, e-mail and other contact information	Tourist experience (note the routes made for the given type of tourism together with districts and difficulty level (P – participant, L – leader)	Signature on awareness of: Rules**, safety, health and life hazards on the route
1	Sergei Shonin	15.12.1983	+7-904-649-47-32	Leningrad region, Tikhvin city, 6 microdistrict, d. 23, apt. 78	4 with elements 5, Tien Shan 2015, bicycle, leader; 3 with elements 5, Himalayas 2018, bicycle, leader	
2	Ivan Savchenko	28.05.1987	+7-921-559-68-48	[redacted]	5, China 2015, bicycle, party 3 with elements 4, Turkey 2015, bicycle, leader	
3	Anastasiia Sabanova	31.01.1988	+7-904-547-57-90	[redacted]	4, Georgia 2017, bicycle, leader 3 with elements 5, Himalayas 2018, bicycle, participant	
4	Pavel Mandrygin	12.11.1991	+7-904-984-09-98	[redacted]	4, Georgia 2017, bicycle, 3 with elements 5, Himalayas 2018, bicycle, all participant	
6						
7						
8						
9						
10						
11						

«I certify the abovementioned tourist experience»

Member of RQC_____ (_____ (Full name)

* At the request of RQC, the certificates of the route trails and itineraries passed by the participants and the leader certified by RQC or other materials that confirm the presence of tourist experience.
** Rules of competitions in sports tourism, part 2.,
** Rules of organization and route trails

3.1. Route plan (declared)*

Date	A day's run	Route participants	Km	Modes of movement
01.09 – 13.09		Acclimatization		
14.09		Transfer Manali - start		
15.09	1	Beginning of ascent to Lachulung la pass - beginning of ascent to Tanglang la pass	100.9	bicycle
16.09	2	beginning of ascent to the Tanglang la pass - Sungdo	100.6	bicycle
17.09	3	Sungdo – Markha	39.9	bicycle
18.09	4	Markha – Ezas	46.9	bicycle
19.09	5	Ezas – Hinju	29.4	bicycle
20.09	6	Hinju – beginning of ascent to the Senge la pass	62.3	bicycle
21.09	7	beginning of ascent to the Senge la pass – Lingshed	36.2	bicycle
22.09	8	Lingshed – Snertse	17.1	bicycle
23.09	9	Snertse – Padum	58.9	bicycle
24.09	10	Padum – monastery Pukhtal	53.4	bicycle
25.09	11	monastery Pukhtal – end of descent from Shingo la pass	73.2	bicycle
26.09	12	end of descent from Shingo la pass – Darcha	19.6	bicycle
27.09 – 29.09		Transfer to Manali, then to Delhi, flight home		

Total active modes of movement:___638.4_____ km

3.2. Route plan (approved by RQC*)

Date	A day's run	Route participants	Km	Modes of movement	Indications of the route

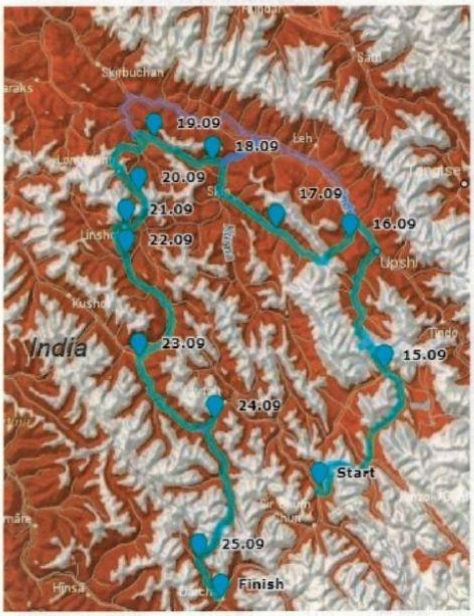
3.3. The changes in a reserve itinerary.

17.09	3	Sungdo village - Leh city - NH1 road - beginning of ascent to Kongzi la	83.0	bicycle	
19.09	5	beginning of ascent to Kongzi la - NH1 road - Lamayuru city - Hinju village	108.2	bicycle	
24.09	10	Char village - trolls across the Niri Chu river - Pern village - radial route to the Pukhtal monastery	2.4	bicycle	

Active movement, total:___193.6_____ km

* In amending the p. 3.2 note the days in which the changes are made.
If approved without changes, then note "No changes".

4. THE ROUTE SCHEME*



* Show the route, dates, crash pad, fallbacks and emergency escapes. You need to add cartographic materials at the request CQR.

5. DIFFICULTIES OF THE ROUTE AND WAYS TO OVERCOME THEM*

1. Complex sections in the form of trails will be cycled, if possible. Otherwise, the trails will be walked, rolling a bicycle along the trail, un pedaling and keeping it away from you from the side of the slope.
2. We will overcome river crossings with the help of individual and collective insurance.
3. Canyons will be overcome on foot. In difficult areas, the shuttle method of carrying equipment and bicycles will be used.

*Includings rivers, mountain passes, summits, etc.

6. EMERGENCY ESCAPES FROM THE ROUTE

1. On the route September 15 - September 21, the emergency exit from the route can be carried out on the Manali-Leh-Karjil highway, from there to the cities of Manali or Leh (depending on the exit from the route) using local transport from the villages.
2. At the per. Kiupa-La - p. Pidmo emergency exit from the route can be carried out by horse-drawn transport to p.Photoksar or to the city of Padum, from there to the city of Leh or to the city of Karjil, respectively.

7. THE GROUP EQUIPMENT

The needed food set is available.
Shared and personal equipment is available in sufficient quantities.

Special equipment

Group		Personal	
Name	Quantity	Name	Quantity
Navigator	2	Helmet	4
		Glasses	4
		Bicycle	4
		Cycling Backpack	4

The necessary repair kit is available.
The necessary set of drugs in a medical kit is available.

Weight characteristics of the goods, taken to the route:

Name	For one person	For the group of 4 people
Food (total / per day)	2.8 kg /0.7 kg	11.2 kg
Group equipment	3 kg	12.0 kg
Personal equipment	6 kg	24.0 kg
Total:	11.8 kg	47.2 kg

Maximum load per man 12.4 kg

per woman 10.0 kg

The information contained in sections 1-7 is confirmed.

Group leader _____ (signature) (Sergei Shonin) (full name.)

Date of completion in the route book «___» «_____» 20____ y.

8. RQC PETITION

To the Chairman of RQC ЦМКК
(the title of superior RQC)

Due to the lack of power of the Qualification Commission СПб (РСФСТ СПб) please review the
(name)

application commission materials and give your conclusion.
Preliminary review is made by our commission.

«21» august 2019 y.

the Chairman of the RQC _____ (signature) (Vlad Vasiliev) (full name.)

178-00-456644530

RQC Stamp

RQC Address
Phone number:_____
e- mail:_____ (mandatory)

Full name of the Chairman _____

9. THE RESULTS OF CONSIDERATION BY THE ROUTE-QUALIFICATION COMMISSION

The route qualification commission
Центральная МКК
(name of the commission)

consists of Федулов А (отчет)
(full name)
Каравев А.Н, Емельянов С, Русаков С.А, Жигарев О.Л.

with the participation
нет
(full name.)

having considered materials of the declared route of group under the management of Sergei Shonin МКР19-05-10
(full name)

believes that (delete as appropriate):

1. The route corresponds (~~does not correspond~~) to the declared category of complexity.
2. Group leader's tourist experience corresponds (~~does not correspond~~) to the technical level of the route.
3. The tourist experience of the group members corresponds (~~does not correspond~~) to the technical complexity of the route.
4. The application materials meet (~~do not meet~~) the established requirements.
5. Other observations: Нет даты заполнения МК

The group is ~~assigned~~ (not assigned) to the field check
(where, when and on what issues

10. THE RESULTS OF THE FIELD TEST
(if assigned)

The group consisting of:
The leader
(full name)

participants:
(full name)

Passed the verification «___» _____ 20__ y., _____
(venue)

on the following issues:

The verification results

Controller (signature) (full name)

11. THE CONCLUSION OF THE COMMISSION

11.1 The group under the leadership of Shonin Sergei МКР19-05-10
(full name)

have (do not have) the right to make this route.

Special instruction: по

11.2. Deadline for submission of the report on the route to «01» 11 2019 y.
in the amount

11.3. Addresses and requisites for communication with search and rescue service of the area of a route (SAR Service) (addresses of consulates - for routes out of the territory of Russia):
Консульство РФ в Индии

Phone number:

Председатель ЦМКК

12. CHECKPOINTS AND DEADLINES

The group should inform about the route passing to
1. Muravyov ____ at the address: 191014, St. Petersburg, ul. Korolenko d. 2a, St. Petersburg Turklub phone number +79217950508 and +79164467277
e mail: fstrproject@yandex.ru

2. Zhigarev (who) at the address: —
phone number +7913-900-8591
e mail: gigarev@ngs.ru

from Moscow to «15» september 2019 y.

from Moscow to «01» october 2019 y.

from ____ to «__» ____ 20__ y.

Group communication tools on the route:
Phone number +79046494732 Communication session time 12:00

The Chairman of the RQC (signature) /Zhigarev/ (full name)

Members of the RQC /Rusakov/ (full name)
/Emelyanov/
/Karavaev/

RQC stamp

«30» 08 2019 y.

13. SAR service marks

SAR service stamp

14. THE DECISION TAKEN BY SRS IN ACCORDANCE TO THE PASSED ROUTE

The passed route is estimated as 4 difficulty level.
Certificates are provided in the amount of 4
The Chairman of the RQC (signature) (full name)

RQC stamp

Полисы медицинского страхования.

zetta

Страховщик: Общество с ограниченной ответственностью «Зетта Страхование», Лицензия ЦБ РФ СЛ № 1083, СИ № 1083
Россия, 121087, Москва, Багратионовский проезд, д. 7, корп. 11, email: info@zettains.ru, www.zettains.ru
Insurer: Zetta Insurance Company Ltd., License of the Central Bank of the Russian Federation СЛ № 1083, СИ № 1083
Bagrationovsky proezd, 7 bld. 11, Moscow, 121087, Russia, email: info@zettains.ru, www.zettains.ru

ПОЛИС ПУТЕШЕСТВЕННИКА / TRAVEL INSURANCE POLICY TRV-E-8000033462

Страхователь Policyholder	Сабанова Анастасия			Паспорт Passport	—		
Дата выпуска Issue date	22.08.2019	Период страхования с Insurance period from	01.09.2019	по to	04.09.2019	дней days	4
Программа страхования Insurance Scheme	N-3	Страна пребывания Country of temporary stay	INDIA				
Территория страхования Insurance Territory	INDIA						

Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The Insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium	Безусловная франшиза Deductible	Спорт Sport
Shonin Sergei	15.12.1983	экв. 35000 USD	0.0100%	экв. 3.12 USD	экв. 100 USD	Sport-2

Дополнительные риски / Additional Risk Insured

Наименование риска name of risk	Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The Insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium
.....	.....	.....	.....	.....	.....

Итого страховая премия по договору: Total:	экв. 3.12 USD		
Общая премия уплачена единовременно в полном размере Total premium paid	237 РУБ	Дата оплаты: date of payment:	22.08.2019

Особые условия:

1. Договор страхования вступает в силу с момента (времени) пересечения Застрахованным лицом границы Страны (Региона) постоянного проживания, но не ранее 00 часов дня, указанного в Договоре как дата начала периода страхования, и заканчивается при возвращении Застрахованного лица на территорию Страны (Региона) постоянного проживания (в момент пересечения границы), но не позднее 24 часов дня, указанного в Договоре как дата окончания периода страхования.

2. Страхователь дает согласие Страховщику на обработку (в том числе сбор, запись, систематизацию, накопление, хранение, уточнение, обновление, изменение, извлечение, использование, распространение, предоставление, доступ, передачу (в том числе трансграничную), обезличивание, блокирование и уничтожение) всех предоставленных Страховщику при заключении Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) персональных данных в целях заключения и исполнения Договора страхования, а также в целях реализации сторонами своих прав по Договору страхования, в частности, в целях получения Страховщиком неуплаченной в установленные сроки страховой премии (взносов). Страхователь соглашается с тем, что Страховщиком будут использованы следующие способы обработки персональных данных: автоматизированная, неавтоматизированная, смешанная. Данное согласие дается Страхователем бессрочно и может быть отозвано в любой момент времени путем передачи Страховщику подписанного письменного уведомления.
Страхователь также подтверждает, что на момент заключения Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) все Застрахованные лица, Выгодоприобретатели, а также иные лица, указанные в Договоре страхования (при их наличии), проинформированы и дали согласие на передачу их персональных данных Страховщику с целью заключения и исполнения Договора страхования, включая получение ими информации о наименовании и адресе Страховщика, цели и правовом основании обработки персональных данных, информации о предполагаемых пользователях персональных данных, а также что Страхователь проинформировал указанных в Договоре лиц обо всех правах и обязанностях субъекта персональных данных, предусмотренных Федеральным законом от 27.07.2006 г. №152-ФЗ «О персональных данных». Страхователь обязуется довести до сведения указанных в Договоре лиц информацию, указанную в пункте об обработке персональных данных. Информация о наименовании или ФИО и адресах уполномоченных лиц, осуществляющих обработку персональных данных по поручению Страховщика (помимо информации о страховом агенте или брокере, указанном в Договоре страхования или который принимал участие при заключении Договора страхования), размещена на официальном сайте страховщика: www.zettains.ru. Указанная информация может время от времени обновляться.

3. Страхователь во исполнение требований Федерального закона от 07.08.2001 г. №115-ФЗ «О противодействии легализации (отмыванию) доходов, полученных преступным путем, и финансированию терроризма» обязуется предоставить Страховщику по его запросу документы и сведения для проведения идентификации Страхователя, его представителя, выгодоприобретателя, бенефициарного владельца, а также в случае необходимости обновления данных сведений.
4. Объем страхового покрытия по занятию застрахованным лицом спортом определяется в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г.
5. Не являются страховыми случаями события, произошедшие в результате занятия Застрахованным следующими видами спорта и активного отдыха: альпинизм, скалолазание. Лимит покрытия расходов на гипербарическую оксигенацию (лечение в барокамере) составляет экв. 5 000 USD/EUR/300 000 руб. Не являются страховым случаем события, произошедшие в результате занятия любым из видов дайвинга на территории республики Кипр.

Программа страхования / Insurance program	N-3
Страховая сумма / Sum Insured	экв. 35000 USD
Страховые риски / Risk Insured	Лимит ответственности / Sublimit
Медицинская транспортировка / Transportation to hospital & evacuation	экв. 15000 USD
Посмертная репатриация / Repatriation costs	экв. 15000 USD
Медицинские расходы / Medical expenses	экв. 35000 USD
Возвращение после длительной госпитализации / Return after long hospitalization	экв. 1000 USD
Эвакуация детей / Return home of children	экв. 1000 USD
Оплата срочных сообщений / Message reby	экв. 50 USD
Экстренная стоматологическая помощь / Emergency dental pain relef	экв. 150 USD

Страхователь подтверждает, что не является ИПДЛ/РПДЛ или родственником ИПДЛ/РПДЛ, а также что Застрахованный на день заключения Полиса не является инвалидом I или II группы, в т.ч. работающим, «ребенком-инвалидом», не состоит на учете в психоневрологическом или наркологическом диспансере, не страдает психическими расстройствами, а также не находится за пределами Страны (Региона) постоянного проживания. Страхователь уведомлен о том, что наличие у Застрахованного инвалидности и перечисленных выше состояний на момент заключения Полиса являются обстоятельствами, имеющими существенное значение для определения степени риска, и требующими уплаты дополнительной страховой премии. В случае если на момент заключения настоящего Полиса Страхователь / Застрахованный знал о наличии у него указанных выше состояний (в том числе инвалидности I или II группы) и не сообщил об этом Страховщику,
настоящий Полис в отношении такого Застрахованного будет признан недействительным с момента его заключения. Договор страхования (Полис) заключен в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г. (далее - Правила страхования), https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/. С использованием факсимильного воспроизведения подписи и печати Страховщика согласен. Согласие Страхователя на обработку персональных данных, а также получение на руки Правил страхования, являющихся неотъемлемой частью Полиса, и ознакомление с ними до заключения настоящего Полиса, в также предоставление информации, предусмотренной п. 2.1.2. Базового стандарта защиты прав и интересов физических и юридических лиц - получателей финансовых услуг, оказываемых членами саморегулируемых организаций, объединяющих страховые организации, в полном объеме, подтверждается путем оплаты Страхователем страховой премии по настоящему Полису. При необходимости Страхователь / Застрахованный может получить полную информацию о Страховщике, продуктах страхования, условиях Правил страхования на официальном сайте www.zettains.ru. https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/

Страховщик: / **Фатьянов И.С.**
Генеральный директор, действующий на основании устава

При заболевании или несчастном случае, прежде чем предпринять какие-либо действия, ВАМ НЕОБХОДИМО:
1. Связаться с Сервисной компанией по нижеуказанным телефонам.
2. При обращении в Сервисную компанию просьба сообщить:
   - Фамилию, имя, номер и срок действия страхового Полиса;
   - Ваше местонахождение и номер контактного телефона;
   - Дать краткое описание возникшей проблемы.
3. Расходы, понесенные без согласования со Страховщиком, возмещению не подлежат.
4. При самостоятельной оплате ранее согласованных со страховщиком медицинских услуг Страхователь (Застрахованный) должен в письменном виде заявить об этом Страховщику по возвращению из путешествия и предоставить все необходимые документы, подтверждающие факт наступления страхового случая.
5. Пожалуйста! Найдите время ознакомиться с Правилами страхования граждан, выезжающих за границу.

Телефоны Сервисных центров / Assistance Companies contacts:

Все страны мира (включая Россию и СНГ) / Worldwide including Russia & CIS +7 (495) 989 51 28

Финляндия / Finland +358 (9) 42 999 705 **Австрия / Austria +43 (1) 229 71 80** **Турция / Turkey +90 232 242 10 05**

Египет / Egypt +20 2241 37 303 **Испания / Spain +34 93 184 67 96** **Китай / China +7 (495) 989-51-28**

Страховая компания ООО «Зетта Страхование» желает Вам крепкого здоровья и приятной поездки!

Территория	Описание
TR I	Все страны мира, за исключением США, Канады, Японии, Австралии, стран Карибского бассейна и России
TR II	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90км от места постоянного проживания
TR V	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90 км от места постоянного проживания, Таиланда, Вьетнама, Индонезии
SCHENGEN	Страны Шенгенского соглашения: Австрия, Бельгия, Венгрия, Германия, Греция, Дания, Исландия, Испания, Италия, Латвия, Литва, Лихтенштейн, Люксембург, Мальта, Нидерланды, Норвегия, Польша, Португалия, Словакия, Словения, Финляндия, Франция, Чехия, Швейцария, Швеция, Эстония

zetta

Страховщик: Общество с ограниченной ответственностью «Зетта Страхование», Лицензии ЦБ РФ СЛ № 1083, СИ № 1083
Россия, 121087, Москва, Багратионовский проезд, д. 7, корп. 11, email: info@zettains.ru, www.zettains.ru
Insurer: Zetta Insurance Company Ltd., Licenses of the Central Bank of the Russian Federation СЛ № 1083, СИ № 1083
Bagrationovsky proezd, 7 bld. 11, Moscow, 121087, Russia, email: info@zettains.ru, www.zettains.ru

ПОЛИС ПУТЕШЕСТВЕННИКА / TRAVEL INSURANCE POLICY TRV-E-BD00033461

Страхователь Policyholder	Сабанова Анастасия			Паспорт Passport	—		
Дата выписки Issue date	22.08.2019	Период страхования с Insurance period from	05.09.2019	по to	25.09.2019	дней days	21
Программа страхования Insurance Scheme	N-3	Страна пребывания Country of temporary stay	INDIA				
Территория страхования Insurance Territory	INDIA						

Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The Insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium	Безусловная франшиза Deductible	Спорт Sport
Shonin Sergei	15.12.1983	экв. 40000 USD	0.1700%	экв. 67.96 USD	экв. 100 USD	Sport-4

Дополнительные риски / Additional Risk Insured

Наименование риска name of risk	Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The Insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium
----------------------	----------------------	------	---------- ----------	---------	-------

Итого страховая премия по договору: Total: экв. 67.97 USD

Общая премия уплачена единовременно в полном размере Total premium paid: 4504 РУБ. Дата оплаты: date of payment: 22.08.2019

Особые условия:

1. Договор страхования вступает в силу с момента (времени) пересечения Застрахованным лицом границы Страны (Региона) постоянного проживания, но не ранее 00 часов дня, указанного в Договоре как дата начала периода страхования, и заканчивается при возвращении Застрахованного лица на территорию Страны (Региона) постоянного проживания (в момент пересечения границы), но не позднее 24 часов дня, указанного в Договоре как дата окончания периода страхования.

2. Страхователь дает согласие Страховщику на обработку (в том числе сбор, запись, систематизацию, накопление, хранение, уточнение, обновление, изменение, извлечение, использование, распространение, предоставление, доступ, передачу (в том числе трансграничную), обезличивание, блокирование и уничтожение) всех предоставленных Страховщику при заключении Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) персональных данных в целях заключения и исполнения Договора страхования, а также в целях реализации сторонами своих прав по Договору страхования, в частности, в целях получения Страховщиком неуплаченной в установленные сроки страховой премии (взносов). Страхователь соглашается с тем, что Страховщиком будут использованы следующие способы обработки персональных данных: автоматизированная, неавтоматизированная, смешанная. Данное согласие дается Страхователем бессрочно и может быть отозвано в любой момент времени путем передачи Страховщику подписанного письменного уведомления. Страхователь также подтверждает, что на момент заключения Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) все Застрахованные лица, Выгодоприобретатели, а также иные лица, указанные в Договоре страхования (при их наличии), проинформированы и дали согласие на передачу их персональных данных Страховщику с целью заключения и исполнения Договора страхования, включая получение ими информации о наименовании и адресе Страховщика, цели и правовом основании обработки персональных данных, информации о предполагаемых пользователях персональных данных, а также что Страхователь проинформировал указанных в Договоре лиц обо всех правах и обязанностях субъекта персональных данных, предусмотренных Федеральным законом от 27.07.2006 г. №152-ФЗ «О персональных данных». Страхователь обязуется довести до сведения указанных в Договоре лиц информацию, указанную в памятке об обработке персональных данных. Информация о наименовании и/или ФИО и адресах уполномоченных лиц, осуществляющих обработку персональных данных по поручению Страховщика (помимо информации о страховом агенте или брокере, указанном в Договоре страхования и/или который принимал участие при заключении Договора страхования), размещена на официальном сайте страховщика : www.zettains.ru. Указанная информация может время от времени обновляться.

3. Страхователь во исполнение требований Федерального закона от 07.08.2001 г. №115-ФЗ «О противодействии легализации (отмыванию) доходов, полученных преступным путем, и финансированию терроризма» обязуется предоставить Страховщику по его запросу документы и сведения для проведения идентификации Страхователя, его представителя, выгодоприобретателя, бенефициарного владельца, а также в случае необходимости обновления данных сведений.
4. Объем страхового покрытия по занятию застрахованным лицом спортом определяется в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г.
5. Не являются страховыми случаями события, произошедшие в результате занятия Застрахованным следующими видами спорта и активного отдыха: альпинизм, скалолазание. Лимит покрытия расходов на гипербарическую оксигенацию (лечение в барокамере) составляет экв. 5 000 USD/EUR/300 000 руб. Не являются страховым случаем события, произошедшие в результате занятия любым из видов дайвинга на территории республики Кипр.

Программа страхования / Insurance program	N-3
Страховая сумма / Sum Insured	экв. 40000 USD
Страховые риски / Risk Insured	Лимит ответственности / Sublimit
Медицинская транспортировка / Transportation to hospital & evacuation	экв. 15000 USD
Посмертная репатриация / Repatriation costs	экв. 15000 USD
Медицинские расходы / Medical expenses	экв. 40000 USD
Возвращение после длительной госпитализации / Return after long hospitalization	экв. 1000 USD
Эвакуация детей / Return home of children	экв. 1000 USD
Оплата срочных сообщений / Message relay	экв. 50 USD
Экстренная стоматологическая помощь / Emergency dental pain relief	экв. 150 USD

Страхователь подтверждает, что не является ИПДЛ/РПДЛ и/или родственником ИПДЛ/РПДЛ, а также что Застрахованный на день заключения Полиса не является инвалидом I или II группы, в т.ч. работающим, «ребенком-инвалидом», не состоит на учете в психоневрологическом или наркологическом диспансере, не страдает психическими расстройствами, а также не находится за пределами Страны (Региона) постоянного проживания. Страхователь уведомлен о том, что наличие у Застрахованного инвалидности и перечисленных выше состояний на момент заключения Полиса являются обстоятельствами, имеющими существенное значение для определения степени риска, и требующими уплаты дополнительной страховой премии. В случае если на момент заключения настоящего Полиса Страхователь / Застрахованный знал о наличии у него указанных выше состояний (в том числе инвалидности I или II группы) и не сообщил об этом Страховщику,
настоящий Полис в отношении такого Застрахованного будет признан недействительным с момента его заключения. Договор страхования (Полис) заключен в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г. (далее - Правила страхования), https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/. С использованием факсимильного воспроизведения подписи и печати Страховщика согласен. Согласие Страхователя на обработку персональных данных, а также получение на руки Правил страхования, являющихся неотъемлемой частью Полиса, и ознакомление с ними до заключения настоящего Полиса, а также предоставление информации, предусмотренной п. 2.1.2. Базового стандарта защиты прав и интересов физических и юридических лиц - получателей финансовых услуг, оказываемых членами саморегулируемых организаций, объединяющих страховые организации, в полном объеме, подтверждается путем оплаты Страхователем страховой премии по настоящему Полису. При необходимости Страхователь / Застрахованный может получить полную информацию о Страховщике, продуктах страхования, условиях Правил страхования на официальном сайте www.zettains.ru, https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/

Страховщик: ________ **/ Фатьянов И.С.**
Генеральный директор, действующий на основании устава

При заболевании или несчастном случае, прежде чем предпринять какие-либо действия, ВАМ НЕОБХОДИМО:

1. Связаться с Сервисной компанией по нижеуказанным телефонам.
2. При обращении в Сервисную компанию просьба сообщить:
   - Фамилию, имя, номер и срок действия страхового Полиса;
   - Ваше местонахождение и номер контактного телефона;
   - Дать краткое описание возникшей проблемы.
3. Расходы, понесенные без согласования со Страховщиком, возмещению не подлежат.
4. При самостоятельной оплате ранее согласованных со страховщиком медицинских услуг Страхователь (Застрахованный) должен в письменном виде заявить об этом Страховщику по возвращению из путешествия и предоставить все необходимые документы, подтверждающие факт наступления страхового случая.
5. Пожалуйста! Найдите время ознакомиться с Правилами страхования граждан, выезжающих за границу.

Телефоны Сервисных центров / Assistance Companies contacts:

Все страны мира (включая Россию и СНГ) / Worldwide including Russia & CIS +7 (495) 989 51 28

Финляндия / Finland +358 (9) 42 599 705 **Австрия / Austria +43 (1) 229 71 80** **Турция / Turkey +90 232 242 10 05**

Египет / Egypt +20 2241 37 303 **Испания / Spain +34 93 184 67 96** **Китай / China +7 (495) 989-51-28**

Страховая компания ООО «Зетта Страхование» желает Вам крепкого здоровья и приятной поездки!

Территория	Описание
TR I	Все страны мира, за исключением США, Канады, Японии, Австралии, стран Карибского бассейна и России
TR-II	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90км от места постоянного проживания
TR-V	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90 км от места постоянного проживания, Таиланда, Вьетнама, Индонезии
SCHENGEN	Страны Шенгенского соглашения: Австрия, Бельгия, Венгрия, Германия, Греция, Дания, Исландия, Испания, Италия, Латвия, Литва, Лихтенштейн, Люксембург, Мальта, Нидерланды, Норвегия, Польша, Португалия, Словакия, Словения, Финляндия,Франция, Чехия, Швейцария, Швеция, Эстония

zetta

Страховщик: Общество с ограниченной ответственностью «Зетта Страхование», Лицензия ЦБ РФ СЛ № 1083, СИ № 1083
Россия, 121087, Москва, Багратионовский проезд, д. 7, корп. 11, email: info@zettains.ru, www.zettains.ru
Insurer: Zetta Insurance Company Ltd., License of the Central Bank of the Russian Federation СЛ № 1083, СИ № 1083
Bagrationovsky proezd, 7 bld. 11, Moscow, 121087, Russia, email: info@zettains.ru, www.zettains.ru

ПОЛИС ПУТЕШЕСТВЕННИКА / TRAVEL INSURANCE POLICY TRV-E-8000033463

Страхователь Policyholder	Сабанова Анастасия			Паспорт Passport	—		
Дата выпуска Issue date	22.08.2019	Период страхования с Insurance period from	26.09.2019	по to	28.09.2019	дней days	3
Программа страхования Insurance Scheme	N-3	Страна пребывания Country of temporary stay	INDIA				
Территория страхования Insurance Territory	INDIA						

Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium	Безусловная франшиза Deductible	Спорт Sport
Shorin Sergei	15.12.1963	экв. 35000 USD	0,0100%	экв. 1.82 USD	экв. 100 USD	Sport-2

Дополнительные риски / Additional Risk Insured

Наименование риска name of risk	Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium
.....	.....	.....	....	.....	.....

Итого страховая премия по договору: Total:	экв. 1.83 USD		
Общая премия уплачена единовременно в полном размере Total premium paid	121 РУБ.	Дата оплаты: date of payment:	22.08.2019

Особые условия:

1. Договор страхования вступает в силу с момента (времени) пересечения Застрахованным лицом границы Страны (Региона) постоянного проживания, но не ранее 00 часов дня, указанного в Договоре как дата начала периода страхования, и заканчивается при возвращении Застрахованного лица на территорию Страны (Региона) постоянного проживания (в момент пересечения границы), но не позднее 24 часов дня, указанного в Договоре как дата окончания периода страхования.

2. Страхователь дает согласие Страховщику на обработку (в том числе сбор, запись, систематизацию, накопление, хранение, уточнение, обновление, изменение, извлечение, использование, распространение, предоставление, доступ, передачу (в том числе трансграничную), обезличивание, блокирование и уничтожение) всех предоставленных Страховщику при заключении Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) персональных данных в целях заключения и исполнения Договора страхования, а также в целях реализации сторонами своих прав по Договору страхования, в частности, в целях получения Страховщиком неуплаченной в установленные сроки страховой премии (взносов). Страхователь соглашается с тем, что Страховщиком будут использованы следующие способы обработки персональных данных: автоматизированная, неавтоматизированная, смешанная. Данное согласие дается Страхователем бессрочно и может быть отозвано в любой момент времени путем передачи Страховщику подписанного письменного уведомления. Страхователь также подтверждает, что на момент заключения Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) все Застрахованные лица, Выгодоприобретатели, а также иные лица, указанные в Договоре страхования (при их наличии), проинформированы и дали согласие на передачу их персональных данных Страховщику с целью заключения и исполнения Договора страхования, включая получение ими информации о наименовании и адресе Страховщика, цели и правовом основании обработки персональных данных, информации о предполагаемых пользователях персональных данных, а также что Страхователь проинформировал указанных в Договоре лиц обо всех правах и обязанностях субъекта персональных данных, предусмотренных Федеральным законом от 27.07.2006 г. №152-ФЗ «О персональных данных». Страхователь обязуется довести до сведения указанных в Договоре лиц информацию, указанную в памятке об обработке персональных данных. Информация о наименовании или ФИО и адресах уполномоченных лиц, осуществляющих обработку персональных данных по поручению Страховщика (помимо информации о страховом агенте или брокере, указанном в Договоре страхования или который принимал участие при заключении Договора страхования), размещена на официальном сайте страховщика : www.zettains.ru. Указанная информация может время от времени обновляться.

3. Страхователь во исполнение требований Федерального закона от 07.08.2001 г. №115-ФЗ «О противодействии легализации (отмыванию) доходов, полученных преступным путем, и финансированию терроризма» обязуется предоставить Страховщику по его запросу документы и сведения для проведения идентификации Страхователя, его представителя, выгодоприобретателя, бенефициарного владельца, а также в случае необходимости обновления данных сведений.

4. Объем страхового покрытия по занятию застрахованным лицом спортом определяется в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г.

5. Не являются страховыми случаями события, произошедшие в результате занятия Застрахованным следующими видами спорта и активного отдыха: альпинизм, скалолазание. Лимит покрытия расходов на гипербарическую оксигенацию (лечение в барокамере) составляет экв. 5 000 USD/EUR/300 000 руб. Не являются страховым случаем события, произошедшие в результате занятия любым из видов дайвинга на территории республики Кипр.

Программа страхования / Insurance program	N-3
Страховая сумма / Sum Insured	экв. 35000 USD
Страховые риски / Risk Insured	Лимит ответственности / Sublimit
Медицинская транспортировка / Transportation to hospital & evacuation	экв. 15000 USD
Посмертная репатриация / Repatriation costs	экв. 15000 USD
Медицинские расходы / Medical expenses	экв. 35000 USD
Возвращение после длительной госпитализации / Return after long hospitalization	экв. 1000 USD
Эвакуация детей / Return home of children	экв. 1000 USD
Оплата срочных сообщений / Message relay	экв. 50 USD
Экстренная стоматологическая помощь / Emergency dental pain relief	экв. 150 USD

Страхователь подтверждает, что не является ИПДЛ/РПДЛ и/или родственником ИПДЛ/РПДЛ, а также что Застрахованный на день заключения Полиса не является инвалидом I или II группы, а также работающим, пребывающим-инвалидом, не состоит на учете в психо-неврологическом или наркологическом диспансере, не страдает психическими расстройствами, а также не находится за пределами Страны (Региона) постоянного проживания. Страхователь уведомлен о том, что наличие у Застрахованного инвалидности и перечисленных выше состояний на момент заключения Полиса являются обстоятельствами, имеющими существенное значение для определения степени риска, и требующими уплаты дополнительной страховой премии. В случае если на момент заключения настоящего Полиса Страхователь / Застрахованный знал о наличии у него указанных выше состояний (в том числе инвалидности I или II группы) и не сообщил об этом Страховщику,
настоящий Полис в отношении такого Застрахованного будет признан недействительным с момента его заключения. Договор страхования (Полис) заключен в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г. (далее - Правила страхования), https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/. С использованием факсимильного воспроизведения подписи и печати Страховщика согласен. Согласие Страхователя на обработку персональных данных, а также получение на руки Правил страхования, являющихся необъемлемой частью Полиса, и ознакомление с ними до заключения настоящего Полиса, а также предоставление информации, предусмотренной п. 2.1.2. Базового стандарта защиты прав и интересов физических и юридических лиц - получателей финансовых услуг, оказываемых членами саморегулируемых организаций, объединяющих страховые организации, в полном объеме, подтверждается путем оплаты Страхователем страховой премии по настоящему Полису. При необходимости Страхователь / Застрахованный может получить полную информацию о Страховщике, продуктах страхования, условиях Правил страхования на официальном сайте www.zettains.ru, https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/

Страховщик: _____ / **Фатьянов И.С.**
Генеральный директор, действующий на основании устава

При заболевании или несчастном случае, прежде чем предпринять какие-либо действия, ВАМ НЕОБХОДИМО:

1. Связаться с Сервисной компанией по нижеуказанным телефонам.
2. При обращении в Сервисную компанию просьба сообщить:
   - Фамилию, имя, номер и срок действия страхового Полиса;
   - Ваше местонахождение и номер контактного телефона;
   - Дать краткое описание возникшей проблемы.
3. Расходы, понесенные без согласования со Страховщиком, возмещению не подлежат.
4. При самостоятельной оплате ранее согласованных со страховщиком медицинских услуг Страхователь (Застрахованный) должен в письменном виде заявить об этом Страховщику по возвращению из путешествия и предоставить все необходимые документы, подтверждающие факт наступления страхового случая.
5. Пожалуйста! Найдите время ознакомиться с Правилами страхования граждан, выезжающих за границу.

Телефоны Сервисных центров / Assistance Companies contacts:

Все страны мира (включая Россию и СНГ) / Worldwide including Russia & CIS +7 (495) 989 51 28

Финляндия / Finland +358 (9) 42 599 705
Египет / Egypt +20 2241 37 303
Австрия / Austria +43 (1) 229 71 80
Испания / Spain +34 93 184 67 96
Турция / Turkey +90 232 242 10 95
Китай / China +7 (495) 989-51-28

Страховая компания ООО «Зетта Страхование» желает Вам крепкого здоровья и приятной поездки!

Территория	Описание
TR-I	Все страны мира, за исключением США, Канады, Японии, Австралии, стран Карибского бассейна и России
TR-II	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90км от места постоянного проживания
TR-V	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90 км от места постоянного проживания, Таиланда, Вьетнама, Индонезии
SCHENGEN	Страны Шенгенского соглашения: Австрия, Бельгия, Венгрия, Германия, Греция, Дания, Исландия, Испания, Италия, Латвия, Литва, Лихтенштейн, Люксембург, Мальта, Нидерланды, Норвегия, Польша, Португалия, Словакия, Словения, Финляндия, Франция, Чехия, Швейцария, Швеция, Эстония

zetta

Страховщик: Общество с ограниченной ответственностью «Зетта Страхование», Лицензии ЦБ РФ СЛ № 1083, СИ № 1083
Россия, 121087, Москва, Багратионовский проезд, д. 7, корп. 11, email: info@zettains.ru, www.zettains.ru
Insurer: Zetta Insurance Company Ltd., Licenses of the Central Bank of the Russian Federation СЛ № 1083, СИ № 1083
Bagrationovskiy proezd, 7 bld. 11, Moscow, 121087, Russia, email: info@zettains.ru, www.zettains.ru

ПОЛИС ПУТЕШЕСТВЕННИКА / TRAVEL INSURANCE POLICY TRV-E-8000033454

Страхователь Policyholder	Сабанова Анастасия			Паспорт Passport	—		
Дата выписки Issue date	22.08.2019	Период страхования с Insurance period from	01.09.2019	по to	04.09.2019	дней days	4
Программа страхования Insurance Scheme	N-3	Страна пребывания Country of temporary stay	INDIA				
Территория страхования Insurance Territory	INDIA						

Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The Insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium	Безусловная франшиза Deductible	Спорт Sport
Sabanova Anastasia	31.01.1988	экв. 35000 USD	0.0100%	экв. 3.74 USD	экв. 100 USD	Sport-2

Дополнительные риски / Additional Risk Insured

Наименование риска name of risk	Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The Insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium
----------------------	----------------------	------	---------- ----------	----------	-------

Итого страховая премия по договору: Total: экв. 3.74 USD

Общая премия уплачена единовременно в полном размере Total premium paid: 248 РУБ. Дата оплаты: date of payment: 22.08.2019

Особые условия:

1. Договор страхования вступает в силу с момента (времени) пересечения Застрахованным лицом границы Страны (Региона) постоянного проживания, но не ранее 00 часов дня, указанного в Договоре как дата начала периода страхования, и заканчивается при возвращении Застрахованного лица на территорию Страны (Региона) постоянного проживания (в момент пересечения границы), но не позднее 24 часов дня, указанного в Договоре как дата окончания периода страхования.

2. Страхователь дает согласие Страховщику на обработку (в том числе сбор, запись, систематизацию, накопление, хранение, уточнение, обновление, изменение, извлечение, использование, распространение, предоставление, доступ, передачу (в том числе трансграничную), обезличивание, блокирование и уничтожение) всех предоставленных Страховщику при заключении Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) персональных данных в целях заключения и исполнения Договора страхования, а также в целях реализации сторонами своих прав по Договору страхования, в частности, в целях получения Страховщиком неуплаченной в установленные сроки страховой премии (взносов). Страхователь соглашается с тем, что Страховщиком будут использованы следующие способы обработки персональных данных: автоматизированная, неавтоматизированная, смешанная. Данное согласие дается Страхователем бессрочно и может быть отозвано в любой момент времени путем передачи Страховщику подписанного письменного уведомления. Страхователь также подтверждает, что на момент заключения Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) все Застрахованные лица, Выгодоприобретатели, а также иные лица, указанные в Договоре страхования (при их наличии), проинформированы и дали согласие на передачу их персональных данных Страховщику с целью заключения и исполнения Договора страхования, включая получение ими информации о наименовании и адресе Страховщика, цели и правовом основании обработки персональных данных, информации о предполагаемых пользователях персональных данных, а также что Страхователь проинформировал указанных в Договоре лиц обо всех правах и обязанностях субъекта персональных данных, предусмотренных Федеральным законом от 27.07.2006 г. №152-ФЗ «О персональных данных». Страхователь обязуется довести до сведения указанных в Договоре лиц информацию, указанную в памятке об обработке персональных данных. Информация о наименовании и/или ФИО и адресах уполномоченных лиц, осуществляющих обработку персональных данных по поручению Страховщика (помимо информации о страховом агенте или брокере, указанном в Договоре страхования и/или который принимал участие при заключении Договора страхования), размещена на официальном сайте страховщика : www.zettains.ru. Указанная информация может время от времени обновляться.

3. Страхователь во исполнение требований Федерального закона от 07.08.2001 г. №115-ФЗ «О противодействии легализации (отмыванию) доходов, полученных преступным путем, и финансированию терроризма» обязуется предоставить Страховщику по его запросу документы и сведения для проведения идентификации Страхователя, его представителя, выгодоприобретателя, бенефициарного владельца, а также в случае необходимости обновления данных сведений.
4. Объем страхового покрытия по занятию застрахованным лицом спортом определяется в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г.
5. Не являются страховыми случаями события, произошедшие в результате занятия Застрахованным следующими видами спорта и активного отдыха: альпинизм, скалолазание. Лимит покрытия расходов на гипербарическую оксигенацию (лечение в барокамере) составляет экв. 5 000 USD/EUR/300 000 руб. Не являются страховым случаем события, произошедшие в результате занятия любым из видов дайвинга на территории республики Кипр.

Программа страхования / Insurance program	N-3
Страховая сумма / Sum Insured	экв. 35000 USD
Страховые риски / Risk Insured	Лимит ответственности / Sublimit
Медицинская транспортировка / Transportation to hospital & evacuation	экв. 15000 USD
Посмертная репатриация / Repatriation costs	экв. 15000 USD
Медицинские расходы / Medical expenses	экв. 35000 USD
Возвращение после длительной госпитализации / Return after long hospitalization	экв. 1000 USD
Эвакуация детей / Return home of children	экв. 1000 USD
Оплата срочных сообщений / Message relay	экв. 50 USD
Экстренная стоматологическая помощь / Emergency dental pain relief	экв. 150 USD

Страхователь подтверждает, что не является ИПДЛ/РПДЛ и/или родственником ИПДЛ/РПДЛ, а также что Застрахованный на день заключения Полиса не является инвалидом I или II группы, в т.ч. работающим, «ребенком-инвалидом», не состоит на учете в психоневрологическом или наркологическом диспансере, не страдает психическими расстройствами, а также не находится за пределами Страны (Региона) постоянного проживания. Страхователь уведомлен о том, что наличие у Застрахованного инвалидности и перечисленных выше состояний на момент заключения Полиса являются обстоятельствами, имеющими существенное значение для определения степени риска, и требующими уплаты дополнительной страховой премии. В случае если на момент заключения настоящего Полиса Страхователь / Застрахованный знал о наличии у него указанных выше состояний (в том числе инвалидности I или II группы) и не сообщил об этом Страховщику,
настоящий Полис в отношении такого Застрахованного будет признан недействительным с момента его заключения. Договор страхования (Полис) заключен в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г. (далее - Правила страхования), https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/. С использованием факсимильного воспроизведения подписи и печати Страховщика согласен. Согласие Страхователя на обработку персональных данных, а также получение на руки Правил страхования, являющихся необъемлемой частью Полиса, и ознакомление с ними до заключения настоящего Полиса, а также предоставление информации, предусмотренной п. 2.1.2. Базового стандарта защиты прав и интересов физических и юридических лиц - получателей финансовых услуг, оказываемых членами саморегулируемых организаций, объединяющих страховые организации, в полном объеме, подтверждается путем оплаты Страхователем страховой премии по настоящему Полису. При необходимости Страхователь / Застрахованный может получить полную информацию о Страховщике, продуктах страхования, условиях Правил страхования на официальном сайте www.zettains.ru, https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/

Страховщик: ____________ **/ Фатьянов И.С.**
Генеральный директор, действующий на основании устава

При заболевании или несчастном случае, прежде чем предпринять какие-либо действия, ВАМ НЕОБХОДИМО:

1. Связаться с Сервисной компанией по нижеуказанным телефонам.
2. При обращении в Сервисную компанию просьба сообщить:
   - Фамилию, имя, номер и срок действия страхового Полиса;
   - Ваше местонахождение и номер контактного телефона;
   - Дать краткое описание возникшей проблемы.
3. Расходы, понесенные без согласования со Страховщиком, возмещению не подлежат.
4. При самостоятельной оплате ранее согласованных со страховщиком медицинских услуг Страхователь (Застрахованный) должен в письменном виде заявить об этом Страховщику по возвращению из путешествия и предоставить все необходимые документы, подтверждающие факт наступления страхового случая.
5. Пожалуйста! Найдите время ознакомиться с Правилами страхования граждан, выезжающих за границу.

Телефоны Сервисных центров / Assistance Companies contacts:

Все страны мира (включая Россию и СНГ) / Worldwide including Russia & CIS +7 (495) 989 51 28

Финляндия / Finland +358 (9) 42 599 705 **Австрия / Austria +43 (1) 229 71 80** **Турция / Turkey +90 232 242 10 05**

Египет / Egypt +20 2241 37 303 **Испания / Spain +34 93 184 67 96** **Китай / China +7 (495) 989-51-28**

Страховая компания ООО «Зетта Страхование» желает Вам крепкого здоровья и приятной поездки!

Территория	Описание
TR-I	Все страны мира, за исключением США, Канады, Японии, Австралии, стран Карибского бассейна и России
TR-II	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90км от места постоянного проживания
TR-V	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90 км от места постоянного проживания, Таиланда, Вьетнама, Индонезии
SCHENGEN	Страны Шенгенского соглашения: Австрия, Бельгия, Венгрия, Германия, Греция, Дания, Исландия, Испания, Италия, Латвия, Литва, Лихтенштейн, Люксембург, Мальта, Нидерланды, Норвегия, Польша, Португалия, Словакия, Словения, Финляндия, Франция, Чехия, Швейцария, Швеция, Эстония

zetta

Страховщик: Общество с ограниченной ответственностью «Зетта Страхование». Лицензии ЦБ РФ СЛ № 1083, СИ № 1083
Россия, 121087, Москва, Багратионовский проезд, д. 7, корп. 11, email: info@zettains.ru. www.zettains.ru
Insurer: Zetta Insurance Company Ltd., Licenses of the Central Bank of the Russian Federation СЛ № 1083, СИ № 1083
Bagrationovsky proezd. 7 bld. 11. Moscow. 121087. Russia. email: info@zettains.ru. www.zettains.ru

ПОЛИС ПУТЕШЕСТВЕННИКА / TRAVEL INSURANCE POLICY TRV-E-800033453

Страхователь Policyholder	Сабанова Анастасия		Паспорт Passport			
Дата выписки Issue date	22.08.2019	Период страхования с Insurance period from	05.09.2019	по to	25.09.2019	дней days 21
Программа страхования Insurance Scheme	N-3	Страна пребывания Country of temporary stay	INDIA			
Территория страхования Insurance Territory	INDIA					

Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The Insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium	Безусловная франшиза Deductible	Спорт Sport
Sabanova Anastasia	31.01.1988	экв. 40000 USD	0.2000%	экв. 81.39 USD	экв. 100 USD	Sport-4

Дополнительные риски / Additional Risk insured

Наименование риска name of risk	Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The Insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium
----------------------	----------------------	------	---------- ----------	---------	-------

Итого страховая премия по договору: Total: экв. 81.4 USD

Общая премия уплачена единовременно в полном размере Total premium paid: 5394 РУБ. Дата оплаты: date of payment: 22.08.2019

Особые условия:

1. Договор страхования вступает в силу с момента (времени) пересечения Застрахованным лицом границы Страны (Региона) постоянного проживания, но не ранее 00 часов дня, указанного в Договоре как дата начала периода страхования, и заканчивается при возвращении Застрахованного лица на территорию Страны (Региона) постоянного проживания (в момент пересечения границы), но не позднее 24 часов дня, указанного в Договоре как дата окончания периода страхования.

2. Страхователь дает согласие Страховщику на обработку (в том числе сбор, запись, систематизацию, накопление, хранение, уточнение, обновление, изменение, извлечение, использование, распространение, предоставление, доступ, передачу (в том числе трансграничную), обезличивание, блокирование и уничтожение) всех предоставленных Страховщику при заключении Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) персональных данных в целях заключения и исполнения Договора страхования, а также в целях реализации сторонами своих прав по Договору страхования, в частности, в целях получения Страховщиком неуплаченной в установленные сроки страховой премии (взносов). Страхователь соглашается с тем, что Страховщиком будут использованы следующие способы обработки персональных данных: автоматизированная, неавтоматизированная, смешанная. Данное согласие дается Страхователем бессрочно и может быть отозвано в любой момент времени путем передачи Страховщику подписанного письменного уведомления. Страхователь также подтверждает, что на момент заключения Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) все Застрахованные лица, Выгодоприобретатели, а также иные лица, указанные в Договоре страхования (при их наличии), проинформированы и дали согласие на передачу их персональных данных Страховщику с целью заключения и исполнения Договора страхования, включая получение ими информации о наименовании и адресе Страховщика, цели и правовом основании обработки персональных данных, информации о предполагаемых пользователях персональных данных, а также что Страхователь проинформировал указанных в Договоре лиц обо всех правах и обязанностях субъекта персональных данных, предусмотренных Федеральным законом от 27.07.2006 г. №152-ФЗ «О персональных данных». Страхователь обязуется довести до сведения указанных в Договоре лиц информацию, указанную в памятке об обработке персональных данных. Информация о наименовании и/или ФИО и адресах уполномоченных лиц, осуществляющих обработку персональных данных по поручению Страховщика (помимо информации о страховом агенте или брокере, указанном в Договоре страхования и/или который принимал участие при заключении Договора страхования), размещена на официальном сайте страховщика : www.zettains.ru. Указанная информация может время от времени обновляться.

3. Страхователь во исполнение требований Федерального закона от 07.08.2001 г. №115-ФЗ «О противодействии легализации (отмыванию) доходов, полученных преступным путем, и финансированию терроризма» обязуется предоставить Страховщику по его запросу документы и сведения для проведения идентификации Страхователя, его представителя, выгодоприобретателя, бенефициарного владельца, а также в случае необходимости обновления данных сведений.
4. Объем страхового покрытия по занятию застрахованным лицом спортом определяется в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г.
5. Не являются страховыми случаями события, произошедшие в результате занятия Застрахованным следующими видами спорта и активного отдыха: альпинизм, скалолазание. Лимит покрытия расходов на гипербарическую оксигенацию (лечение в барокамере) составляет экв. 5 000 USD/EUR/400 000 руб. Не являются страховым случаем события, произошедшие в результате занятия любым из видов дайвинга на территории республики Кипр.

Программа страхования / Insurance program	N-3
Страховая сумма / Sum Insured	экв. 40000 USD
Страховые риски / Risk Insured	Лимит ответственности / Sublimit
Медицинская транспортировка / Transportation to hospital & evacuation	экв. 15000 USD
Посмертная репатриация / Repatriation costs	экв. 15000 USD
Медицинские расходы / Medical expenses	экв. 40000 USD
Возвращение после длительной госпитализации / Return after long hospitalization	экв. 1000 USD
Эвакуация детей / Return home of children	экв. 1000 USD
Оплата срочных сообщений / Message relay	экв. 50 USD
Экстренная стоматологическая помощь / Emergency dental pain relief	экв. 150 USD

Страхователь подтверждает, что не является ИПДЛ/РПДЛ и/или родственником ИПДЛ/РПДЛ, а также что Застрахованный на день заключения Полиса не является инвалидом I или II группы, в т.ч. работающим, «ребенком-инвалидом», не состоит на учете в психоневрологическом или наркологическом диспансере, не страдает психическими расстройствами, а также не находится за пределами Страны (Региона) постоянного проживания. Страхователь уведомлен о том, что наличие у Застрахованного инвалидности и перечисленных выше состояний на момент заключения Полиса являются обстоятельствами, имеющими существенное значение для определения степени риска, и требующими уплаты дополнительной страховой премии. В случае если на момент заключения настоящего Полиса Страхователь / Застрахованный знал о наличии у него указанных выше состояний (в том числе инвалидности I или II группы) и не сообщил об этом Страховщику,
настоящий Полис в отношении такого Застрахованного будет признан недействительным с момента его заключения. Договор страхования (Полис) заключен в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г. (далее - Правила страхования), https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/. С использованием факсимильного воспроизведения подписи и печати Страховщика согласен. Согласие Страхователя на обработку персональных данных, а также получение на руки Правил страхования, являющихся неотъемлемой частью Полиса, и ознакомление с ними до заключения настоящего Полиса, а также предоставление информации, предусмотренной п. 2.1.2. Базового стандарта защиты прав и интересов физических и юридических лиц - получателей финансовых услуг, оказываемых членами саморегулируемых организаций, объединяющих страховые организации, в полном объеме, подтверждается путем оплаты Страхователем страховой премии по настоящему Полису. При необходимости Страхователь / Застрахованный может получить полную информацию о Страховщике, продуктах страхования, условиях Правил страхования на официальном сайте www.zettains.ru, https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/

Страховщик: ____________ **/ Фатьянов И.С.**
Генеральный директор, действующий на основании устава

При заболевании или несчастном случае, прежде чем предпринять какие-либо действия, ВАМ НЕОБХОДИМО:

1. Связаться с Сервисной компанией по нижеуказанным телефонам.
2. При обращении в Сервисную компанию просьба сообщить:
   • Фамилию, имя, номер и срок действия страхового Полиса;
   • Ваше местонахождение и номер контактного телефона;
   • Дать краткое описание возникшей проблемы.
3. Расходы, понесенные без согласования со Страховщиком, возмещению не подлежат.
4. При самостоятельной оплате ранее согласованных со страховщиком медицинских услуг Страхователь (Застрахованный) должен в письменном виде заявить об этом Страховщику по возвращению из путешествия и предоставить все необходимые документы, подтверждающие факт наступления страхового случая.
5. Пожалуйста! Найдите время ознакомиться с Правилами страхования граждан, выезжающих за границу.

Телефоны Сервисных центров / Assistance Companies contacts:

Все страны мира (включая Россию и СНГ) / Worldwide including Russia & CIS +7 (495) 989 51 28

Финляндия / Finland +358 (9) 42 599 705 **Австрия / Austria +43 (1) 229 71 80** **Турция / Turkey +90 232 242 10 05**

Египет / Egypt +20 2241 37 303 **Испания / Spain +34 93 184 67 96** **Китай / China +7 (495) 989-51-28**

Страховая компания ООО «Зетта Страхование» желает Вам крепкого здоровья и приятной поездки!

Территория	Описание
TR-I	Все страны мира, за исключением США, Канады, Японии, Австралии, стран Карибского бассейна и России
TR-II	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90км от места постоянного проживания
TR-V	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90 км от места постоянного проживания, Таиланда, Вьетнама, Индонезии
SCHENGEN	Страны Шенгенского соглашения: Австрия, Бельгия, Венгрия, Германия, Греция, Дания, Исландия, Испания, Италия, Латвия, Литва, Лихтенштейн, Люксембург, Мальта, Нидерланды, Норвегия, Польша, Португалия, Словакия, Словения, Финляндия,Франция, Чехия, Швейцария, Швеция, Эстония

Страховщик: Общество с ограниченной ответственностью «Зетта Страхование», Лицензии ЦБ РФ СЛ № 1083, СИ № 1083
Россия, 121087, Москва, Багратионовский проезд, д. 7, корп. 11, email: info@zettains.ru, www.zettains.ru
Insurer: Zetta Insurance Company Ltd., Licenses of the Central Bank of the Russian Federation СЛ № 1083, СИ № 1083
Bagrationovsky proezd, 7 bld. 11, Moscow, 121087, Russia, email: info@zettains.ru, www.zettains.ru

ПОЛИС ПУТЕШЕСТВЕННИКА / TRAVEL INSURANCE POLICY TRV-E-B000033455

Страхователь Policyholder	Сабанова Анастасия		Паспорт Passport	—		
Дата выписки Issue date	22.08.2019	Период страхования с Insurance period from	26.09.2019	по to	28.09.2019	дней days	3
Программа страхования Insurance Scheme	N-3	Страна пребывания Country of temporary stay	INDIA			
Территория страхования Insurance Territory	INDIA					

Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium	Безусловная франшиза Deductible	Спорт Sport
Sabanova Anastasia	31.01.1988	экв. 35000 USD	0.0100%	экв. 2.18 USD	экв. 100 USD	Sport-2

Дополнительные риски / Additional Risk Insured

Наименование риска name of risk	Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium
----------------------	----------------------	------	---------- ----------	---------	-------

Итого страховая премия по договору: Total: экв. 2.19 USD

Общая премия уплачена единовременно в полном размере Total premium paid: 145 РУБ

Дата оплаты date of payment: 22.08.2019

Особые условия:

1. Договор страхования вступает в силу с момента (времени) пересечения Застрахованным лицом границы Страны (Региона) постоянного проживания, но не ранее 00 часов дня, указанного в Договоре как дата начала периода страхования, и заканчивается при возвращении Застрахованного лица на территорию Страны (Региона) постоянного проживания (в момент пересечения границы), но не позднее 24 часов дня, указанного в Договоре как дата окончания периода страхования.

2. Страхователь дает согласие Страховщику на обработку (в том числе сбор, запись, систематизацию, накопление, хранение, уточнение, обновление, изменение, извлечение, использование, распространение, предоставление, доступ, передачу (в том числе трансграничную), обезличивание, блокирование и уничтожение) всех предоставленных Страховщику при заключении Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) персональных данных в целях заключения и исполнения Договора страхования, а также в целях реализации сторонами своих прав по Договору страхования, в частности, в целях получения Страховщиком неуплаченной в установленные сроки страховой премии (взносов). Страхователь соглашается с тем, что Страховщиком будут использованы следующие способы обработки персональных данных: автоматизированная, неавтоматизированная, смешанная. Данное согласие дается Страхователем бессрочно и может быть отозвано в любой момент времени путем передачи Страховщику подписанного письменного уведомления. Страхователь также подтверждает, что на момент заключения Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) все Застрахованные лица, Выгодоприобретатели, а также иные лица, указанные в Договоре страхования (при их наличии), проинформированы и дали согласие на передачу их персональных данных Страховщику с целью заключения и исполнения Договора страхования, включая получение ими информации о наименовании и адресе Страховщика, цели и правовом основании обработки персональных данных, информации о предполагаемых пользователях персональных данных, а также что Страхователь проинформировал указанных в Договоре лиц обо всех правах и обязанностях субъекта персональных данных, предусмотренных Федеральным законом от 27.07.2006 г. №152-ФЗ «О персональных данных». Страхователь обязуется довести до сведения указанных в Договоре лиц информацию, указанную в памятке об обработке персональных данных. Информация о наименовании и/или ФИО и адресах уполномоченных лиц, осуществляющих обработку персональных данных по поручению Страховщика (помимо информации о страховом агенте или брокере, указанном в Договоре страхования и/или который принимал участие при заключении Договора страхования), размещена на официальном сайте страховщика : www.zettains.ru. Указанная информация может время от времени обновляться.

3. Страхователь во исполнение требований Федерального закона от 07.08.2001 г. №115-ФЗ «О противодействии легализации (отмыванию) доходов, полученных преступным путем, и финансированию терроризма» обязуется предоставить Страховщику по его запросу документы и сведения для проведения идентификации Страхователя, его представителя, выгодоприобретателя, бенефициарного владельца, а также в случае необходимости обновления данных сведений.
4. Объем страхового покрытия по занятию застрахованным лицом спортом определяется в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г.
5. Не являются страховыми случаями события, произошедшие в результате занятия Застрахованным следующими видами спорта и активного отдыха: альпинизм, скалолазание. Лимит покрытия расходов на гипербарическую оксигенацию (лечение в барокамере) составляет экв. 5 000 USD/EUR/300 000 руб. Не являются страховым случаем события, произошедшие в результате занятия любым из видов дайвинга на территории республики Кипр.

Программа страхования / Insurance program	N-3
Страховая сумма / Sum Insured	экв. 35000 USD
Страховые риски / Risk Insured	Лимит ответственности / Submit
Медицинская транспортировка / Transportation to hospital & evacuation	экв. 15000 USD
Посмертная репатриация / Repatriation costs	экв. 15000 USD
Медицинские расходы / Medical expenses	экв. 35000 USD
Возвращение после длительной госпитализации / Return after long hospitalization	экв. 1000 USD
Эвакуация детей / Return home of children	экв. 1000 USD
Оплата срочных сообщений / Message relay	экв. 50 USD
Экстренная стоматологическая помощь / Emergency dental pain relief	экв. 150 USD

Страхователь подтверждает, что не является ИПДЛ/РПДЛ и/или родственником ИПДЛ/РПДЛ, а также что Застрахованный на день заключения Полиса не является инвалидом I или II группы, в т.ч. работающим, «ребенком-инвалидом», не состоит на учете в психоневрологическом или наркологическом диспансере, не страдает психическими расстройствами, а также не находится за пределами Страны (Региона) постоянного проживания. Страхователь уведомлен о том, что наличие у Застрахованного инвалидности и перечисленных выше состояний на момент заключения Полиса являются обстоятельствами, имеющими существенное значение для определения степени риска, и требующими уплаты дополнительной страховой премии. В случае если на момент заключения настоящего Полиса Страхователь / Застрахованный знал о наличии у него указанных выше состояний (в том числе инвалидности I или II группы) и не сообщил об этом Страховщику,
настоящий Полис в отношении такого Застрахованного будет признан недействительным с момента его заключения. Договор страхования (Полис) заключен в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г. (далее - Правила страхования), https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/. С использованием факсимильного воспроизведения подписи и печати Страховщика согласен. Согласие Страхователя на обработку персональных данных, а также получение на руки Правил страхования, являющихся необъемлемой частью Полиса, и ознакомление с ними до заключения настоящего Полиса, а также предоставление информации, предусмотренной п. 2.1.2. Базового стандарта защиты прав и интересов физических и юридических лиц - получателей финансовых услуг, оказываемых членами саморегулируемых организаций, объединяющих страховые организации, в полном объеме, подтверждается путем оплаты Страхователем страховой премии по настоящему Полису. При необходимости Страхователь / Застрахованный может получить полную информацию о Страховщике, продуктах страхования, условиях Правил страхования на официальном сайте www.zettains.ru. https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/

Страховщик: ________ / Фатьянов И.С.
Генеральный директор, действующий на основании устава

При заболевании или несчастном случае, прежде чем предпринять какие-либо действия, ВАМ НЕОБХОДИМО:

1. Связаться с Сервисной компанией по нижеуказанным телефонам.
2. При обращении в Сервисную компанию просьба сообщить:
   - Фамилию, имя, номер и срок действия страхового Полиса;
   - Ваше местонахождение и номер контактного телефона;
   - Дать краткое описание возникшей проблемы.
3. Расходы, понесенные без согласования со Страховщиком, возмещению не подлежат.
4. При самостоятельной оплате ранее согласованных со страховщиком медицинских услуг Страхователь (Застрахованный) должен в письменном виде заявить об этом Страховщику по возвращению из путешествия и предоставить все необходимые документы, подтверждающие факт наступления страхового случая.
5. Пожалуйста! Найдите время ознакомиться с Правилами страхования граждан, выезжающих за границу.

Телефоны Сервисных центров / Assistance Companies contacts:

Все страны мира (включая Россию и СНГ) / Worldwide including Russia & CIS +7 (495) 989 51 28

Финляндия / Finland +358 (9) 42 599 705
Австрия / Austria +43 (1) 229 71 80
Турция / Turkey +90 232 242 10 05
Египет / Egypt +20 2241 37 303
Испания / Spain +34 93 184 67 96
Китай / China +7 (495) 989-51-28

Страховая компания ООО «Зетта Страхование» желает Вам крепкого здоровья и приятной поездки!

Территория	Описание
TR-I	Все страны мира, за исключением США, Канады, Японии, Австралии, стран Карибского бассейна и России
TR-II	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90км от места постоянного проживания
TR-V	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90 км от места постоянного проживания, Таиланда, Вьетнама, Индонезии
SCHENGEN	Страны Шенгенского соглашения: Австрия, Бельгия, Венгрия, Германия, Греция, Дания, Исландия, Испания, Италия, Латвия, Литва, Лихтенштейн, Люксембург, Мальта, Нидерланды, Норвегия, Польша, Португалия, Словакия, Словения, Финляндия,Франция, Чехия, Швейцария, Швеция, Эстония

СТРАХОВОЙ ПОЛИС

Тинькофф Страхование

Полис страхования непредвиденных расходов путешественника/
Travel Insurance Policy № 2929113096 от 25.04.2019

Настоящий Полис удостоверяет факт включения Застрахованного в Программу страхования в рамках Договора страхования непредвиденных расходов путешественников (далее – Договор), заключенного между Страховщиком — АО «Тинькофф Страхование» и Страхователем — АО «Тинькофф Банк» (Далее — Стороны). К отношениям Сторон, не урегулированным настоящим Полисом, применяются положения «Правил страхования непредвиденных расходов путешественников» в редакции, действующей на дату подключения Застрахованного к Программе страхования.

Страхователь/Policyholder:

АО «Тинькофф Банк»

Застрахованный/Insured	Дата рождения/Date of birth:	Паспорт/Passport:
Ivan Savchenko	28.05.1987	71 1997499

Тип полиса/Policy type: Годовой / Annual

Территория страхования/Valid in:	Цель поездки/Covered activities:
Весь мир / Worldwide за исключением/excluding: ИСЛАМСКАЯ РЕСПУБЛИКА АФГАНИСТАН; РЕСПУБЛИКА ЮЖНЫЙ СУДАН; РЕСПУБЛИКА СУДАН; ЦЕНТРАЛЬНОАФРИКАНСКАЯ РЕСПУБЛИКА; РЕСПУБЛИКА КОНГО; РЕСПУБЛИКА ИРАК; ИСЛАМСКАЯ РЕСПУБЛИКА ИРАН; ФЕДЕРАТИВНАЯ РЕСПУБЛИКА СОМАЛИ; РЕСПУБЛИКА СЬЕРРА-ЛЕОНЕ; ЙЕМЕНСКАЯ РЕСПУБЛИКА; КОРЕЙСКАЯ НАРОДНО-ДЕМОКРАТИЧЕСКАЯ РЕСПУБЛИКА; РЕСПУБЛИКА КОТ-Д'ИВУАР; РЕСПУБЛИКА ЛИБЕРИЯ; ЛИВАН; ЛИВИЯ; СИРИЙСКАЯ АРАБСКАЯ РЕСПУБЛИКА / the Islamic Republic of Afghanistan; the Republic of South Sudan; the Republic of Sudan; the Central African Republic; Republic of Congo; Republic of Iraq; the Islamic Republic of Iran; the Federal Republic of Somalia; the Republic of Sierra Leone; the Republic of Yemen; Democratic People's Republic of Korea; Republic of Cote d'Ivoire; the Republic of Liberia; the Republic of Lebanon; Libya; Syrian Arab Republic	Активный отдых, бизнес, образование

Срок действия Полиса/ Policy period:

c/from 00:00 26.04.2019
по/to 23:59 25.04.2020

Договор вступает в силу в отношении Застрахованного с даты, указанной в Полисе страхования как дата начала срока его действия.
При поездках за пределы территории Российской Федерации Страхование вступает в силу при условии подключения к Программе страхования вне зависимости от момента пересечения Застрахованным границы Территории страхования.
Страховая выплата производится не более чем за 45 дней (+/-) пребывания Застрахованного на Территории страхования. При каждом выезде на Территорию страхования данное количество дней не уменьшается на количество дней, проведенное Застрахованным на Территории страхования, количество таких поездок не ограничено.

Страховые риски/Insurance Risks:	Страховая сумма/Sum insured:	Франшиза/ Deductible:
Медицина в путешествии	50 000 USD	0 USD
Багаж	1 000 USD	нет

Особые условия/Special conditions:

1. Страховые суммы, указанные в настоящем Полисе, являются Лимитами ответственности, установленными на Застрахованного.
2. По риску «Медицина в путешествии» страхованием покрываются медицинские и медико-транспортные расходы Застрахованного, возникшие вследствие занятий Застрахованного, предусмотренных опцией «Активный отдых»: аэротруба; аэробика, аквааэробика; бег; велосипедные прогулки (кроме шоссейного и мотокросса, эпиа, трека, триала и маунтинбайка); военные и исторические реконструкции; гольф, гребля (байдарки, каноэ); кроме каякинга; катание на лыжах, горных лыжах, сноуборде (за исключением катания на лыжах, горных лыжах и сноуборде вне специально обслуживаемых трасс и фристайла); катание на коньках (за исключением фигурного катания); санк, ледянки, санки, батуды (тобогганы, снегокаты); игры с мячом (любые); катание на животных, верховых конях (кроме родео/родеиста), самокатах, segways (гироскутерах и гироскилах); кегелинг; посещение аквапарка, парка аттракционов; прыжки на батуте; развлечения на воде (за исключением занятий, прямо поименованных в других опциях), в том числе с использованием водных велосипедов (кроме аквабайков и водных мотоциклов), буксируемых надувных средств и парашютов (парасейлинг), подъем на катерах (кроме каякинга и яхтинга); рыбалка (за исключением подводной рыбалки); спуск в пещеры с экскурсией; спортивные и бальные танцы; спортивная ходьба; треккинг (пеший туризм) на высоте до 2500 метров над уровнем моря; снорклинг; поездки на мотороллерах, мопедах, скутерах и мотоциклах.

TINKOFFINSURANCE.RU

СТРАХОВОЙ ПОЛИС

Физическое лицо, заключившее со Страхователем договор банковского обслуживания кредитной карты (далее Держатель карты), подтверждает, что все сообщенные им при подключении к Программе страхования сведения являются полными и достоверными, и могут быть использованы Страховщиком при исполнении Договора.
Направление Полиса и Правил страхования по адресу электронной почты, указанному в письменном либо устном заявлении на страхование, и (или) размещение в личном кабинете Держателя карты на официальном сайте Страховщика является надлежащим их вручением Держателю карты. При этом Страховщик вправе при любой возникшей необходимости воспроизвести настоящий Полис и Правила страхования на бумажный носитель.
Факсимильное воспроизведение подписи уполномоченного лица Страховщика и печати Страховщика с помощью средств механического или иного копирования в договорах страхования, заключаемых между Страхователем и Страховщиком, дополнительных соглашениях к ним, документах, при условии оформления и направления таких документов Страховщиком Страхователю, признается Страховщиком и Страхователем аналогом собственноручной подписи уполномоченного лица Страховщика и оттиском печати Страховщика. Такой документ имеет силу, аналогичную документу, собственноручно подписанному уполномоченным лицом Страховщика и скрепленному печатью Страховщика.
В целях заключения и исполнения настоящего Договора Держатель карты дает свое согласие Страховщику на обработку персональных данных, указанных в Договоре, в том числе третьим лицам, с использованием средств автоматизации или без использования таких средств, включая сбор, запись, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), извлечение, использование, передачу (предоставление, распространение, доступ), в том числе трансграничную передачу, обезличивание, блокирование, удаление и уничтожение, а также вышеуказанную обработку иных персональных данных, полученных в результате их обработки.
Согласие на обработку персональных данных действует в течение 10 (десяти) лет с даты окончания срока действия Договора страхования и может быть отозвано Держателем карты в любой момент в порядке, предусмотренном действующим законодательством РФ.

Реквизиты Страховщика

Акционерное общество «Тинькофф Страхование»
Расчетный счет: 40701810900000000013
в АО «Тинькофф Банк»
Корреспондентский счет: 30101810145250000974
БИК 044525974 ИНН 7704082517
КПП 771301001 ОГРН 1027739031540
ОКПО 17510716
Адрес для корреспонденции: 127287, Россия, г. Москва, 2-я Хуторская улица, дом 38А, строение 26

Иван Мироненко
Генеральный директор
АО «Тинькофф Страхование»

Акционерное общество «Тинькофф Страхование» г. Москва

При наступлении страхового случая свяжитесь с сервисной компанией.

europ assistance
you live we care

Внимание! Для получения медицинской помощи Вам или Вашему представителю необходимо ОБЯЗАТЕЛЬНО обратиться в круглосуточный сервисный центр компании EUROP Assistance :

- **Tel**: +7 (495) 771 64 11
- **Fax**: +7 (495) 767 21 77
- **E-mail**: Tinkoff@europ-assistance.ru
- **SMS**: +7 (903) 797 63 03
- **Skype**: Tinkoff.travel
- **Whatsapp/Viber/Telegram**: +7 (962) 947 16 73

Вам ответит русскоговорящий оператор и проинструктирует о дальнейших шагах.

При наступлении страхового случая немедицинского характера, а также в случае необходимости получения любой дополнительной информации в любое время обращайтесь в контактный центр АО «Тинькофф Страхование» по телефонам 8 800 755 60 00 (для бесплатных звонков из России) 8 499 605 05 90 (для звонков из за рубежа).

TINKOFFINSURANCE.RU

zetta

Страховщик: Общество с ограниченной ответственностью «Зетта Страхование», Лицензии ЦБ РФ СЛ № 1083, СИ № 1083
Россия, 121087, Москва, Багратионовский проезд, д. 7, корп. 11, email: info@zettains.ru, www.zettains.ru
Insurer: Zetta Insurance Company Ltd., Licenses of the Central Bank of the Russian Federation СЛ № 1083, СИ № 1083
Bagrationovsky proezd, 7 bld. 11, Moscow, 121087, Russia, email: info@zettains.ru, www.zettains.ru

ПОЛИС ПУТЕШЕСТВЕННИКА / TRAVEL INSURANCE POLICY TRV-E-8000034344

Страхователь Policyholder	МАНДРЫГИН ПАВЕЛ			Паспорт Passport	—		
Дата выписки Issue date	01.09.2019	Период страхования с Insurance period from	08.09.2019	по to	13.09.2019	дней days	6
Программа страхования Insurance Scheme	N-3	Страна пребывания Country of temporary stay	INDIA				
Территория страхования Insurance Territory	INDIA						

Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium	Безусловная франшиза Deductible	Спорт Sport
MANDRYGIN PAVEL	12.11.1991	экв. 35000 USD	0.0300%	экв. 9.42 USD	экв. 100 USD	Sport-2

Дополнительные риски / Additional Risk Insured

Наименование риска name of risk	Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium
----------------------	----------------------	------	---------- ----------	---------	-------

Итого страховая премия по договору: Total: экв. 9.43 USD

Общая премия уплачена единовременно в полном размере Total premium paid 627 РУБ. Дата оплаты: date of payment: 01.09.2019

Особые условия:

1. Договор страхования вступает в силу с момента (времени) пересечения Застрахованным лицом границы Страны (Региона) постоянного проживания, но не ранее 00 часов дня, указанного в Договоре как дата начала периода страхования, и заканчивается при возвращении Застрахованного лица на территорию Страны (Региона) постоянного проживания (в момент пересечения границы), но не позднее 24 часов дня, указанного в Договоре как дата окончания периода страхования.

2. Страхователь дает согласие Страховщику на обработку (в том числе сбор, запись, систематизацию, накопление, хранение, уточнение, обновление, изменение, извлечение, использование, распространение, предоставление, доступ, передачу (в том числе трансграничную), обезличивание, блокирование и уничтожение) всех предоставленных Страховщику при заключении Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) персональных данных в целях заключения и исполнения Договора страхования, а также в целях реализации сторонами своих прав по Договору страхования, в частности, в целях получения Страховщиком неуплаченной в установленные сроки страховой премии (взносов). Страхователь соглашается с тем, что Страховщиком будут использованы следующие способы обработки персональных данных: автоматизированная, неавтоматизированная, смешанная. Данное согласие дается Страхователем бессрочно и может быть отозвано в любой момент времени путем передачи Страховщику подписанного письменного уведомления. Страхователь также подтверждает, что на момент заключения Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) все Застрахованные лица, Выгодоприобретатели, а также иные лица, указанные в Договоре страхования (при их наличии), проинформированы и дали согласие на передачу их персональных данных Страховщику с целью заключения и исполнения Договора страхования, включая получение ими информации о наименовании и адресе Страховщика, цели и правовом основании обработки персональных данных, информации о предполагаемых пользователях персональных данных, а также что Страхователь проинформировал указанных в Договоре лиц обо всех правах и обязанностях субъекта персональных данных, предусмотренных Федеральным законом от 27.07.2006 г. №152-ФЗ «О персональных данных». Страхователь обязуется довести до сведения указанных в Договоре лиц информацию, указанную в памятке об обработке персональных данных. Информация о наименовании и/или ФИО и адресах уполномоченных лиц, осуществляющих обработку персональных данных по поручению Страховщика (помимо информации о страховом агенте или брокере, указанном в Договоре страхования и/или который принимал участие при заключении Договора страхования), размещена на официальном сайте страховщика : www.zettains.ru. Указанная информация может время от времени обновляться.

3. Страхователь во исполнение требований Федерального закона от 07.08.2001 г. №115-ФЗ «О противодействии легализации (отмыванию) доходов, полученных преступным путем, и финансированию терроризма» обязуется предоставить Страховщику по его запросу документы и сведения для проведения идентификации Страхователя, его представителя, выгодоприобретателя, бенефициарного владельца, а также в случае необходимости обновления данных сведений.
4. Объем страхового покрытия по занятию застрахованным лицом спортом определяется в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г.
5. Не являются страховыми случаями события, произошедшие в результате занятия Застрахованным следующими видами спорта и активного отдыха: альпинизм, скалолазание. Лимит покрытия расходов на гипербарическую оксигенацию (лечение в барокамере) составляет экв. 5 000 USD/EUR/300 000 руб. Не являются страховым случаем события, произошедшие в результате занятия любым из видов дайвинга на территории республики Кипр.

Программа страхования / Insurance program	N-3
Страховая сумма / Sum Insured	экв. 35000 USD
Страховые риски / Risk Insured	Лимит ответственности / Sublimit
Медицинская транспортировка / Transportation to hospital & evacuation	экв. 15000 USD
Посмертная репатриация / Repatration costs	экв. 15000 USD
Медицинские расходы / Medical expenses	экв. 35000 USD
Возвращение после длительной госпитализации / Return after long hospitalization	экв. 1000 USD
Эвакуация детей / Return home of children	экв. 1000 USD
Оплата срочных сообщений / Message relay	экв. 50 USD
Экстренная стоматологическая помощь / Emergency dental pain relief	экв. 150 USD

Страхователь подтверждает, что не является ИПДЛ/РПДЛ и/или родственником ИПДЛ/РПДЛ, а также что Застрахованный на день заключения Полиса не является инвалидом I или II группы, в т.ч. работающим, «ребенком-инвалидом», не состоит на учете в психоневрологическом или наркологическом диспансере, не страдает психическими расстройствами, а также не находится за пределами Страны (Региона) постоянного проживания. Страхователь уведомлен о том, что наличие у Застрахованного инвалидности и перечисленных выше состояний на момент заключения Полиса являются обстоятельствами, имеющими существенное значение для определения степени риска, и требующими уплаты дополнительной страховой премии. В случае если на момент заключения настоящего Полиса Страхователь / Застрахованный знал о наличии у него указанных выше состояний (в том числе инвалидности I или II группы) и не сообщил об этом Страховщику,
настоящий Полис в отношении такого Застрахованного будет признан недействительным с момента его заключения. Договор страхования (Полис) заключен в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г. (далее - Правила страхования), https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/. С использованием факсимильного воспроизведения подписи и печати Страховщика согласен. Согласие Страхователя на обработку персональных данных, а также получение на руки Правил страхования, являющихся неотъемлемой частью Полиса, и ознакомление с ними до заключения настоящего Полиса, а также предоставление информации, предусмотренной п. 2.1.2. Базового стандарта защиты прав и интересов физических и юридических лиц - получателей финансовых услуг, оказываемых членами саморегулируемых организаций, объединяющих страховые организации, в полном объеме, подтверждается путем оплаты Страхователем страховой премии по настоящему Полису. При необходимости Страхователь / Застрахованный может получить полную информацию о Страховщике, продуктах страхования, условиях Правил страхования на официальном сайте www.zettains.ru, https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/

Страховщик: ____________ / Федорова Н. В.
Директор департамента электронных продаж.
Доверенность № 530 от 10.04.2019

При заболевании или несчастном случае, прежде чем предпринять какие-либо действия, ВАМ НЕОБХОДИМО:

1. Связаться с Сервисной компанией по нижеуказанным телефонам.
2. При обращении в Сервисную компанию просьба сообщить:
   - Фамилию, имя, номер и срок действия страхового Полиса;
   - Ваше местонахождение и номер контактного телефона;
   - Дать краткое описание возникшей проблемы.
3. Расходы, понесенные без согласования со Страховщиком, возмещению не подлежат.
4. При самостоятельной оплате ранее согласованных со страховщиком медицинских услуг Страхователь (Застрахованный) должен в письменном виде заявить об этом Страховщику по возвращению из путешествия и предоставить все необходимые документы, подтверждающие факт наступления страхового случая.
5. Пожалуйста! Найдите время ознакомиться с Правилами страхования граждан, выезжающих за границу.

Телефоны Сервисных центров / Assistance Companies contacts:

Все страны мира (включая Россию и СНГ) / Worldwide including Russia & CIS +7 (495) 989 51 28

Финляндия / Finland +358 (9) 42 599 705 **Австрия / Austria +43 (1) 229 71 80** **Турция / Turkey +90 232 242 10 05**

Египет / Egypt +20 2241 37 303 **Испания / Spain +34 93 184 67 96** **Китай / China +7 (495) 989-51-28**

Страховая компания ООО «Зетта Страхование» желает Вам крепкого здоровья и приятной поездки!

Территория	Описание
TR I	Все страны мира, за исключением США, Канады, Японии, Австралии, стран Карибского бассейна и России
TR II	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90км от места постоянного проживания
TR V	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90 км от места постоянного проживания, Таиланда, Вьетнама, Индонезии
SCHENGEN	Страны Шенгенского соглашения: Австрия, Бельгия, Венгрия, Германия, Греция, Дания, Исландия, Испания, Италия, Латвия, Литва, Лихтенштейн, Люксембург, Мальта, Нидерланды, Норвегия, Польша, Португалия, Словакия, Словения, Финляндия,Франция, Чехия, Швейцария, Швеция, Эстония

Страховщик: Общество с ограниченной ответственностью «Зетта Страхование», Лицензии ЦБ РФ СЛ № 1083, СИ № 1083
Россия, 121087, Москва, Багратионовский проезд, д. 7, корп. 11, email: info@zettains.ru, www.zettains.ru
Insurer: Zetta Insurance Company Ltd., Licenses of the Central Bank of the Russian Federation СЛ № 1083, СИ № 1083
Bagrationovsky proezd, 7 bld. 11, Moscow, 121087, Russia, email: info@zettains.ru, www.zettains.ru

ПОЛИС ПУТЕШЕСТВЕННИКА / TRAVEL INSURANCE POLICY TRV-E-8000034345

Страхователь Policyholder	МАНДРЫГИН ПАВЕЛ			Паспорт Passport	—		
Дата выписки Issue date	01.09.2019	Период страхования с Insurance period from	14.09.2019	по to	26.09.2019	дней days	13
Программа страхования Insurance Scheme	N-3	Страна пребывания Country of temporary stay	INDIA				
Территория страхования Insurance Territory	INDIA						

Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The Insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium	Безусловная франшиза Deductible	Спорт Sport
MANDRYGIN PAVEL	12.11.1991	экв. 50000 USD	0.1300%	экв. 62.69 USD	экв. 100 USD	Sport-4

Дополнительные риски / Additional Risk Insured

Наименование риска name of risk	Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The Insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium
----------------------	----------------------	------	---------- ----------	---------	-------

Итого страховая премия по договору: Total: экв. 62.7 USD

Общая премия уплачена единовременно в полном размере Total premium paid: 4169 РУБ. Дата оплаты: date of payment: 01.09.2019

Особые условия:

1. Договор страхования вступает в силу с момента (времени) пересечения Застрахованным лицом границы Страны (Региона) постоянного проживания, но не ранее 00 часов дня, указанного в Договоре как дата начала периода страхования, и заканчивается при возвращении Застрахованного лица на территорию Страны (Региона) постоянного проживания (в момент пересечения границы), но не позднее 24 часов дня, указанного в Договоре как дата окончания периода страхования.

2. Страхователь дает согласие Страховщику на обработку (в том числе сбор, запись, систематизацию, накопление, хранение, уточнение, обновление, изменение, извлечение, использование, распространение, предоставление, доступ, передачу (в том числе трансграничную), обезличивание, блокирование и уничтожение) всех предоставленных Страховщику при заключении Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) персональных данных в целях заключения и исполнения Договора страхования, а также в целях реализации сторонами своих прав по Договору страхования, в частности, в целях получения Страховщиком неуплаченной в установленные сроки страховой премии (взносов). Страхователь соглашается с тем, что Страховщиком будут использованы следующие способы обработки персональных данных: автоматизированная, неавтоматизированная, смешанная. Данное согласие дается Страхователем бессрочно и может быть отозвано в любой момент времени путем передачи Страховщику подписанного письменного уведомления. Страхователь также подтверждает, что на момент заключения Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) все Застрахованные лица, Выгодоприобретатели, а также иные лица, указанные в Договоре страхования (при их наличии), проинформированы и дали согласие на передачу их персональных данных Страховщику с целью заключения и исполнения Договора страхования, включая получение ими информации о наименовании и адресе Страховщика, цели и правовом основании обработки персональных данных, информации о предполагаемых пользователях персональных данных, а также что Страхователь проинформировал указанных в Договоре лиц обо всех правах и обязанностях субъекта персональных данных, предусмотренных Федеральным законом от 27.07.2006 г. №152-ФЗ «О персональных данных». Страхователь обязуется довести до сведения указанных в Договоре лиц информацию, указанную в памятке об обработке персональных данных. Информация о наименовании и/или ФИО и адресах уполномоченных лиц, осуществляющих обработку персональных данных по поручению Страховщика (помимо информации о страховом агенте или брокере, указанном в Договоре страхования и/или который принимал участие при заключении Договора страхования), размещена на официальном сайте страховщика : www.zettains.ru. Указанная информация может время от времени обновляться.

3. Страхователь во исполнение требований Федерального закона от 07.08.2001 г. №115-ФЗ «О противодействии легализации (отмыванию) доходов, полученных преступным путем, и финансированию терроризма» обязуется предоставить Страховщику по его запросу документы и сведения для проведения идентификации Страхователя, его представителя, выгодоприобретателя, бенефициарного владельца, а также в случае необходимости обновления данных сведений.
4. Объем страхового покрытия по занятию застрахованным лицом спортом определяется в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г.
5. Не являются страховыми случаями события, произошедшие в результате занятия Застрахованным следующими видами спорта и активного отдыха: альпинизм, скалолазание. Лимит покрытия расходов на гипербарическую оксигенацию (лечение в барокамере) составляет экв. 5 000 USD/EUR/300 000 руб. Не являются страховым случаем события, произошедшие в результате занятия любым из видов дайвинга на территории республики Кипр.

Программа страхования / Insurance program	N-3
Страховая сумма / Sum Insured	экв. 50000 USD
Страховые риски / Risk Insured	Лимит ответственности / Sublimit
Медицинская транспортировка / Transportation to hospital & evacuation	экв. 15000 USD
Посмертная репатриация / Repatriation costs	экв. 15000 USD
Медицинские расходы / Medical expenses	экв. 50000 USD
Возвращение после длительной госпитализации / Return after long hospitalization	экв. 1000 USD
Эвакуация детей / Return home of children	экв. 1000 USD
Оплата срочных сообщений / Message relay	экв. 50 USD
Экстренная стоматологическая помощь / Emergency dental pain relief	экв. 150 USD

Страхователь подтверждает, что не является ИПДЛ/РПДЛ и/или родственником ИПДЛ/РПДЛ, а также что Застрахованный на день заключения Полиса не является инвалидом I или II группы, в т.ч. работающим, «ребенком-инвалидом», не состоит на учете в психоневрологическом или наркологическом диспансере, не страдает психическими расстройствами, а также не находится за пределами Страны (Региона) постоянного проживания. Страхователь уведомлен о том, что наличие у Застрахованного инвалидности и перечисленных выше состояний на момент заключения Полиса являются обстоятельствами, имеющими существенное значение для определения степени риска, и требующими уплаты дополнительной страховой премии. В случае если на момент заключения настоящего Полиса Страхователь / Застрахованный знал о наличии у него указанных выше состояний (в том числе инвалидности I или II группы) и не сообщил об этом Страховщику,
настоящий Полис в отношении такого Застрахованного будет признан недействительным с момента его заключения. Договор страхования (Полис) заключен в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г. (далее - Правила страхования), https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/. С использованием факсимильного воспроизведения подписи и печати Страховщика согласен. Согласие Страхователя на обработку персональных данных, а также получение на руки Правил страхования, являющихся необъемлемой частью Полиса, и ознакомление с ними до заключения настоящего Полиса, а также предоставление информации, предусмотренной п. 2.1.2. Базового стандарта защиты прав и интересов физических и юридических лиц - получателей финансовых услуг, оказываемых членами саморегулируемых организаций, объединяющих страховые организации, в полном объеме, подтверждается путем оплаты Страхователем страховой премии по настоящему Полису. При необходимости Страхователь / Застрахованный может получить полную информацию о Страховщике, продуктах страхования, условиях Правил страхования на официальном сайте www.zettains.ru, https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/

Страховщик: ____________ / Федорова Н. В.
Директор департамента электронных продаж.
Доверенность № 530 от 10.04.2019

При заболевании или несчастном случае, прежде чем предпринять какие-либо действия, ВАМ НЕОБХОДИМО:

1. Связаться с Сервисной компанией по нижеуказанным телефонам.
2. При обращении в Сервисную компанию просьба сообщить:
   - Фамилию, имя, номер и срок действия страхового Полиса;
   - Ваше местонахождение и номер контактного телефона;
   - Дать краткое описание возникшей проблемы.
3. Расходы, понесенные без согласования со Страховщиком, возмещению не подлежат.
4. При самостоятельной оплате ранее согласованных со страховщиком медицинских услуг Страхователь (Застрахованный) должен в письменном виде заявить об этом Страховщику по возвращению из путешествия и предоставить все необходимые документы, подтверждающие факт наступления страхового случая.
5. Пожалуйста! Найдите время ознакомиться с Правилами страхования граждан, выезжающих за границу.

Телефоны Сервисных центров / Assistance Companies contacts:

Все страны мира (включая Россию и СНГ) / Worldwide including Russia & CIS +7 (495) 989 51 28

Финляндия / Finland +358 (9) 42 599 705 **Австрия / Austria +43 (1) 229 71 80** **Турция / Turkey +90 232 242 10 05**

Египет / Egypt +20 2241 37 303 **Испания / Spain +34 93 184 67 96** **Китай / China +7 (495) 989-51-28**

Страховая компания ООО «Зетта Страхование» желает Вам крепкого здоровья и приятной поездки!

Территория	Описание
TR-I	Все страны мира, за исключением США, Канады, Японии, Австралии, стран Карибского бассейна и России
TR-II	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90км от места постоянного проживания
TR-V	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90 км от места постоянного проживания, Таиланда, Вьетнама, Индонезии
SCHENGEN	Страны Шенгенского соглашения: Австрия, Бельгия, Венгрия, Германия, Греция, Дания, Исландия, Испания, Италия, Латвия, Литва, Лихтенштейн, Люксембург, Мальта, Нидерланды, Норвегия, Польша, Португалия, Словакия, Словения, Финляндия,Франция, Чехия, Швейцария, Швеция, Эстония

zetta

Страховщик: Общество с ограниченной ответственностью «Зетта Страхование», Лицензии ЦБ РФ СЛ № 1083, СИ № 1083
Россия, 121087, Москва, Багратионовский проезд, д. 7, корп. 11, email: info@zettains.ru, www.zettains.ru
Insurer: Zetta Insurance Company Ltd., Licenses of the Central Bank of the Russian Federation СЛ № 1083, СИ № 1083
Bagrationovsky proezd, 7 bld. 11, Moscow, 121087, Russia, email: info@zettains.ru, www.zettains.ru

ПОЛИС ПУТЕШЕСТВЕННИКА / TRAVEL INSURANCE POLICY TRV-E-8000034346

Страхователь Policyholder	МАНДРЫГИН ПАВЕЛ			Паспорт Passport	—		
Дата выписки Issue date	01.09.2019	Период страхования с Insurance period from	27.09.2019	по to	28.09.2019	дней days	2
Программа страхования Insurance Scheme	N-3	Страна пребывания Country of temporary stay	INDIA				
Территория страхования Insurance Territory	INDIA						

Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The Insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium	Безусловная франшиза Deductible	Спорт Sport
MANDRYGIN PAVEL	12.11.1991	экв. 35000 USD	0.0100%	экв. 1.81 USD	экв. 100 USD	Sport-2

Дополнительные риски / Additional Risk Insured

Наименование риска name of risk	Застрахованные лица / (Фамилия и имя) The Insured persons / (Last name, Name)	Дата рождения Date of birth	Страховая сумма на Застрахованного Sum Insured per person	Тариф (%)	Страховая премия Insurance premium
----------------------	----------------------	------	---------- ----------	---------	-------

Итого страховая премия по договору: Total: экв. 1.82 USD

Общая премия уплачена единовременно в полном размере Total premium paid: 121 РУБ. Дата оплаты: date of payment: 01.09.2019

Особые условия:

1. Договор страхования вступает в силу с момента (времени) пересечения Застрахованным лицом границы Страны (Региона) постоянного проживания, но не ранее 00 часов дня, указанного в Договоре как дата начала периода страхования, и заканчивается при возвращении Застрахованного лица на территорию Страны (Региона) постоянного проживания (в момент пересечения границы), но не позднее 24 часов дня, указанного в Договоре как дата окончания периода страхования.

2. Страхователь дает согласие Страховщику на обработку (в том числе сбор, запись, систематизацию, накопление, хранение, уточнение, обновление, изменение, извлечение, использование, распространение, предоставление, доступ, передачу (в том числе трансграничную), обезличивание, блокирование и уничтожение) всех предоставленных Страховщику при заключении Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) персональных данных в целях заключения и исполнения Договора страхования, а также в целях реализации сторонами своих прав по Договору страхования, в частности, в целях получения Страховщиком неуплаченной в установленные сроки страховой премии (взносов). Страхователь соглашается с тем, что Страховщиком будут использованы следующие способы обработки персональных данных: автоматизированная, неавтоматизированная, смешанная. Данное согласие дается Страхователем бессрочно и может быть отозвано в любой момент времени путем передачи Страховщику подписанного письменного уведомления. Страхователь также подтверждает, что на момент заключения Договора страхования (дополнительного соглашения к нему) все Застрахованные лица, Выгодоприобретатели, а также иные лица, указанные в Договоре страхования (при их наличии), проинформированы и дали согласие на передачу их персональных данных Страховщику с целью заключения и исполнения Договора страхования, включая получение ими информации о наименовании и адресе Страховщика, цели и правовом основании обработки персональных данных, информации о предполагаемых пользователях персональных данных, а также что Страхователь проинформировал указанных в Договоре лиц обо всех правах и обязанностях субъекта персональных данных, предусмотренных Федеральным законом от 27.07.2006 г. №152-ФЗ «О персональных данных». Страхователь обязуется довести до сведения указанных в Договоре лиц информацию, указанную в памятке об обработке персональных данных. Информация о наименовании и/или ФИО и адресах уполномоченных лиц, осуществляющих обработку персональных данных по поручению Страховщика (помимо информации о страховом агенте или брокере, указанном в Договоре страхования и/или который принимал участие при заключении Договора страхования), размещена на официальном сайте страховщика : www.zettains.ru. Указанная информация может время от времени обновляться.

3. Страхователь во исполнение требований Федерального закона от 07.08.2001 г. №115-ФЗ «О противодействии легализации (отмыванию) доходов, полученных преступным путем, и финансированию терроризма» обязуется предоставить Страховщику по его запросу документы и сведения для проведения идентификации Страхователя, его представителя, выгодоприобретателя, бенефициарного владельца, а также в случае необходимости обновления данных сведений.
4. Объем страхового покрытия по занятию застрахованным лицом спортом определяется в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г.
5. Не являются страховыми случаями события, произошедшие в результате занятия Застрахованным следующими видами спорта и активного отдыха: альпинизм, скалолазание. Лимит покрытия расходов на гипербарическую оксигенацию (лечение в барокамере) составляет экв. 5 000 USD/EUR/300 000 руб. Не являются страховым случаем события, произошедшие в результате занятия любым из видов дайвинга на территории республики Кипр.

Программа страхования / Insurance program	N-3
Страховая сумма / Sum Insured	экв. 35000 USD
Страховые риски / Risk Insured	Лимит ответственности / Sublimit
Медицинская транспортировка / Transportation to hospital & evacuation	экв. 15000 USD
Посмертная репатриация / Repatriation costs	экв. 15000 USD
Медицинские расходы / Medical expenses	экв. 35000 USD
Возвращение после длительной госпитализации / Return after long hospitalization	экв. 1000 USD
Эвакуация детей / Return home of children	экв. 1000 USD
Оплата срочных сообщений / Message relay	экв. 50 USD
Экстренная стоматологическая помощь / Emergency dental pain relief	экв. 150 USD

Страхователь подтверждает, что не является ИПДЛ/РПДЛ и/или родственником ИПДЛ/РПДЛ, а также что Застрахованный на день заключения Полиса не является инвалидом I или II группы, в т.ч. работающим, «ребенком-инвалидом», не состоит на учете в психоневрологическом или наркологическом диспансере, не страдает психическими расстройствами, а также не находится за пределами Страны (Региона) постоянного проживания. Страхователь уведомлен о том, что наличие у Застрахованного инвалидности и перечисленных выше состояний на момент заключения Полиса являются обстоятельствами, имеющими существенное значение для определения степени риска, и требующими уплаты дополнительной страховой премии. В случае если на момент заключения настоящего Полиса Страхователь / Застрахованный знал о наличии у него указанных выше состояний (в том числе инвалидности I или II группы) и не сообщил об этом Страховщику,
настоящий Полис в отношении такого Застрахованного будет признан недействительным с момента его заключения. Договор страхования (Полис) заключен в соответствии с «Правилами комбинированного страхования путешественников» от 11.04.2019 г. (далее - Правила страхования), https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/. С использованием факсимильного воспроизведения подписи и печати Страховщика согласен. Согласие Страхователя на обработку персональных данных, а также получение на руки Правил страхования, являющихся неотъемлемой частью Полиса, и ознакомление с ними до заключения настоящего Полиса, а также предоставление информации, предусмотренной п. 2.1.2. Базового стандарта защиты прав и интересов физических и юридических лиц - получателей финансовых услуг, оказываемых членами саморегулируемых организаций, объединяющих страховые организации, в полном объеме, подтверждается путем оплаты Страхователем страховой премии по настоящему Полису. При необходимости Страхователь / Застрахованный может получить полную информацию о Страховщике, продуктах страхования, условиях Правил страхования на официальном сайте www.zettains.ru, https://zettains.ru/company/info/insurance-rules/

Страховщик: __________ / Федорова Н. В.
Директор департамента электронных продаж.
Доверенность № 530 от 10.04.2019

При заболевании или несчастном случае, прежде чем предпринять какие-либо действия, ВАМ НЕОБХОДИМО:

1. Связаться с Сервисной компанией по нижеуказанным телефонам.
2. При обращении в Сервисную компанию просьба сообщить:
   - Фамилию, имя, номер и срок действия страхового Полиса;
   - Ваше местонахождение и номер контактного телефона;
   - Дать краткое описание возникшей проблемы.
3. Расходы, понесенные без согласования со Страховщиком, возмещению не подлежат.
4. При самостоятельной оплате ранее согласованных со страховщиком медицинских услуг Страхователь (Застрахованный) должен в письменном виде заявить об этом Страховщику по возвращению из путешествия и предоставить все необходимые документы, подтверждающие факт наступления страхового случая.
5. Пожалуйста! Найдите время ознакомиться с Правилами страхования граждан, выезжающих за границу.

Телефоны Сервисных центров / Assistance Companies contacts:

Все страны мира (включая Россию и СНГ) / Worldwide including Russia & CIS +7 (495) 989 51 28

Финляндия / Finland +358 (9) 42 599 705 **Австрия / Austria +43 (1) 229 71 80** **Турция / Turkey +90 232 242 10 05**

Египет / Egypt +20 2241 37 303 **Испания / Spain +34 93 184 67 96** **Китай / China +7 (495) 989-51-28**

Страховая компания ООО «Зетта Страхование» желает Вам крепкого здоровья и приятной поездки!

Территория	Описание
TR-I	Все страны мира, за исключением США, Канады, Японии, Австралии, стран Карибского бассейна и России
TR-II	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90км от места постоянного проживания
TR-V	Все страны мира, кроме региона в радиусе 90 км от места постоянного проживания, Таиланда, Вьетнама, Индонезии
SCHENGEN	Страны Шенгенского соглашения: Австрия, Бельгия, Венгрия, Германия, Греция, Дания, Исландия, Испания, Италия, Латвия, Литва, Лихтенштейн, Люксембург, Мальта, Нидерланды, Норвегия, Польша, Португалия, Словакия, Словения, Финляндия,Франция, Чехия, Швейцария, Швеция, Эстония

Справки руководителя и участников.

Форма №6 Тур

Туристско-спортивный союз России

Федерация спортивного туризма РФ

Справка

О зачете прохождения туристского маршрута

легализация

Выдана туристу Шонину Сергею Викторовичу
(фамилия, имя, отчество)

Год, месяц	Район	Вид туризма	Способ передвижения	Протяжен-ность, км	Продолжитель-ность, дней	Категория сложности	Руководство или участие
Июль, 2015	Киргизия, Казахстан	велосипедный	велосипед	1334	20	4с7 5 к.с	руководство

Подробная нитка маршрута с указанием начального, конечного пункта и определяющих категорию сложности препятствий. Для водных маршрутов указывать также название реки, уровень воды, какие препятствия не пройдены.

Бишкек - Горная Маевка – Рот Фронт – пер. Кегеты – пер. Каракол – Кызыл-Ой – пер. Кырк-Кыз – Сарыкамыш – Кызыл-Курган – Чаек – Баш-Кууганды – пер. Кара-Кичи – оз. Сонгкёль – пер. Тескей-Торпок – пер. Джаан-Булак – шоссе А365 – Нарын – Эки-Нарын – ущ. Капчигай – дол.р.Болгарт – гор.ист.Джилисуу – дол.р.Джилисуу – пер. Тосор – Тосор – Каракол – Отрадное – КПП Каркара – Каркара – Кеген – Чарынский каньон – Кокпек – вдхр. Бартогайское – дол.р.Асы – Тургеньское ущ. – Есик - Алматы

Препятствия, определяющие категорию сложности маршрута

Вид препятствия	Название	Категория трудности	Характеристика препятствия
перевал	Перевал Кегеты	5	Асфальт, дорога с мелким и крупным камнем, заброшенная дорога.
перевал	Перевал Кырк-Кыз	3	Разбитая дорога с мелким и крупным камнем
перевал	Перевал Тосор (с юга)	4	Разбитая дорога с крупным камнем, заброшенная дорога, разбитая грунтовка.
перевал	Перевал Асы	3	Разбитая дорога с мелким камнем, заброшенная дорога.

Особые отметки МКК (изменение категории сложности, незачет руководства и т.д.)
Рекомендуется для участия 4 к.с. и руководства 3 к.с.

Замечания руководителя о маршруте и участнике группы Без зачета на разряд.

Обязанности в группе: руководитель, штурман, завхоз, летописец
Рекомендуется для участия в походе _____ *руководства походами* _____

Подпись/ФИО руководителя _____ (Шонин С. В.)

Отметки о сдаче и местонахождении отчета о походе, инв. № _____ в библиотеке _____

Председатель МКК: _____ (Богомолов Д.П.)

Дата: «6» 04 2016 г.

Штамп МКК

Туристско-спортивный маршрутно-квалификационная комиссия
100-00-666666654

Форма №6 Тур

Туристско-спортивный союз России

Федерация спортивного туризма РФ

Региональная спортивная федерация спортивного туризма Санкт-Петербурга

Справка 497/17

о зачете прохождения туристского спортивного маршрута

Выдана туристу *Шонину Сергею Викторовичу*

(фамилия, имя, отчество)

Год, месяц	Район	Вид туризма	Способ передвижения	Протяженность, км	Продолжительность, дней	Категория сложности	Руководство или участие
07.2017	Памир	Вело	Велосипед	580	9	3	руководство

Маршрутная книжка № 26/17

Подробная нитка маршрута с указанием начального, конечного пункта и определяющих категорию сложности препятствий. Для водных маршрутов указывать также название реки, уровень воды, какие препятствия не пройдены.

г. Мургаб – п. Тохтамыш – пер. Тюз – п. Чештебе – долина реки Ыстык – пер. Машале – п. Аличур – долина реки Аличур – п. Булункуль – долина реки Гунт - п. Баччор – п. Желанды – пер. Майсара – долина реки Джавшангоз – долина реки Шахдара – г. Хорог

Препятствия, определяющие категорию сложности маршрута

Вид препятствия	Название	Категория трудности	Характеристика препятствия
перевал	Перевал Тюз	3	Дорога без покрытия с техническими препятствиями
равнинное	п.Чештебе – слияние рек Ыстык и Машале	3	Дорога без покрытия с наличием локальных препятствий
равнинное	Пер.Машале – слияние рек Гурумды и Кенг Чебер	3	Дорога без покрытия с техническими препятствиями
равнинное	Исток реки Гунт – п.Баччор	3	Дорога без покрытия с наличием локальных препятствий
перевал	Перевал Майсара	3	Дорога без покрытия с наличием локальных препятствий

Особые отметки МКК (изменение кат.сл., незачет рук. и т.д.)

Замечания руководителя о маршруте и участнике группы

подпись руководителя (фамилия, и., о.)

Отчет о походе принят в ~~устной~~ (письменной) форме

дата сдачи отчета 29.11.17

Отчет приняли члены МКК: (Вашанов ВВ)

Отметки о местонахождении письменного отчета: XII-162 Памир 29.11.17

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ТУРИСТСКИЙ КЛУБ БИБЛИОТЕКА

Председатель МКК Региональной спортивной Федерации спортивного туризма Санкт-Петербурга (Федерации туризма Санкт-Петербурга) (Баранов)

Дата регистрации и выдачи справки: 29 ноября 2017 года

Штамп МКК

Федерация спортивного туризма России Региональная общественная спортивная федерация спортивного туризма Санкт-Петербурга Туристско-спортивная маршрутно-квалификационная комиссия 178-00-456644530

Форма №6 Тур

Туристско-спортивный союз России

Федерация спортивного туризма РФ

Справка

О зачете прохождения туристского спортивного маршрута

МК № P18/5-502

Выдана туристу Шонину Сергею Викторовичу
(фамилия, имя, отчество)

Год, месяц	Район	Вид туризма	Способ передвижения	Протяженность, км	Продолжительность, дней	Категория сложности	Руководство или участие
09-10.2018	Индия (Гималаи)	велосипедный	велосипед	485	10	3 с эл 5	руководство

Подробная нитка маршрута с указанием начального, конечного пункта и определяющих категорию сложности препятствий. Для водных маршрутов указывать также название реки, уровень воды, какие препятствия не пройдены.

г. Реконг Пео – п.Нако – г.Каза – пер. Лагударси – п.Лосар – п.Пангмо – г.Каза – п.Лонгза – п.Хийким – п.Комик – п.Лиданг – п.Дханкхар – г.Каза – проброска на автобусе в п.Лосар – п.Пангмо – г.Каза

Препятствия, определяющие категорию сложности маршрута

Вид препятствия	Название	Категория трудности	Характеристика препятствия
подъём	Ущелье реки Сатледж	2	Дороги высокого, хорошего и низкого качества
спуск	Ущелье реки Спити	3	Дороги высокого, хорошего и низкого качества
траверс	Хребет к монастырю Дхаркхам	3	Дороги высокого и хорошего качества
траверс	Хребет Лангза – Лиданг (первопроход)	4	Дороги высокого, хорошего, низкого и сверхнизкого качества
подъём	Ущелье реки Спити через перевал Лагударси	5	Дороги высокого, хорошего и низкого качества

Особые отметки МКК (изменение категории сложности, незачет руководства и т.д.)

Замечания руководителя о маршруте и участнике группы

Обязанности в группе: руководитель, медик

Рекомендуется для участия в походе _____ *руководства походами* _____

Подпись/ФИО руководителя _____ (Шонин С.В.)

Отметки о сдаче и местонахождении отчета о походе, инв. №_____ в библиотеке _____

Председатель МКК: _____

Штамп МКК

Дата: «20» ноября 2018 г.

Форма №6 Тур

Туристско-спортивный союз России

Федерация спортивного туризма РФ

Справка

О зачете прохождения туристского спортивного маршрута

Выдана туристу **Мандрыгин Павел Александрович**

(фамилия, имя, отчество)

Год, месяц	Район	Вид туризма	Способ передвижения	Протяжен-ность, км	Продолжитель-ность, дней	Категория сложности	Руководство или участие
Сентябрь 2017	Грузия	велосипедный	велосипед	1029,4	16	четвертая	участие

Подробная нитка маршрута с указанием начального, конечного пункта и определяющих категорию сложности препятствий. Для водных маршрутов указывать также название реки, уровень воды, какие препятствия не пройдены.

г. Тбилиси – г. Хашури – пер. Джвари (985 м) – п. Корбоули – г. Чиатура – п. Кацхи – п. Чхари – г. Ткибули – пер. Накеральский (1217 м) – Шаорское вдхр. – г. Никорцминда – Ладжанурское вдхр. – пер. Орбели (964 м) – г. Цагери – п. Лентехи – п. Сасаши – п. Цана – нежил. Корулдаши – пер. Загар (2623 м) – п. Ушгули – пер. Угыр (1922 м) – г. Местиа – Ингурское вдхр. – г. Джвари – п. Мухури – г. Мартвили – г. Хони – г. Самтредиа – г. Чохатаури – г. Озургети – п. Гоми – п. Гомисмта – оз. Chinchao – пер. Мериа-Кели (2366 м) – п. Горгадзееби – п. Дидаджара – пер. Годердзи (2025 м) – п. Зарзма – п. Бенара – г. Ахалцихе – г. Аспиндза – п. Хертвиси – п. Тмогви – Вардзиа – п. Апниа – п. Вачиани – г. Ахалкалаки – пер. Цхрацкаро (2454 м) – г. Бакуриани – г. Боржоми – г. Хашури – г. Тбилиси

Препятствия, определяющие категорию сложности маршрута

Вид препятствия	Название	Категория трудности	Характеристика препятствия
перевал	**Сванетский хребет**	четвертая	Абсолютная высота 1622 м, Набор высоты 2227 м, горные дороги различного качества
перевал	**Месхетский хребет**	четвертая	Абсолютная высота 1625 м, Набор высоты 3187 м, горные дороги различного качества
перевал	**Пер. Годердзи**	третья	Абсолютная высота 1471 м, Набор высоты 1405 м, мелкокаменистая дорога

Особые отметки МКК (изменение категории сложности, незачет руководства и т.д.)

Замечания руководителя о маршруте и участнике группы м. кн. № 89/17

Подпись/ФИО руководителя Сабанова А.М. ( )

Отметки о сдаче и местонахождении отчета о походе, инв. № 3438 в библиотеке ГСТ Свердловск

Председатель МКК: ( )

Штамп МКК

Дата: «14» ноября 2017 г.

Форма №6 Тур

Туристско-спортивный союз России

Федерация спортивного туризма РФ

Справка

О зачете прохождения туристского спортивного маршрута

МК № Р18/5-502

Выдана туристу Мандрыгину Павлу Александровичу
(фамилия, имя, отчество)

Год, месяц	Район	Вид туризма	Способ передвижения	Протяженность, км	Продолжительность, дней	Категория сложности	Руководство или участие
09-10.2018	Индия (Гималаи)	велосипедный	велосипед	485	10	3 с эл 5	участие

Подробная нитка маршрута с указанием начального, конечного пункта и определяющих категорию сложности препятствий. Для водных маршрутов указывать также название реки, уровень воды, какие препятствия не пройдены.

г. Реконг Пео – п.Нако – г.Каза – пер. Лагударси – п.Лосар – п.Пангмо – г.Каза – п.Лонгза – п.Хийким – п.Комик – п.Лиданг – п.Дханкхар – г.Каза – проброска на автобусе в п.Лосар – п.Пангмо – г.Каза

Препятствия, определяющие категорию сложности маршрута

Вид препятствия	Название	Категория трудности	Характеристика препятствия
подъём	Ущелье реки Сатледж	2	Дороги высокого, хорошего и низкого качества
спуск	Ущелье реки Спити	3	Дороги высокого, хорошего и низкого качества
траверс	Хребет к монастырю Дхаркхам	3	Дороги высокого и хорошего качества
траверс	Хребет Лангза – Лиданг (первопроход)	4	Дороги высокого, хорошего, низкого и сверхнизкого качества
подъём	Ущелье реки Спити через перевал Лагударси	5	Дороги высокого, хорошего и низкого качества

Особые отметки МКК (изменение категории сложности, незачет руководства и т.д.)

Замечания руководителя о маршруте и участнике группы

Обязанности в группе: механик, фотограф

Рекомендуется для участия в походе 6 кс *руководства походами*

Подпись/ФИО руководителя (Шонин С.В.)

Председатель МКК:

Штамп МКК

Отметки о сдаче и местонахождении отчета о походе, инв. № в библиотеке

Дата: «20» ноября 2018 г.

Форма №6 Тур

Туристско-спортивный союз России

Федерация спортивного туризма РФ

Справка

О зачете прохождения туристского спортивного маршрута

Выдана туристу **Мандрыгину Павлу Александровичу** м.кн N 12/17

(фамилия, имя, отчество)

Год, месяц	Район	Вид туризма	Способ передвижения	Протяженность, км	Продолжительность, дней	Категория сложности	Руководство или участие
апрель 2017	Южный и Средний Урал	велосипедный	велосипед	551	9	четвертая	участие

Подробная нитка маршрута с указанием начального, конечного пункта и определяющих категорию сложности препятствий.
Для водных маршрутов указывать также название реки, уровень воды, какие препятствия не пройдены.

Белорецк — Тирлянский – Махмутово — Кирябинское — Веселовка — Златоуст — Магнитка — Нязепетровск — Ревда — Таватуй

Препятствия, определяющие категорию сложности маршрута

Название	Категория трудности	Характеристики
Тирлянский — Махмутово	2	деформируемое покрытие, грунт, дорога хорошего качества
Махмутово — Плотинка	5	заброшенные дороги, броды, грунт, глина, снег
Плотинка — Веселовка	2	деформируемое покрытие, глина, мокрое
Златоуст — Александровка	2	гравий, асфальт, мокрое
Александровка — Аршинка	3	заброшенные дороги, броды, грунт, глина, снег
Куказар — Б.Лавровка	4	заброшенные дороги, броды, грунт, глина, снег
Б.Лавровка — Краснояр	2	грунт среднего качества, мокрый

Особые отметки МКК (изменение категории сложности, незачет руководства и т.д.)

Замечания руководителя о маршруте и участнике группы

Подпись/ФИО руководителя

(

Председатель МКК

(

Штамп МКК

Туристско-спортивный союз России
Областная и зональная туристско-спортивная федерация Свердловской области
МКК
166-00-56665555

Отметки о сдаче и местонахождении отчета о походе, инв. № 3418 в библиотеке МКК Сверд обл

Дата: «11» июля 2017 г.

Форма №6 Тур

Туристско-спортивный союз России Федерация спортивного туризма РФ

Справка

О зачете прохождения туристского спортивного маршрута

Выдана туристу **Сабанова Анастасия Михайловна**
(фамилия, имя, отчество)

Год, месяц	Район	Вид туризма	Способ передвижения	Протяженность, км	Продолжительность, дней	Категория сложности	Руководство или участие
Сентябрь 2017	Грузия	велосипедный	велосипед	1029,4	16	четвертая	руководство

Подробная нитка маршрута с указанием начального, конечного пункта и определяющих категорию сложности препятствий. Для водных маршрутов указывать также название реки, уровень воды, какие препятствия не пройдены.

г. Тбилиси – г. Хашури – пер. Джвари (985 м) – п. Корбоули – г. Чиатура – п. Кацхи – п. Чхари – г. Ткибули – пер. Накеральский (1217 м) – Шаорское вдхр. – г. Никорцминда – Ладжанурское вдхр. – пер. Орбели (964 м) – г. Цагери – п. Лентехи – п. Сасаши – п. Цана – нежил. Корулдаши – пер. Загар (2623 м) – п. Ушгули – пер. Угыр (1922 м) – г. Местиа – Ингурское вдхр. – г. Джвари – п. Мухури – г. Мартвили – г. Хони – г. Самтредиа – г. Чохатаури – г. Озургети – п. Гоми – п. Гомисмта – оз. Chinchao – пер. Мериа-Кели (2366 м) – п. Горгадзееби – п. Дидаджара – пер. Годердзи (2025 м) – п. Зарзма – п. Бенара – г. Ахалцихе – г. Аспиндза – п. Хертвиси – п. Тмогви – Вардзиа – п. Апниа – п. Вачиани – г. Ахалкалаки – пер. Цхрацкаро (2454 м) – г. Бакуриани – г. Боржоми – г. Хашури – г. Тбилиси

Препятствия, определяющие категорию сложности маршрута

Вид препятствия	Название	Категория трудности	Характеристика препятствия
перевал	**Сванетский хребет**	четвертая	Абсолютная высота 1622 м, Набор высоты 2227 м, горные дороги различного качества
перевал	**Месхетский хребет**	четвертая	Абсолютная высота 1625 м, Набор высоты 3187 м, горные дороги различного качества
перевал	**Пер. Годердзи**	третья	Абсолютная высота 1471 м, Набор высоты 1405 м, мелкокаменистая дорога

Особые отметки МКК (изменение категории сложности, незачет руководства и т.д.)

Замечания руководителя о маршруте и участнике группы м.кн. №89/17

Подпись/ФИО руководителя Сабанова А.М. ( )

Отметки о сдаче и местонахождении отчета о походе, инв. №3438 в библиотеке ФСТ Свердл обл

Председатель МКК: ( )

Дата: «14» ноября 2017г.

Штамп МКК

ТУРИСТСКО-СПОРТИВНЫЙ СОЮЗ РОССИИ ОБЛАСТНАЯ И ЗОНАЛЬНАЯ ТУРИСТСКО-СПОРТИВНАЯ МКК 166-00-56665555

Форма №6 Тур

Туристско-спортивный союз России

Федерация спортивного туризма РФ

Справка

О зачете прохождения туристского спортивного маршрута

МК № **Р18/5-502**

Выдана туристу Сабановой Анастасии Михайловне
(фамилия, имя, отчество)

Год, месяц	Район	Вид туризма	Способ передвижения	Протяжен-ность, км	Продолжитель-ность, дней	Категория сложности	Руководство или участие
09-10.2018	*Индия (Гималаи)*	*велосипедный*	*велосипед*	*485*	*10*	*3 с эл 5*	*участие*

Подробная нитка маршрута с указанием начального, конечного пункта и определяющих категорию сложности препятствий. Для водных маршрутов указывать также название реки, уровень воды, какие препятствия не пройдены.

г. Реконг Пео – п.Нако – г.Каза – пер. Лагударси – п.Лосар – п.Пангмо – г.Каза – п.Лонгза – п.Хийким – п.Комик – п.Лиданг – п.Дханкхар – г.Каза – проброска на автобусе в п.Лосар – п.Пангмо – г.Каза

Препятствия, определяющие категорию сложности маршрута

Вид препятствия	Название	Категория трудности	Характеристика препятствия
подъём	*Ущелье реки Сатледж*	*2*	*Дороги высокого, хорошего и низкого качества*
спуск	*Ущелье реки Спити*	*3*	*Дороги высокого, хорошего и низкого качества*
траверс	*Хребет к монастырю Дхаркхам*	*3*	*Дороги высокого и хорошего качества*
траверс	*Хребет Лангза – Лиданг (первопроход)*	*4*	*Дороги высокого, хорошего, низкого и сверхнизкого качества*
подъём	*Ущелье реки Спити через перевал Лагударси*	*5*	*Дороги высокого, хорошего и низкого качества*

Особые отметки МКК (изменение категории сложности, незачет руководства и т.д.)

Замечания руководителя о маршруте и участнике группы

Обязанности в группе: завхоз, хронометрист

Рекомендуется для участия в походе 6 кс руководства походами 5 кс

Подпись/ФИО руководителя _____ (Шонин С.В.)

Отметки о сдаче и местонахождении отчета о походе, инв. №_____ в библиотеке_____

Председатель МКК: _____ (Романов Д.Н.)

Штамп МКК

Дата: «20» ноября 2018 г.

Форма №6 Тур

Туристско-спортивный союз России

Федерация спортивного туризма РФ

Справка

О зачете прохождения туристского спортивного маршрута

Выдана туристу **Сабановой Анастасии Михайловне** м.кн № 12/17

(фамилия, имя, отчество)

Год, месяц	Район	Вид туризма	Способ передвижения	Протяженность, км	Продолжительность, дней	Категория сложности	Руководство или участие
апрель 2017	Южный и Средний Урал	велосипедный	велосипед	551	9	четвертая	участие

Подробная нитка маршрута с указанием начального, конечного пункта и определяющих категорию сложности препятствий.
Для водных маршрутов указывать также название реки, уровень воды, какие препятствия не пройдены.

Белорецк — Тирлянский – Махмутово — Кирябинское — Веселовка — Златоуст — Магнитка — Нязепетровск — Ревда — Таватуй

Препятствия, определяющие категорию сложности маршрута

Название	Категория трудности	Характеристики
Тирлянский — Махмутово	2	деформируемое покрытие, грунт, дорога хорошего качества
Махмутово — Плотинка	5	заброшенные дороги, броды, грунт, глина, снег
Плотинка — Веселовка	2	деформируемое покрытие, глина, мокрое
Златоуст — Александровка	2	гравий, асфальт, мокрое
Александровка — Аршинка	3	заброшенные дороги, броды, грунт, глина, снег
Куказар — Б.Лавровка	4	заброшенные дороги, броды, грунт, глина, снег
Б.Лавровка — Краснояр	2	грунт среднего качества, мокрый

Особые отметки МКК (изменение категории сложности, незачет руководства и т.д.)

Замечания руководителя о маршруте и участнике группы

Подпись/ФИО руководителя

Председатель МКК

Штамп МКК

Отметки о сдаче и местонахождении отчета о походе, инв. № 3418 в библиотеке МКК Свердл обл

Дата: «11» июля 2017 г.

Форма №6 Тур

Туристско-спортивный союз России

Федерация спортивного туризма РФ

Справка

О зачете прохождения туристского спортивного маршрута

Выдана туристу *Савченко Ивану Михайловичу*
(фамилия, имя, отчество)

Год, месяц	Район	Вид туризма	Способ передвижения	Протяжен-ность, км	Продолжитель-ность, дней	Категория сложности	Руководство или участие
2015 май	*Турция*	*велосипед-ный*	*велосипед*	*643*	*11 ходовых дней*	*3*	*руководитель*

Подробная нитка маршрута с указанием начального, конечного пункта и определяющих категорию сложности препятствий. Для водных маршрутов указывать также название реки, уровень воды, какие препятствия не пройдены.

Анталья -> Çimenova -> Kesme -> хребет 1700м -> Çaltepe -> Altinkaya (Selge) -> Burmahan Köyü -> D687 -> Ormana -> пещера Алтынбесык -> Ormana -> Akseki -> Namaras Yaylasi -> Gündoğmuş -> Ortakonuş -> Yeniköy -> Gökbel yaylasi -> Аланья

Препятствия, определяющие категорию сложности маршрута

Вид препятствия	Название	Категория трудности	Характеристика препятствия
Вело	*Аксеки – Прембелик*	*4*	*На значительной части участка глубокий снег*
Вело	*Бурмахан Кёйу – Башлар*	*3*	*Гравиевые дороги*
Вело	*Село на р. Кючюкаксу – Чукурка*	*3*	*Гравиевые дороги*

Особые отметки МКК (изменение категории сложности, незачет руководства и т.д.) Поход зачтен в рамках легализации туристического опыта. Руководитель рекомендован к руководству походом 4кс.

Замечания руководителя о маршруте и участнике группы

Подпись ФИО руководителя _____(Савченко И.В.)

Председатель МКК: _____(Е.А.Бакурский)

Штамп МКК

134-00-404550000

Отметки о сдаче и местонахождении отчета о походе, в библиотеке www.fst34.ru

Дата: «12» февраля 2017г.

Форма №6 Тур

Туристско-спортивный союз России

Федерация спортивного туризма РФ

Справка

О зачете прохождения туристского спортивного маршрута

МК № Р18/5-502

Выдана туристу Савченко Ивану Михайловичу
(фамилия, имя, отчество)

Год, месяц	Район	Вид туризма	Способ передвижения	Протяженность, км	Продолжительность, дней	Категория сложности	Руководство или участие
09-10.2018	Индия (Гималаи)	велосипедный	велосипед	485	10	3 с эл 5	участие

Подробная нитка маршрута с указанием начального, конечного пункта и определяющих категорию сложности препятствий. Для водных маршрутов указывать также название реки, уровень воды, какие препятствия не пройдены.

г. Реконг Пео – п.Нако – г.Каза – пер. Лагударси – п.Лосар – п.Пангмо – г.Каза – п.Лонгза – п.Хийким – п.Комик – п.Лиданг – п.Дханкхар – г.Каза – проброска на автобусе в п.Лосар – п.Пангмо – г.Каза

Препятствия, определяющие категорию сложности маршрута

Вид препятствия	Название	Категория трудности	Характеристика препятствия
подъём	Ущелье реки Сатледж	2	Дороги высокого, хорошего и низкого качества
спуск	Ущелье реки Спити	3	Дороги высокого, хорошего и низкого качества
траверс	Хребет к монастырю Дхаркхам	3	Дороги высокого и хорошего качества
траверс	Хребет Лангза – Лиданг (первопроход)	4	Дороги высокого, хорошего, низкого и сверхнизкого качества
подъём	Ущелье реки Спити через перевал Лагударси	5	Дороги высокого, хорошего и низкого качества

Особые отметки МКК (изменение категории сложности, незачет руководства и т.д.)

Замечания руководителя о маршруте и участнике группы

Обязанности в группе: штурман, финансист

Рекомендуется для участия в походе 6 кс руководства походами 5 кс

Подпись/ФИО руководителя (Шонин С.В.)

Отметки о сдаче и местонахождении отчета о походе, инв. № в библиотеке

Председатель МКК: (Романов В.А.)

Штамп МКК

Дата: «20» ноября 2018 г.

Форма №6 Тур

Туристско-спортивный союз России

Федерация спортивного туризма РФ

Справка

О зачете прохождения туристского спортивного маршрута

Выдана туристу *Савченко Ивану Михайловичу*
(фамилия, имя, отчество)

Год, месяц	Район	Вид туризма	Способ передвижения	Протяженность, км	Продолжительность, дней	Категория сложности	Руководство или участие
2015 октябрь -ноябрь	Тибет, Китай	велосипедный	велосипед	1167	21	5	участник

Подробная нитка маршрута с указанием начального, конечного пункта и определяющих категорию сложности препятствий. Для водных маршрутов указывать также название реки, уровень воды, какие препятствия не пройдены.

Чэнду - Yingxiuzhen - S303 - пер.Балангуань (4507 м) - Сяоцзинь - Даньба - р. Caoshizha - пер. Куячий (4650 м) - S303 - Цяньнин - Чжамай - пер.Дэдроад (4200 м) - Яцзян - Литан - пер. Камель 4800 м - Метука - пер.4 снебольшим (4500 м) - Боми - р. Dinggu - пер.Юангеншан (3900 м) - пер.Мааншан (4150 м) - Сянчэн - пер.Мулле (4660 м) - Кунгка - Шангри-ла - S216 - пер.Бова (4500 м) - Даочен - пер. 4680 м - пер.Кролика (4650 м) - пер. 4200 м - Литан - Чэнду

Препятствия, определяющие категорию сложности маршрута

Вид препятствия	Название	Категория трудности	Характеристика препятствия
перевал	Перевал Куячий	6	горная дорога, тропа
перевал	Перевал 4 с небольшим	5	горная дорога, тропа
перевал	Перевал Дэдроад	4	горная дорога
перевал	Перевалы Мууле	4	горная дорога

Особые отметки МКК (изменение категории сложности, незачет руководства и т.д.)

Замечания руководителя о маршруте и участнике группы *рекомендуется к прохождению маршрутов до 6 кс. включительно*

Подпись/ФИО руководителя (Комаров Н.А.)

Председатель МКК: (Е.А. Бакчурин)

Штамп МКК

Отметки о сдаче и местонахождении отчета о походе, инв. №_____ в библиотеке *ИЖКМ. Г5134.РМ*

Дата: «15» *апреля* 20*16* г.