

ОТЧЕТ

о велосипедном походе ПЕРВОЙ категории сложности в районе озера Селигер (Тверская обл., Новгородская обл.), совершенном с 14 июля 2013 года по 20 июля 2013 года

Маршрут: *Москва – Бологое – оз. Гоголино - Яблонька – Екимково – оз. Белое – Нило-Столобенская пустынь – Осташков – Свапуще – оз. Велье – Валдай – Москва*

Маршрутная книжка №1/5-123

Руководитель группы: **Урлих Максим Васильевич**
Адрес: г. Москва, ул. Пятницкое шоссе, 40-116
Тел: 8-906-767-74-63

Маршрутно-квалификационная комиссия рассмотрела отчет и считает, что поход
Соответствует _____ и засчитывается руководителю и всем участникам.

Содержание:

1. Справочные сведения о походе.
2. Определяющие препятствия маршрута.
3. Участники группы
4. Характеристика района похода
5. Цели и общая характеристика маршрута
6. График движения заявленный
7. График движения фактический
8. Техническое описание прохождения маршрута
- Дополнительные сведения о походе:*
9. Варианты заброски
10. Перечень общественного снаряжения.
11. Состав медицинской аптечки.
12. Перечень запчастей и инструментов.
13. Перечень транспортных средств и поломок.
14. Раскладка по питанию.
15. Состав хозяйственного ремонтного набора.
16. Затраты на поход.
17. Расчет категории трудности протяженных препятствий и оценка категории сложности велосипедного маршрута
18. Карта маршрута.
19. Фотографии определяющих участков маршрута.

1. Справочные сведения о походе:

Группа туристов Московского клуба велотуристов в составе 4 (четырех) человек совершила с 14 июля по 20 июля 2013 года велосипедный поход 1 к.с. в районе Тверской и Новгородской областей (озеро Селигер) по маршруту:

Москва – Бологое – оз. Гоголино - Яблонька – Екимково – оз. Белое – Нило-Столобенская пустынь – Осташков – Свапуще – оз. Велье – Валдай – Москва

Протяженность активной части – 387,8 км

Из них: по асфальту – 136,6 км

по грейдеру – 99,7 км

по полевым и лесным песчаным дорогам – 151,5 км

Общая продолжительность похода – 7 дней

Количество ходовых дней – 7 дней

2. Определяющие препятствия маршрута

Препятствие	Вид препятствия	Категория трудности	Характеристика препятствия
г.Бологое – оз. Гоголино	равнинное	первая	Профилированная гравийная или грунтовая дорога (грейдер)
дер. Остров – дер. Козино	равнинное	вторая	Песчаная дорога, рыхлый песок глубиной до 3 см, с небольшими локальными препятствиями в виде гатей и разбитых участков дороги
Д. Свапуще – оз. Велье	равнинное	первая	Грейдер, Асфальт

3. Участники группы

	Фамилия И.О.	Год рожде ния	Адрес, телефон	Туристический опыт	Обязанности в группе
	Урлих Максим Васильевич	1980	г.Москва, ул.Пятницкое шоссе, 40-116 тел. 8 906 767 74 63	2-У Крым, 3-У Кольский	Руководитель, Снаряженец, Завхоз по питанию
	Бояров Гаяр Каняфович	1962	г.Москва, ул.Стартовая, 2 7-1-14 тел. 475-55-62	5-У Кольский, 3-Р Кольский	Штурман, Фотограф, Культорг
	Чавушьян Михаил Петрович	1975	г.Москва, Сев. Чертаново, 6-604-332, тел.	1-У Селигер 2-У Крым	Медик, Механик
	Шумский Павел Яковлевич	1949	г.Москва, ул.Фабрициуса д.9 кв.83, 8-926-571-56-75	2-У Крым, 3-У Кольский	Хронометрист Казначей

4. Характеристика района похода

Селигер – это озерное раздолье, удивительная тишина, увлекательные походы и чарующая красота русской природы. Многие ученые-медики, побывавшие на селигерских просторах, изучившие здешние климатические и бальнеологические условия, свидетельствуют о большой ценности верхневолжских водных просторов. Озеро и его окрестности, расположенные на холмистых отрогах Валдайской возвышенности, представляют собой весьма живописную картину огромной водной поверхности, обрамленной лесистыми берегами. Сочетание богатых природных данных с хорошими климатическими условиями и близостью от таких центров, как Москва и Санкт-Петербург, делает этот район прекрасным местом для отдыха и лечения.

Селигер раскинулся среди сосновых лесов двумя причудливыми цепями озер, соединенных протоками. С северо-запада на юго-восток синие плеса тянутся на 91 км, а с запада на восток — на 52 км. Всего здесь 24 озера-плеса, имеющих общую связь. Площадь Селигера — 260 км². Берега озера сильно изрезаны живописными заливами, песчаными мысами и полуостровами. Если задаться целью обойти весь берег Селигера пешком, придется преодолеть немалый путь – более 500 км.

Происхождение Селигера ледниковое. Много тысяч лет назад ледники создали высокие холмы Валдайской возвышенности, а растаяв, заполнили впадины водой. По берегам озера и в его плесах разбросано множество валунов, а водная гладь находится на высоте 205 метров над уровнем моря. В Селигер впадает лишь несколько маленьких речек – Крапивна, Черемха и Сорога, пополняется же озеро многочисленными ключами и талыми водами. Сам Селигер через реку Селижаровку питает водой Волгу.

Климат Селигера – умеренно-континентальный. Зима устойчивая, мягкая. Средняя температура зимних месяцев – 8–9 градусов мороза. Среднегодовая температура – 4 °С тепла. Март и апрель богаты солнечными днями. Лето теплое, солнечное, особенно июль и август. И хотя осадков много, дожди выпадают ливневые и быстро проходящие.

Среднегодовое количество осадков – около 600 мм. Лето и осень наступают недели на две позже, чем в Московской области.

Господствующие ветры – с запада и юго-запада. Последний, по-местному – «мокрик», приносит тепло и дождь.

Лед на Селигере стоит около пяти месяцев. К 1 мая озеро обычно расходится. Вода в озере нагревается быстро. Уже в июне температура верхнего слоя достигает почти 20 °С, а в июле и первой половине августа вода прогревается до 25 °С.

Флора

Вокруг всего Селигера раскинулись неоглядные леса – зеленая колыбель Волги. Темные ельники, березовые и осиновые рощи, сосновые боры помогают накапливать снега и удерживать влагу летом, хотя в это время года здесь сухо. Знойный воздух напоен смолистым целительным ароматом. В борах много грибов, растет в обилии малина, земляника, черника.

Озеро изобилует островами самой разнообразной формы, покрытыми лесами и кустарниками. Такие острова привлекательны весной, когда зеленеют березы и липы, цветут черемуха и рябина. А осенью лиственные леса островов окрашиваются в багрец, и тогда все озеро со светлыми песчаными отмелями, синими заливами, зелеными сосновыми лесами похоже на чудесный разноцветный ковер. Очень красивы смешанные леса. Вместе с березой и осиной в них встречаются черемуха, орешник, рябина, шиповник, ива. На полянах много брусники и грибов. Луга благоухают цветами и травами. Есть также широколиственные породы – дуб, клен, ясень, реже вяз. Можно встретить лиственницу, кедр, даже пихту. Здешний кустарник – вездесущая ольха, лещина, крушина, встречаются целые альвары можжевельника.

Весной и летом обилие цветов, богатое разнотравье. Из водных растений особенно приметны кувшинка, кубышка, которые часто называют белой и желтой лилиями, ирис, белокрыльник (калла). Вдоль берегов материка и островов – густые заросли тростника (по-местному – «треста»). Частый здесь рогоз легко узнать по коричневым соцветиям, похожим на скалки. В Селигерском крае щедрые грибные места. Белых сравнительно немного, зато подосиновиков, подберезовиков, моховиков, лисичек, опят и сыроежек достаточно. Богатые ягодники в конце июня подарят вам морошку, позже – чернику и голубику, а осенью – бруснику и царицу болот клюкву. В лесу, на полянах, просеках и старых вырубках легко найти заросли малины. Есть черная, красная, даже белая смородина. Бруснику можно собирать во второй половине августа, клюкву – в середине сентября.

Фауна

Животный мир Селигера представлен лосем, кабаном, медведем, волком, лисицей, зайцем, белкой, енотом, куницей. На глухих реках можно наткнуться на бобровую плотину.

Селигерскими чайками можно любоваться на протяжении всего пути. На соснах острова Городомля можно заметить целые колонии цапель. На болотах справляют майские свадьбы журавли. Рябчики, сороки, дятлы, дрозды, пеночки украшают селигерские леса. Безветренными майскими вечерами на островах слышны беззаботные песни соловьев. На воде много уток. Наблюдательный человек заметит гусей, а если повезет, то и пару красавцев лебедей. На солнечный берег нередко выползают греться змеи.

В озере водится почти 30 видов рыб: лещ, окунь, сом, щука, судак, плотва, много снетка. Попадает рыба, запущенная в озеро – угорь и пелядь.

В культурную программу похода входили:

Нилова пустынь (Нило-Столобенская пустынь) – мужской монастырь, расположенный на острове Столобной и частично на полуострове Светлица, в 10 км севернее города Осташкова, на озере Селигер.

История монастыря неразрывно связана с преподобным Нилом Столобенским, родившимся в конце XV столетия, недалеко от Великого Новгорода. К сожалению, как его звали в миру сейчас уже неизвестно, как и то, кем были его родители. Известно только, что после их смерти он отправился в Иоанно-Богословский Крыпецкий монастырь, который находился около Пскова. Там он принял постриг под именем Нил, в честь преподобного Нила Постника.

В 1515 г. преподобный Нил покинул Крыпецкий монастырь и срубил в лесу во Ржевском уезде у реки Серемхи небольшую келью. Жил уединенно, питался травами и дубовыми желудями, все время проводил в молитвах.

Урочище Серемха - первая келья и святой колодец преподобного Нила

На реке Серемха (Серемуха, Черемуха), между деревнями Мошенка и Красуха, находится одна из главных святынь Селигерского края, место, где более пяти веков назад стояла келья Небесного покровителя этих земель – преподобного Нила Столобенского. Здесь великий святой провел первые 12 лет своей затворнической жизни. Здесь же стоит церковь Животворящей Троицы с двумя приделами: во имя Казанской иконы Богородицы и Нила Столобенского. В лесу на месте первой кельи преподобного находится памятный крест. Храм действующий, в настоящее время реставрируется, восстановлен святой колодец, некогда вырытый самим преподобным.

По преданию, в один из дней к преподобному Нилу пришли разбойники, решившие его убить. Однако он, сотворив молитву, вышел к ним с иконой Пресвятой Богородицы. Разбойникам привиделось, что преподобный окружен множеством вооруженных людей. В ужасе они упали к его ногам, раскаялись и стали просить прощения.

Через 13 лет после поселения у реки Серемхи, в 1528 г., он перебирается на новое место – остров Столобный на озере Селигер, в 7-ми верстах от Осташкова. Первый год живет в выкопанной землянке, потом строит себе келью и часовню для молитв. Всего преподобный Нил прожил на острове 27 лет и перед смертью завещал построить на этом месте монастырь, что и было позже сделано. В 1594 г. с разрешения Патриарха Иова была открыта монашеская обитель. Так и началась история мужского монастыря Нило-Столобенской Пустыни.

Сегодня действующий мужской монастырь Нилова Пустынь открыт для посещения многочисленных экскурсантов и паломников. Здесь можно увидеть величественный пятиглавый Богоявленский собор, подняться на колокольню, откуда открывается великолепная панорама озера, прилегающих островов, небольших деревень и храмов по берегам. А также посетить самое старое сооружение монастыря – церковь Всех Святых с больничными палатами.

Город Осташков – построен в 1770 г., административный центр Осташковского района Тверской области. Население – 19,1 тыс. жителей (данные на 2008 г.). Расположен на берегу южной части озера Селигер, в 190 км от Твери. Очень целостный и колоритный малый город, живописно расположенный на полуострове на озере Селигер. Интересная планировка, самобытная гражданская архитектура, церкви и монастыри XVII-XIX вв.

Известен с XIV в. В грамоте литовского князя Ольгерда к константинопольскому патриарху Филофею, датированной 1371 г, упоминается Кличен – пограничный

городок Московского княжества, располагавшийся на одноименном острове на Селигере. В 1393 г. Кличен был захвачен и сожжен новгородцами. По легенде, после этого уцелел единственный житель Кличена, рыбак Евстафий (Осташко), который перебрался на соседний полуостров южнее Кличена – от него город и получил свое название.

В 1772-1775 гг. – центр Осташковского уезда Новгородской губернии. В 1775 г. город и уезд были переданы в состав Тверского наместничества (с 1776 г. – Тверская губерния). При перепланировке уездных городов Российской империи в XVIII в.

Именно новая планировка Осташкова была взята за образцовую (как в 1763 г. новая регулярная планировка Твери была признана за эталонную для губернских городов). В 1929-1935 гг. Осташков входил в состав Западной области, с 1935 г. по 1990 г. – Калининской области.

Город Валдай расположен в самой высокой части Валдайской возвышенности, на Валдайском озере, в 140 км к юго-востоку от Великого Новгорода. Валдай впервые упоминается в 1495 году как деревня Валдайское селище. До 1654 года было дворцовым селом, затем до 1764 года было передано Иверскому монастырю. В XVIII–XIX веках Валдай превратился в крупный торгово-ремесленный центр на тракте, соединяющем две столицы. В нем развивалось литейное, кузнечное дело, изготовление знаменитых колокольчиков.

Колокола на Валдае лили еще в XVII веке, но то, что принято называть валдайским (то есть ямщицким) колокольчиком, появляется не ранее II половины XVIII века. Ямщицкие колокольчики были, в первую очередь, необходимы на главной, самой оживленной дороге России – Московско-Петербургском тракте. Центр производства их и возник в Валдае, находящемся на середине этого тракта. Местные мастера издавна славились кузнечными изделиями – в кузницах и стали отливать первые валдайские колокольчики. А в начале XIX века появились специальные колокольные мастерские и заводы.

Валдайское озеро входит в десятку самых чистых озер с неповторимым волнистым рельефом, множеством островов, окруженное почти нетронутыми первозданными лесами. Могучие корабельные сосны, стройные с острыми вершинами темно-зеленые ели, изящные березы и трепетные осины на живописных холмах Валдая создают пейзажи необыкновенной красоты. Неповторимую уникальность их дополняют многочисленные реки и озера. На Валдайской возвышенности их более 300. Отсюда берут начало реки, текущие на север - к Балтийскому морю и на юг - к Каспию. Реки эти полноводны и хрустально чисты.

Валдайский национальный парк предлагает множество вариантов отдыха в домах отдыха, пансионатах, на туристических базах, в палатках. Здесь проложено множество туристических маршрутов, - обустроены места для стоянок на берегу валдайских озер. Гостей Валдая ожидают походы, костры, рыбалка, уха, песни под гитару; прогулки на лодках, катерах, катамаранах; грибное и ягодное раздолье; лыжные прогулки, катание с гор на санях, снегоходах; подледный лов рыбы.

Валдай – популярный туристический центр. Одна из самых больших из ныне существующих коллекций колокольчиков собрана в валдайском Музее колоколов, который был открыт в помещениях храма Святой Екатерины 16 июня 1995 года. На острове Валдайского озера расположен Иверский монастырь.

5. Цели и общая характеристика маршрута

Посещение природных и исторических памятников Селигерского края, тренировка перед походом 3 к.с

6. График движения заявленный

Даты	Дни пути	Участки маршрута	Км	Способы передвижения
14 июля	1	Ст.Бологое-оз. Гоголино	40	Вело
15 июля	2	Оз. Гоголино- Яблонька	35	Вело
16 июля	3	Яблонька-Екимково	58	Вело
17 июля	4	Екимково-оз.Белое- Нилова Пустынь	35	Вело
18 июля	5	Оз.Белое-Свапуще	81	Вело
19 июля	6	Свапуще-оз.Велье	75	Вело
20 июля	7	Оз. Велье-Валдай	52	Вело
		Итого	376	

7. График движения фактический

Даты	Дни пути	Участки маршрута	Км	Способы передвижения
14 июля	1	Ст.Бологое-оз. Гоголино	45,02	Вело
15 июля	2	Оз. Гоголино - Яблонька (оз.Шлино)	36,26	Вело
16 июля	3	Яблонька (оз.Шлино) -Екимково	58,92	Вело
17 июля	4	Екимково-оз.Белое- Нилова пустынь	41	Вело
18 июля	5	Оз.Белое-Свапуще	78,07	Вело
19 июля	6	Свапуще-оз.Велье	79,71	Вело
20 июля	7	Оз.Велье-Валдай	48,82	Вело
		Итого	387,8	

Изменений в фактическом маршруте нет.

Аварийные выходы с маршрута

Из любой точки маршрута выход до дороги с автомобильным движением составлял не более 10 км.

8. Техническое описание прохождения маршрута

Дата

14.07.2013 Воскресенье

Днем солнечно, температура 25 С

Время	Км(день)	Км(сумма)	Содержание	Характеристика дороги
13:28	0	0	Прибытие поезда ст. Бологое. Выгрузка. Сборы. Выход в город по переходу.	Городские улицы, асфальт
13:40	0	0	Начало движения, от вокзала по главной улице направо	Городские улицы, асфальт
13:50	1,20	1,20	Остановка у магазина	Городские улицы, асфальт
14:27	3,90	3,90	Развилка дорог перед церковью, нам направо. Ремонт прокола колеса.	Городские улицы, асфальт
14:55	4,10	4,10	Выезд из г.Бологое, справа примыкает дорога, едем прямо,начало грейдерной дороги	Грейдер
15:43	12,80	12,80	Т-образный перекресток,поворот налево	Грейдер
15:50	13,40	13,40	Встаем у оз.Великое. Отдых,перекус	Грейдер
16:30	13,40	13,40	Старт от стоянки	Грейдер
17:14	23,05	23,05	дер.Пахотино	Грейдер
17:32	26,27	26,27	Пересечение с трассой Москва-С.Петербург у дер.Макарово. По пешеходному переходу на другую сторону трассы, где дорога продолжается.	лесная песчаная
18:40	36,13	36,13	Развилка дорог. Перекус в беседке. Едем прямо.	песчано-гравийная
19:43	42,19	42,19	Т-образный перекресток, поворот налево В озеро Гоголино.	песчано-гравийная
19:56	44,19	44,19	Поворот налево	песчано-гравийная
20:18	45,02	45,02	Остановка на ночлег	
	Вечер, Ясно, температура 22 С. Средняя скорость за день 13км/ч, Набор высоты 223 м.			

Дата

15.07.2013 Понедельник

Солнечно, температура 19 С

Время	Км(день)	Км(сумма)	Содержание	Характеристика дороги
8:00	0	45,02	Подъем, зарядка.	
10:00	0	45,02	Выезд с места ночевки	песчано-гравийная
10:55	0,72	45,74	Выезд на дорогу направо	песчано-гравийная
11:08	3,23	48,25	Поворот налево на развилке (Справа-д.Погарино)	Грейдер
11:25	6,24	51,26	Поворот налево под 90 ⁰ с указателем «Карьер»	Дорога выложена бетонными плитами

11:39	9,33	54,35	Развилка, поворот налево	Дорога выложена бетонными плитами
11:55	12,14	57,16	Развилка. Поворачиваем влево.	Дорога выложена бетонными плитами
12:10	15,60	60,62	Смена дорожного покрытия	Песчаная дорога
12:32	18,75	63,77	Т-образный перекресток, поворот налево, перекус	Грейдер
12:55	22,70	67,72	Д. Ванютино	Дорога выложена бетонными плитами
13:05	23,42	68,44	Смена дорожного покрытия	Дорога выложена бетонными плитами, чередующаяся с грейдером
13:24	27,70	72,72	д.Бель	Грейдер
13:40	31,25	76,27	Т-образный перекресток, поворот налево	Дорога выложена бетонными плитами, чередующаяся с грейдером
14:02	31,50	76,32	д.Каменка	Грейдер
14:17	31,93	76,95	д.Софиевка	Грейдер
14:33	35,57	80,59	Съезд с основной дороги вправо, в сторону оз. Шлино,	Грунтовая дорога
14:42	36,26	81,28	Встали на ночлег.	
Вечер, Небольшой дождь с грозой, температура 16 С. Средняя скорость за день 13 км/ч, набор высоты за день 197 м.				

Дата

16.07.2013 Вторник

Облачно,небольшие дожди, температура +18

Время	Км(день)	Км(сумма)	Содержание	Характеристика дороги
8:00	0	81,28	Подъем,завтрак	
10:20	0	81,28	Выезд	Лесная дорога
10:25	0,91	82,19	Въезд в д. Яблонька, 1-ый поворот налево	Песчаная дорога
10:35	1,61	82,89	Выезд из д. Яблонька на основную дорогу, направо	Песчаная дорога
10:42	2,58	83,86	Поворот направо	Грейдер
10:47	3,47	84,75	Д. Мартюшино	Грейдер
11:08	7,63	88,91	Д. Остров	Песчаная дорога
11:18	9,12	90,04	Д. Горка. Развилка, поворот налево	Песчаная дорога
11:34	10,33	91,61	Смена покрытия, дорога уходит вправо	Песчаная дорога
12:57	19,20	100,48	Развилка. Едем направо.	Песчаная дорога

13:07	20,72	102,00	Мост через р.Кова,справа от дороги оборудованный родник,	Песчаная дорога
14:07	25,00	106,28	Поворот налево на Т-образном перекрестке	Песчаная дорога
14:50	28,02	109,30	д.Рабежа. Располагаемся на обед, вода из реки.	Песчаная дорога
15:30	28,02	109,30	Продолжаем движение	Песчаная дорога
15:49	30,06	111,34	Поворот налево на развилке	Песчаная дорога
16:06	33,56	114,84	Поворот налево на развилке	Песчаная дорога
16:24	35,53	116,81	д.Скит	Песчаная дорога
16:54	39,33	120,61	д.Козино	Грейдер
17:18	39,81	121,09	Поворот на развилке налево	Грейдер
17:30	43,25	124,53	Д. Ковряки	Грейдер
17:50	47,57	128,85	д.Зимница	Песчаная дорога
18:30	52,74	134,02	д.Новосел	Песчаная дорога
18:55	55,84	137,12	д.Екимково, набрали воды на ночлег.	Лесная дорога
19:30	58,92	140,20	Стоянка за деревней, в сосновом лесу. Ночлег.	
Вечер, облачно, температура 16 С . Средняя скорость за день 11 км/ ч. Набор высоты за день 479 м.				

Дата 17.07.2013 Среда

Переменная облачность, температура 14 С

Время	Км(день)	Км(сумма)	Содержание	Характеристика дороги
8:00	0	140 ,20	Подъем	
10:35	0	140,20	Выдвигаемся с места ночлега, возвращаемся на главную дорогу	Полевая, лесная дорога
10:52	2,59	142,79	Д. Красуха, поворот налево на Т-образном перекрестке	Асфальт только по селу, далее грейдер
11:05	5,14	145,34	Перед мостом через реку Серемха, съезд с дороги влево к келье преподобного Нила Столобенского	Лесная дорога
11:15	5,94	146,14	Вернулись на дорогу. Продолжаем движение в сторону д. Мошенка	Грейдер
11:29	8,02	148,22	Закупка продуктов в д.Мошенка	Асфальт в деревне
12:34	14,81	155,01	Поворот направо на лесную дорогу	Лесная дорога.
13:02	17,42	157,62	Выехали на щебеночную дорогу и повернули направо.	Щебеночная дорога
13:07	18,11	158,31	Д. Березово	Песчаная дорога
13:10	18,20	158,40	Развилка. Продолжаем	Песчаная дорога

			движение прямо.	
13:12	18,86	159,06	Развилка. Поворачиваем налево.	Песчаная дорога
13:14	19,05	159,50	д.Котчище	Песчаная дорога
13:17	19,34	159,54	Оз. Серемо. Переправа по деревянному пешеходному мосту. Перекус.	Песчаная дорога
13:40	19,90	160,10	Развилка полевых дорог, поворачиваем направо.	Песчаная дорога
13:45	20,37	160,57	Д. Лежнево. Поворот налево.	Песчаная дорога
14:03	22,38	162,58	Поворот направо на Т-образном перекрестке направо	Грейдер
14:18	24,32	164,52	Поворот налево	Лесная дорога
14:44	28,02	168,22	д.Кровотынь. Посещение церкви.	Песчаная дорога
15:14	31,80	172,00	д.Зальцо. Работает магазин.	Грейдер
15:49	33,39	173,59	Поворот направо	Асфальт
16:30	37,95	178,15	Экскурсия в Нилову Пустынь	Асфальт
18:00	41,00	181,20	Лагерь на оз. Белое	
Вечер, ясно, температура 20 С. Средняя скорость за день 12,5 км/ч. Набор высоты за день 269 м.				

Дата **18.07.2013 Четверг**
Ясно, температура 18 С

Время	Км(день)	Км(сумма)	Содержание	Характеристика дороги
8:00:00			Подъем.	
10:50		181,20	Выдвигаемся из лагеря и возвращаемся на главную дорогу, поворачиваем направо, едем в обратную сторону.	Асфальт
12:03	18,48	199,68	Поворот на г.Осташков. Прокол колеса. Замена камеры.	Асфальт
12:50	23,62	204,82	Закупка в магазине «Магнит». Обед в кафе «Лазурное». Кафе работает с 13-00. (Новый пр-д, д. 1)	Городские ул. Асфальт
14:35	23,62	204,82	Выдвигаемся с обеда	
15:47	38,54	219,74	Пирамида Голода, перекресток с дорогой на Пено	Асфальт
16:37	49,74	230,94	Д. Ботово	Асфальт
18:14	70,45	251,65	Д. Барутино	Асфальт
18:41	75,15	256,35	д. Свапуще	Асфальт
19:13	76,99	258,19	Поворот направо	Асфальт
19:30	78,07	259,27	Стоянка на оз. Селигер	
Вечер, переменная облачность, температура 20 С. Средняя скорость за день 17.7. Набор высоты за день 378 м.				

Дата 19.07.2013 Пятница
Облачно, небольшой дождь, температура 18 С

Время	Км(день)	Км(сумма)	Содержание	Характеристика дороги
7:00	0	259,27	Подъем	
09:40	0,38	259,65	Выезжаем на дорогу	Асфальт
10:10	8,02	267,29	д.Залучье	Грейдер
10:55	12,65	271,92	д.Машугина Гора	Грейдер
12:06	23,12	282,39	Д. Заозерье	Грейдер
12:40	31,04	290,31	Прямо на развилке	Грейдер
13:10	35,53	294,80	д.Сосница	Грейдер
13:14	36,20	295,47	Церковь, поворот направо к магазину. Обед. Есть колодец.	Грейдер
13:45	36,20	295,47	Вернулись на дорогу, повернули направо у церкви.	Грейдер
13:59	38,05	297,32	Развилка, поворот направо в д. Заболотье.	Асфальт
14:30	47,07	306,34	Д. Перерва. Начался сильный ливень с грозой. Переждали в беседке у дороги.	Грейдер
17:02	53,98	313,25	д.Полново,закупка в магазине	Асфальт
18:48	67,97	327,24	д.Истошино. Развилка, поворот направо на Валдай	Грейдер
20:02	79,71	338,98	Остановка , оз. Велье. Ночлег.	

Вечер. Дождь. Температура 13. Средняя скорость за день 13,15.
Набор высоты за день 659 м.

Дата 20.07.2013 Суббота
Пасмурно, температура 13 С

Время	Км(день)	Км(сумма)	Содержание	Характеристика дороги
06:30	0	338,98	Подъем	
08:20	0	338,98	Выдвигаемся из лагеря	
08:58	7,50	346,48	д. Никольское	Грейдер
09:27	12,31	351,29	д. Мысловичи	Грейдер
09:47	17,27	356,25	д. Б.Уклеино	Грейдер
10:13	20,02	359,00	Т-образный перекрестк. Поворот налево.	Бетонные плиты
10:30	22,45	361,43	Смена дорожного покрытия	Асфальт
11:09	29,85	368,83	Большое Городно. Замена проколотой камеры.	Асфальт
12:11	43,05	382,03	д. Короцко, остановка около магазина колодец.	Асфальт
12:29	47,26	386,24	Переезд через Ленинградское шоссе	Асфальт
12:40	48,82	387,80	Валдай, вокзал	

Облачно, небольшой дождь. Температура 16 С. Средняя скорость за день 15 км/ч. Набор высоты за день 353 м.

Итого: 387,5 км.

Дополнительные сведения о походе:

9. Варианты заброски

Группа добиралась до ст. Бологое из Москвы и от ст. Валадай в Москву электричками:

14.07.2013

06:44	09:22	2 ч 38 м	ежедневно	Москва Ленинградская	Тверь
10:01	12:36	2 ч 35 м	ежедневно	Тверь	Бологое-Московское

20.07.2013

(Из Валдая в Бологое курсирует всего лишь 2 электрички в день. Наша группа возвращалась на дневной в 13.43)

6662	Старая Русса → Бологое	13.43	Валдай 15.05	Бологое-Московское	1 ч 22 м
(6458	Старая Русса → Бологое	20.41	Валдай 21.54	Бологое-Московское	1 ч 13 м)

Ближайшая электричка

17:23	20:58	3 ч 35 м	ежедневно	Бологое-Московское	Тверь
-------	-------	----------	-----------	--------------------	-------

Последняя электричка

22:38	00:46	2 ч 8 м	ежедневно	Тверь	Москва Ленинградская
-------	-------	---------	-----------	-------	----------------------

В Москве «верхом» добирались по домам.

Также есть варианты заброски в Бологое на многочисленных проходящих поездах.

Из Валдая можно добраться до Москвы только поездом:

010Ч Псков → Москва Маршрут Годовой график 00:40 из Валдая 06:27 в Москву Ленинградский вокзал 5 ч. 47 м. Примерная стоимость плацкарта на момент похода составляла 1650 руб.

Также можно попытаться сесть на ст. Бологое на проходящие поезда до Москвы.

10.Перечень общественного снаряжения

№ п/п	Наименование	Вес (кг)
1	Палатка 3-х мест.	4
2	Палатка 1 мест.	1
3	Каны 2 шт	2
4	Таганок	0,4
5	Тент	0,9
6	Ножовка	0,4
7	Топор	0,6
8	Кухня	0,4
9	Газовая горелка+балон	1
14	Ремнабор вело	2,8
15	Ремнабор хоз	0,2
16	Аптечка	1
17	Карты, компас	0,3
18	GPS	0,3
19	Фотоаппарат	0,3
20	Трос-замок	0.4
	Итого	16

Вес из расчета на 1 чел

4 кг

На протяжении всего похода пищу готовили на костре. Газовая горелка предназначалась на случай ухудшения погодных условий. Однако, последние 2 дня похода даже при грозовых ливнях удалось обнаружить сухие дрова и развести костер. На протяжении всего маршрута проблем с дровами и водой для приготовления пищи не было.

11. Состав медицинской аптечки

1. Бинты стерильные (разных размеров)	4 шт
2. Салфетки марлевые	4 шт
3. Эластичный бинт	1 шт
4. Лейкопластырь (широкий)	1 рулон
5. Бактерицидный пластырь	10 шт
6. Английская булавка	1 шт
7. Ножницы	1 шт
8. Перекись водорода	100 мл
9. Пантенол	1 шт
10. Пинцет	1 шт
11. Крем Детский	1 шт
12. Глазные капли	1 шт
13. Фарингосепт	1 уп.
14. Дротаверин	1 уп
15. Инструмент для удаления клещей	1 шт
16. Аспирин	1 уп
17. Темпалгин	1 уп
18. Лоперамид	1 уп
19. Активированный уголь	4 уп
20. Мезим	1 уп
21. Тавегил	1 уп

Случаи оказания медицинской помощи в походе.

Температура воздуха и солнечная активность были умеренными, поэтому солнечных ожогов и перегревов не было. Получено несколько ссадин, при падении на грейдере. Серьезных травм во время похода не было. На протяжении маршрута немного досаждали слепни и комары, но вполне можно обойтись без репелентов и других средств от кровососущих насекомых.

12.Перечень зап.частей и инструментов

1. Шестигранники 4, 5, 6
2. отвертка +крест + шлиц, торкс
3. Ключ pedalный на 15
4. Ключ спицевый
5. Выжимка цепи
6. Съёмник кассеты
7. Тросики (тормозной 2 шт; переключателя 2 шт)
8. Покрышка кевларовая (1 шт 26 дюймов; 1 шт 28 дюймов)
9. Камера 2 шт (личное снаряжение)
10. Насос (личное снаряжение)
11. Тормозные колодки (личное снаряжение)
12. Петух (личное снаряжение)
13. Велоаптечка (заплатки, шкурка, клей, монтажки) (личное снаряжение)
14. Спицы разных размеров (личное и общественное)
15. Фрагмент цепи замок цепи
16. Смазка жидкая (цепь)
17. Проволока
18. Хомутики металлические
19. Плоскогубцы
20. Полотно ножовочное
21. Напильник
22. Изолента

13. Перечень транспортных средств и поломок

	Урлих Максим	Бояров Гаяр	Чавушьян Михаил	Шумский Павел
Фирменное наименование	Merida Kalahari	GIANT iguana	Scott peak	Trek Allant
Тип	МТБ хардтейл	МТБ хардтейл	МТБ хардтейл	Дорожный
Рама	Алюминий	Алюминий	Алюминий	алюминий
Вилка	Пружинно-масляная	Пружинно-масляная	Пружинно-масляная	Ригид(жесткая)
Багажник	Алюминий	Алюминий	Алюминий	сталь
Оборудование	Alivio-Deore 8скр	Alivio-Deore 8 скр	Altus-Acera 8 скр	Altus-Acera 7 скр
Размер обода	26	26	26	28
Размер и тип покрышки	26-2.1;26-2.25 универсальный протектор	26-2.1;26-2.1 универсальный протектор	26-2.1;26-2.1 грязевой протектор	700-32 полуслик
Тормоз	Дисковая механика	V-brake	V-brake	V-brake

Поломки:

Прокол и замена камеры – 4

14. Раскладка по питанию

14.07.2013 Воск				15.07.2013 Пон				16.07.2013 Вт				17.07.2013 Ср			
продукт	норм а	ч	итого	продукт	норма	ч	итого	продукт	норма	ч	итого	продукт	норм а	ч	итого
				овсянка	60	4	240	пшено	75	4	300	овсянка	60	4	240
эл-ка -личный перекус				сух.молоко	25	4	100	сух.молоко	25	4	100	сух.молоко	25	4	100
				изюм	20	4	80	курага	20	4	80	изюм	20	4	80
				чай	5	4	20	чай	5	4	20	чай	5	4	20
				сахар	30	4	120	сахар	30	4	120	сахар	30	4	120
				пряники	40	4	160	сухари сл	40	4	160	сухари сл	40	4	160
				сыр (твердый)	40	4	160	сыр	40	4	160	сыр	40	4	160
				колбаса с/к	50	4	200	колбаса	50	4	200				
				хлеб(1/2черн)	100	4	400	хлеб(1/2черн)	100	4	400				
				конфеты	50	4	200	конфеты	50	4	200				
				орех-фр смесь	50	4	200	орех-фр смесь	50	4	200				
				чай	5	4	20	чай	5	4	20				
				сахар	30	4	120	сахар	30	4	120				
овощи	100	4	400												
тушенка	банка	4	325	тушенка	банка	4	325	тушенка	банка	4	325				
макароны	100	4	400	рис	75	4	300	гречка	75	4	300				
чай	5	4	20	чай	5	4	20	чай	5	4	20				
печенье	40	4	160	мармелад	40	4	160	халва	40	4	160				
сахар	20	4	80	сахар	20	4	80	сахар	20	4	80				
лимон	25	4	100												
			1485				2905				2965				880

17.07.2013 ср				18.07.2013 четв				19.07.2013 пт				20.07.2013 Ср			
продукт	норм а	ч	итого	продукт	норма	ч	итого	продукт	норма	ч	итого	продукт	нор ма	ч	итого
				рис	80	4	320	овсянка	60	4	240	овсянка	60	4	240
				сух.молок	25	4	100	сух.молоко	25	4	100	сух.молоко	25	4	100
				изюм	20	4	80	курага	20	4	80	изюм	20	4	80
				чай	5	4	20	чай	5	4	20	чай	5	4	20
				сахар	30	4	120	сахар	30	4	120	сахар	30	4	120
				пряники	40	4	160	сухари сл	40	4	160	сухари сл	40	4	160
				сыр плавлен	40	4	160	сыр	40	4	160	сыр	40	4	160
закупка мошенка															
колбаса	50	4	200	обед в кафе		4	0	колбаса	50	4	200				
хлеб	100	4	400	закупка в магните		4	0	хлеб(1/2черн)	100	4	400				
конфеты	40	4	160	Осташков		4	0	конфеты	40	4	160				
орех-фр смесь	50	4	200			4	0	орех-фр смес	50	4	200				
чай	5	4	20			4	0	чай	5	4	20				
сахар	30	4	120			4	0	сахар	30	4	120				
		4	0					Полное закупка							
рыбная консерва	банка	4	485	сосиски	100	4	400	туненка	100	1	485				
рис	100	4	400	макароны	100	4	400	макароны	100	4	400				
чай	5	4	20	чай	5	4	20	чай	5	4	20				
печенье	40	4	160	мармелад	40	4	160	халва	40	4	160				
сахар	20	4	80	сахар	20	4	80	сахар	20	4	80				
лимон	25	4	100												
			2345				2020				3125			880	8370

Вес раскладки не снижал мобильности группы. Раскладка обеспечивала возмещение потраченной туристами энергии. Соотношение белков, жиров и углеводов было близко к рекомендуемым нормам.

Еда была сытной и привычной, отличалась простотой и малым временем приготовления. Пища легко усваивалась.

На протяжении всего маршрута имеется возможность закупки в магазинах проезжаемых по пути деревень. Однако режим работы магазинов неудобен либо магазины открывают по звонку. Начиная с Осташкова количество магазинов и ассортимент увеличивается, режим работы полноценный.

Воду для приготовления пищи брали из озер на местах стоянок. Один раз ночевали в лесном массиве без водоема, воду набирали в колодце в деревне перед остановкой на ночлег.

15. Состав хозяйственного набора

Ножницы, шило	2 шт
Иглы швейные разных размеров	2 шт
Нитки х/б и капроновые	2 шт
Стропа капроновая	1 м
Лоскуты материи, капрона	2 шт
Застёжка «фаст» и двухщелевка	4 шт
Булавки английские	10 шт
Резинка шляпная и бельевая	2 м

16. Затраты на поход

Оформление маршрутной книжки 20 руб./чел.

Билеты на электрички (туда и обратно) 1160 руб./чел.

Продукты по раскладке 1500 руб./чел.

Итого: 1680 руб./чел. (Не считая личных расходов).

17. Расчет категории трудности протяженных препятствий

ПП1: г. Бологое – оз. Гоголино

Общая информация о препятствии

Район: Средняя полоса России, Тверская область

Подрайон: Бологовский район

Границы: г. Бологое – оз. Гоголино

Протяженность (км): 44

Вид препятствия: равнинный

Расчет препятствия

$$КТ = K_{пк} * K_{пр} * K_{пер} * K_{в} * СГ$$

Коэффициент дорожного покрытия ($K_{пк}$) – 1,0

Профилированная гравийная или грунтовая дорога (грейдер)

Коэффициент протяженности препятствия

$$K_{пр} = 1 + L_{пп}/100 = 1 + 45/100 = 1,45$$

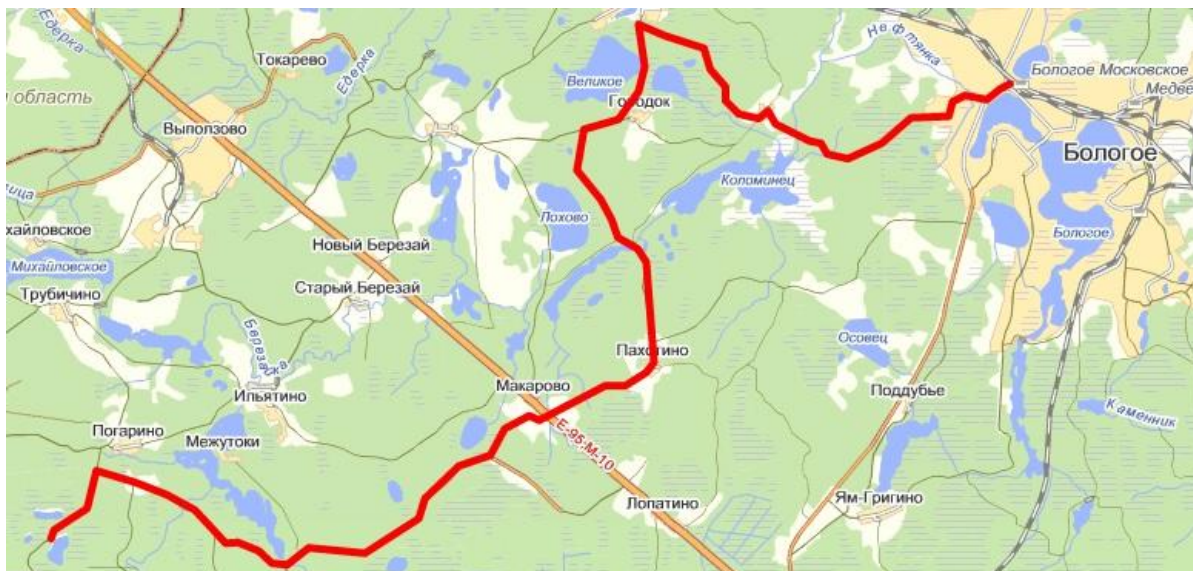
Коэффициент пересеченности местности ($K_{пер}$) – 0,8

Коэффициент абсолютной высоты ($K_{в}$) – 1,0

Сезонно-географический показатель ($СГ$) – 1,0

$$КТ = 1,0 * 1,45 * 0,8 * 1,0 * 1,0 = \underline{\underline{1,16}}$$

Препятствие 1КТ



ПП2: дер. Остров – дер. Козино

Общая информация о препятствии

Район: Средняя полоса России, Тверская область

Подрайон: Фировский район

Границы: дер. Остров – дер. Козино

Протяженность (км): 31,7

Вид препятствия: равнинный

Расчет препятствия

$КТ = К_{пк} * К_{пр} * К_{пер} * К_{в} * СГ$

Коэффициент дорожного покрытия ($К_{пк}$) – 1,6

Песчаная дорога, рыхлый песок глубиной до 3 см

Коэффициент протяженности препятствия

$К_{пр} = 1 + L_{пп}/100 = 1 + 31,7/100 = 1,317$

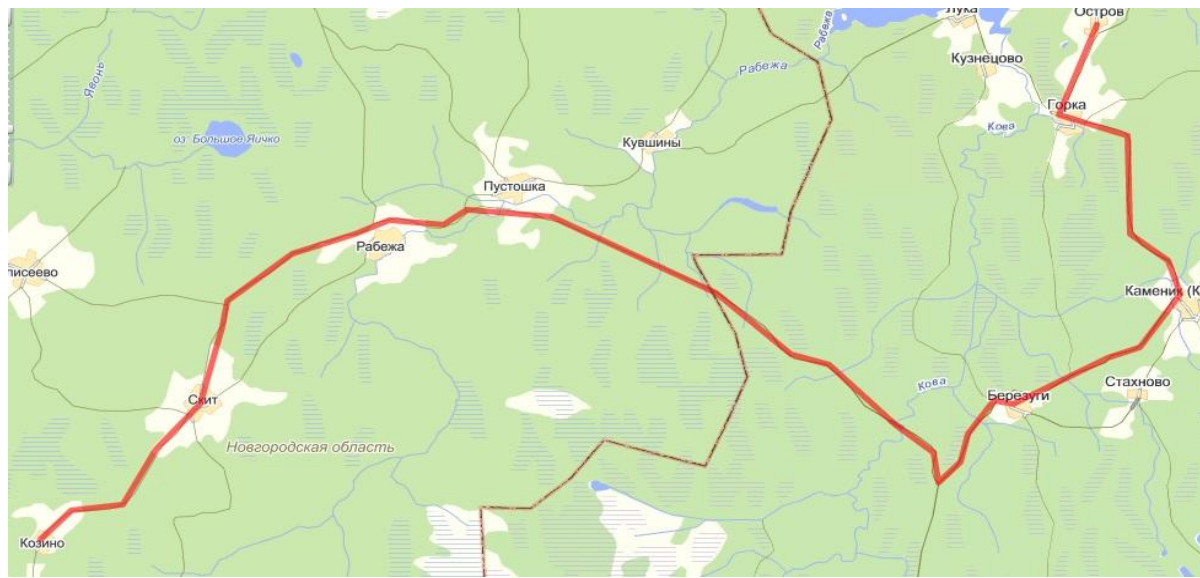
Коэффициент пересеченности местности ($К_{пер}$) – 0,8

Коэффициент абсолютной высоты ($К_{в}$) – 1,0

Сезонно-географический показатель ($СГ$) – 1,0

$КТ = 1,6 * 1,317 * 0,8 * 1,0 * 1,0 = \underline{1,68}$

Препятствие **2КТ**



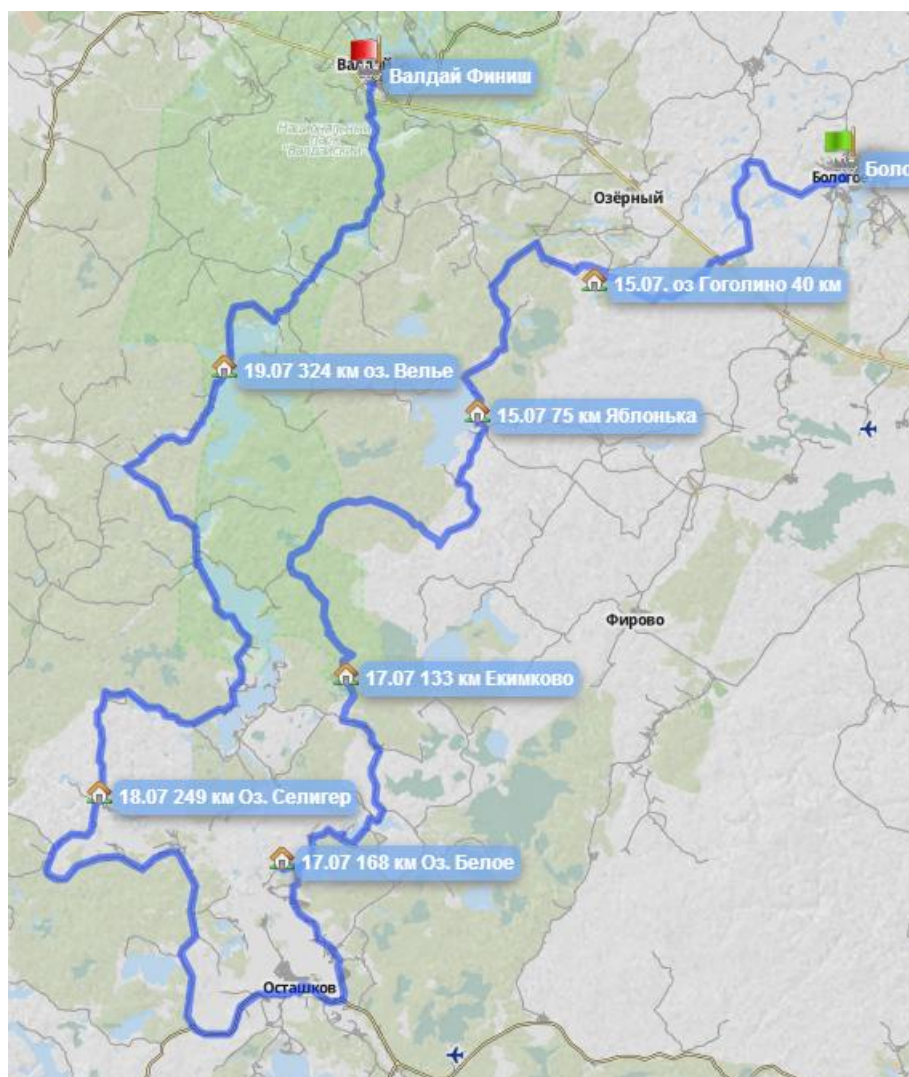


Бальная оценка сложности велосипедного маршрута

1. Расчет эквивалентного пробега по ЛП – ЛП на маршруте не было.
2. Интенсивность – I –
$$I = (L_{\text{ф}} + L_{\text{П}}) * 1,2 * T_{\text{н}} / (T_{\text{ф}} * L_{\text{н}}) = (387,8 + 0) * 1,2 * 6 / (7 * 300) = 1,33$$
3. Показатель автономности A=1
4. Сумма баллов по всем идущим в зачет протяженным препятствиям – П =
 $1,16 + 1,68 + 1,14 + 1,28 = 5,26$
5. Определение категории сложности маршрута – КС=2
 $K_{\text{с}} = \text{П} * I * A = 5,26 * 1,33 * 1 = 6,99$

По количеству баллов маршрут соответствует 2КС (ЕВСКТМ, таб.2). Учитывая продолжительность похода 7 ходовых дней, протяженность 387 км, наличие на маршруте 2-х препятствий 1КТ и одного препятствия 2 КТ, считаю, что данный маршрут соответствует 1 КС с элементами 2 КС.

18. Карта маршрута.



Трек в интернете: <http://www.gpsies.com/map.do?fileId=xfpxsgbwmvozjxco>.

1. Фотографии определяющих участков маршрута.













