



# ОТЧЕТ

## о велосипедном походе

### ТРЕТЬЕЙ категории сложности по Карпатам, совершенном с 05 августа по 17 августа 2013 года

**Маршрут:** Сянки - Ужок - Ужокский перевал (852,0) - Гусный - Ростока - Подполозье - Верхние Ворота - перевал Менчил (618,2) - Воловец - Перевал (731,4) - Келечин - Соймы - Лопушное - оз. Синевир - Синевирская поляна - Синевир - Колочава - пер. Прислоп (934,2) - Комсомольск - Усть-Чорна - Калины - Калиненский пер. (673,9) - Водица - Водицкий пер. (614,1) - пер. Тювшак (727,0) - Кобылецкая поляна - пер. Кабыла (883,0) - Косовская поляна - Клева - пер. Камен (1023,8) - Рахов - Квасы - Ясиня - Лазещина - Яблоницкий пер. (929,0) - Яблоница - Кременцы - Ворохта - Кривопольский пер. (969,9) - Кривополье - Верховина - Криворовня - Буковецкий пер. (810,9) - Яворов – Косов - Яблонов - Коломыя - Ивано-Франковск

**Маршрутная книжка № 1/5 – 310 (ФСТ-ОТМ)**

Руководитель группы: **Ефимов Дмитрий Валентинович**  
Адрес: Москва, Красноказарменная улица, д.3, кв.21  
Тел. 8-915-156-58-02  
E-mail: Velo.DimaYork@gmail.com

**В работе над отчётом принимали участие:**

Ефимов Дмитрий	– отчет механика, культурная часть;
Фролова Ольга	– медицина, хронометраж, метеонаблюдения;
Литвинов Максим	– питание, финансовый отчет, отчёт по снаряжению;
Колесников Илья	– треки.

Фото: Фролова О.

# СОДЕРЖАНИЕ

1. Справочные сведения о походе .....	3
1.1. Определяющие препятствия маршрута .....	4
1.2. Состав группы .....	5
2. Характеристика района похода .....	6
3. Смысловая идея похода .....	15
4. Варианты подъезда и отъезда .....	15
5. Аварийные выходы с маршрута .....	15
6. Графики движения	
6.1. График движения заявленный .....	16
6.2. График движения по запасному варианту .....	16
6.3. График движения фактический .....	17
7. Метеонаблюдения	
7.1. Таблица метеонаблюдений .....	18
7.2. График метеонаблюдений .....	19
8. Техническое описание маршрута	
8.1. День первый (05.08.2013) .....	20
8.2. День второй (06.08.2013) .....	21
8.3. День третий (07.08.2013) .....	22
8.4. День четвертый (08.08.2013) .....	23
8.5. День пятый (09.08.2013) .....	24
8.6. День шестой (10.08.2013) .....	25
8.7. День седьмой (11.08.2013) .....	26
8.8. День восьмой (12.08.2013) .....	27
8.9. День девятый (13.08.2013) .....	28
8.10. День десятый (14.08.2013) .....	29
8.11. День одиннадцатый (15.08.2013) .....	30
8.12. День двенадцатый (16.08.2013) .....	31
9. Дополнительные сведения о походе	
9.1. Отчет завснара .....	33
9.2. Отчет медика .....	34
9.3. Отчет механика .....	38
9.4. Отчет казначея .....	40
9.5. Отчет завхоза .....	42
10. Итоги, выводы и рекомендации по прохождению маршрута .....	49
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Бальная оценка сложности велосипедного маршрута	
1. Расчет эквивалентного пробега по ЛП .....	50
2. Расчет категории трудности протяженных препятствий .....	51
3. Сумма баллов за препятствия, категория сложности .....	65
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Высотный профиль похода .....	66
ПРИЛОЖЕНИЕ 3. Обзорная карта маршрута .....	67

# 1. СПРАВОЧНЫЕ СВЕДЕНИЯ О ПОХОДЕ

Группа велотуристов ТурКлуба при МГТУ им. Н. Э. Баумана в составе 4 человек совершила с 05 августа по 17 августа 2013 года велосипедный поход третьей категории сложности по Карпатам.



**Пройденный маршрут:** Сянки - Ужок - Ужокский перевал (852,0) - Гусный - Ростока - Подполозье - Верхние Ворота - перевал Менчил (618,2) - Воловец - Перевал (731,4) - Келечин - Союмы - Лопушное - оз. Синевир - Синевирская поляна - Синевир - Колочава - пер. Прислоп (934,2) - Комсомольск - Усть-Чорна - Калины - Калиненский пер. (673,9) - Водица - Водицкий пер. (614,1) - пер. Тювшак (727,0) - Кобылецкая поляна - пер. Кабыла (883,0) - Косовская поляна - Клева - пер. Камен (1023,8) - Рахов - Квасы - Ясиня - Лазещина - Яблоницкий пер. (929,0) - Яблоница - Кременцы - Ворохта - Кривопольский пер. (969,9) - Кривополье - Верховина - Криворовня - Буковецкий пер. (810,9) - Яворов – Косов - Яблонов - Коломыя - Ивано-Франковск

**Протяженность активной части – 539,51 км**

(в зачёт идёт 530,39 км (без учёта повторяющихся радиальных маршрутов на четвёртый (4,63 км) и шестой (4,49 км) день)

<b>Из них:</b>	по асфальту	– 443,92 км;
	по каменно-грунтовой дороге	– 57,12 км;
	по крупнощебеночной дороге	– 20,98 км;
	по лесовозной дороге	– 17,47 км;

<b>Общая продолжительность похода</b>	<b>- 12 дней</b>
<b>Количество ходовых дней</b>	<b>- 11 дней</b>
<b>Общий набор высоты за поход составил</b>	<b>- 6 876 метров</b>

## 1.1. Определяющие препятствия маршрута

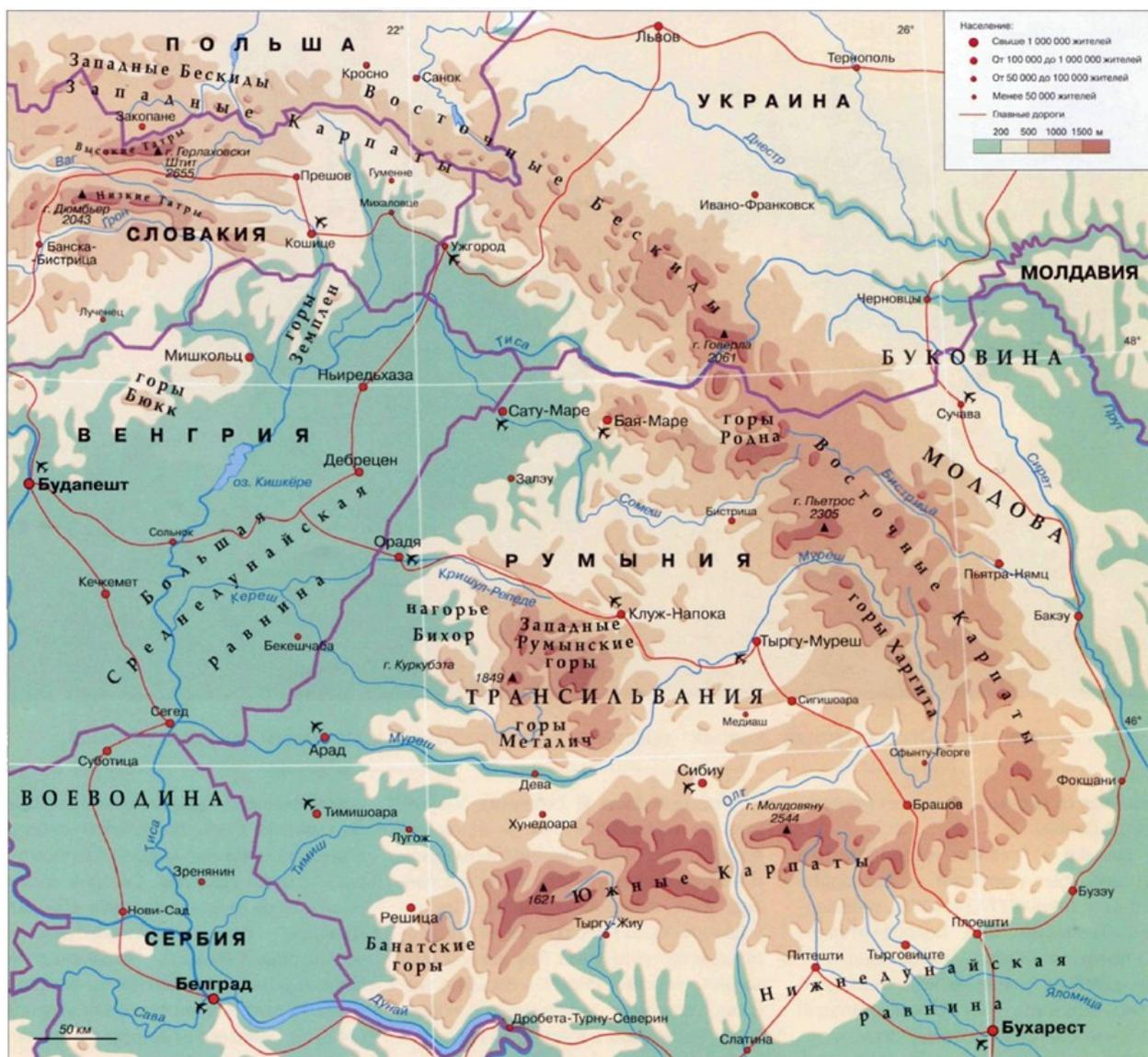
Границы препятствия	Вид препятствия	Категория трудности	Характеристика препятствия
Подъём Гусний - Ростока	горное	вторая	Каменистая грунтовая дорога, мелкощебёночная дорога
Подъём на перевал Менчил	равнинное	первая	Асфальтовая дорога со значительным перепадом высот
Подъём к озеру Синевир	горное	третья	Крупнощебеночная дорога (преобладающий размер камней 30 мм и выше). Набор высоты
Подъём на перевал Прислоп	горное	третья	Используемая лесовозная, тракторная дорога
Подъём на перевал Калиненский	горное	вторая	Каменистая горная дорога со значительными неровностями, уступами, выступающими частями скального массива (преобладающий размер камней 30 мм и выше)
Связка перевалов: Водицкий (614,0) - Тювшак (727,0)	равнинное	третья	Каменистая горная дорога со значительными неровностями, уступами, выступающими частями скального массива. Перепад высот
Подъём на перевал Кабыла	горное	первая	Каменистая грунтовая дорога, мелкощебёночная дорога (преобладающий размер камней от 10 до 20 мм)
Подъём на перевал Камен	горное	вторая	Каменистая грунтовая дорога. Незначительные остатки асфальтового покрытия. Набор высоты
Связка перевалов: Яблоницкий (921,0) — Кривопольский (969,9) — Буковецкий (810,3)	равнинное	первая	Асфальтовая дорога со значительным перепадом высот

## 1.2. Состав группы

Ф.И.О.	Год рожд.	Туристский опыт	Обязанности в группе
<p>Ефимов Дмитрий Валентинович</p> 	1979	3У-Карпаты 2Р-Крым	Руководитель Механик Культорг
<p>Колесников Илья Владиславович</p> 	1985	2У-Крым	Штурман Эколог
<p>Литвинов Максим Игоревич</p> 	1985	2У-Крым	Завхоз Завснар Казначей
<p>Фролова Ольга Владимировна</p> 	1990	2У-Крым	Медик Фотограф Хронометрист

## 2. Характеристика района похода

**Карпаты** ([укр.](#) Карпати, [нем.](#) Karpaten, [словацк.](#) Karpaty, [венг.](#) Kárpátok, [рум.](#) Carpați, [серб.](#) Карпати) — [горная система](#) в [Центральной Европе](#), на территории [Чехии](#), [Словакии](#), [Украины](#) (Закарпатская, Львовская, Ивано-Франковская области), [Венгрии](#), [Польши](#), [Румынии](#), Сербии и частично Австрии (Хундсхаймер Берге у Хайнбурга-на-Дунае и Нидеростеррайхише Инзельбергшвелле у [Мистельбаха](#)).



Согласно римским хроникам I века н. э., в данной местности жило дакийское племя карпов. Историки и лингвисты затрудняются дать ответ на вопрос: племя названо по горам, или наоборот. По наиболее распространённой гипотезе название *Карпаты* — производное от пра-и.е. *\*sker-/ker-* «горная каменная местность, скалы». Из современных языков ближайший эквивалент содержится в албанском: *karre* «гора, камень» и в армянском языке: *kar* - камень, *pat* — стена. В эпоху Античности и Средневековья Карпаты именовались Сарматскими горами (Длугош Ян).

### Львов

**Железнодорожный вокзал** Железнодоро́жный вокза́л (польск. Dworzec Główny we Lwowie) — памятник архитектуры и инженерного искусства во Львове (Украина); станция обслуживает крупнейший железнодорожный узел на западе Украины. Почтовый адрес — Дворцовая площадь, 1. Железнодорожный вокзал был открыт 26 марта 1904 года, когда Львов находился в составе Австро-Венгерской империи. Здание было построено на месте неоготического сооружения, в связи с расширившемся потоком пассажиров и грузов.

Проект нового здания принадлежит польскому архитектору, профессору Промышленной школы Владиславу Садловскому. Здание было построено в сравнительно быстрые сроки — за два года. Львовский вокзал считается одним из самых красивых в Европе, его здание выстроено в стиле модерн. Отделка интерьеров и туннелей, ведущих к платформам, а также самих платформ принадлежала краковской фирме Юзефа Горецкого. Балюстрады и перила были сделаны из гнутой стали, напоминая по стилю парижское метро и его орнаментировку работы Эктора Гимара ...



**Костёл Святой Анны и монастырь** — памятник истории и архитектуры во Львове (Украина) на перекрёстке улиц Городецкой и Шевченко (бывшей Яновской). После легализации УГКЦ здание перешло в собственность этой конфессии и называется *храм Святой Анны*.

Деревянный римокатолический костёл Святой Анны заложили в 1507 году на месте, где городской стражей были убиты и похоронены бежавшие из Львова подмастерья цеха портных. В 1509 году костёл сгорел и только в 1599 году был восстановлен.



Нынешнее здание выстроено в 1730 году. Специфические черты барокко сочетаются со скромностью и простотой членений, конструкций, линий силуэта, скромностью декора и других признаков ренессанса. Более поздний элемент — башня, построенная в 1927 году архитектором Б. Виктором с куполом в стиле ар-деко. Перед башней пристроен трёхгранный притвор, оформленный пилястрами. Бывший костёл представляет собой однефную базилику с гранёной трёхъярусной башней на фасаде, выстроена из камня и кирпича. Перекрытия сводчатые, наклонная крыша с сигнатуркой. За башней по центру размещён фронто́н, фланкированный вазами. Арочные оконные проёмы в обрамлениях. В советские времена в церкви был склад, а позже кассы, которые называли городоцкими (от названия улицы Городецкой).

В храме современный интерьер после реставрации 1997 года.

Монастырское здание, которое примыкает с южной стороны, сохранило характерные черты архитектуры XVIII века.

**Высо́кий за́мок** (Замковая гора; *укр. Високий замок*) — одна из возвышенностей в городе [Львове](#), самая высокая точка — 413 м над уровнем моря.

Находится в непосредственной близости от центральной (исторической) части города, в прошлом окруженной фортификационными сооружениями. Расположен на горе Замковой (Княжей, она же Бидель) в [парке «Высокий замок»](#). Название происходит от древнего укрепления Львова — *Высокого Замка* (в противоположность другому — [Низкому замку](#)), который существовал с [XIII](#) до 70-х гг. [XIX](#) в. Высокий замок веками был важнейшим оборонительным форпостом города.



Как и большинство [древнерусских](#) крепостей, Высокий замок состоял из самого [детинца](#), окольного града и предграда. Крепость, первоначально имевшая деревянные и земляные укрепления, занимала вершину Замковой горы. Возможно, в конце [XIII](#) — начале [XIV](#) [веках](#) она была перестроена в камне. Постройка каменного замка в [1362](#) [году](#) приписывается польскому королю Казимиру, захватившему Галицию. Замок, повторивший очертания вершины горы, в плане приобрёл форму вытянутого прямоугольника с четырьмя башнями на углах, из которых самая высокая, западная, была дозорной. Внутри замок разделялся на два двора зданием княжеского дворца. Внутри стен находились казармы, склады боеприпасов; в скале был вырублен глубокий колодец. Впервые Высокий замок был взят штурмом в [1648](#) [году](#) казаками под предводительством [Максима Кривоноса](#). После 1648 г. из него вывели гарнизон, и в 1672 г. турки заняли его без боя. В начале [XVIII](#) [века](#) Высокий замок захватили и сильно разрушили [шведские](#) войска под командованием [Карла XII](#). После этого крепость потеряла стратегическое значение. Со второй половины [XVIII](#) в. башни и стены постепенно разбирают на строительный материал.

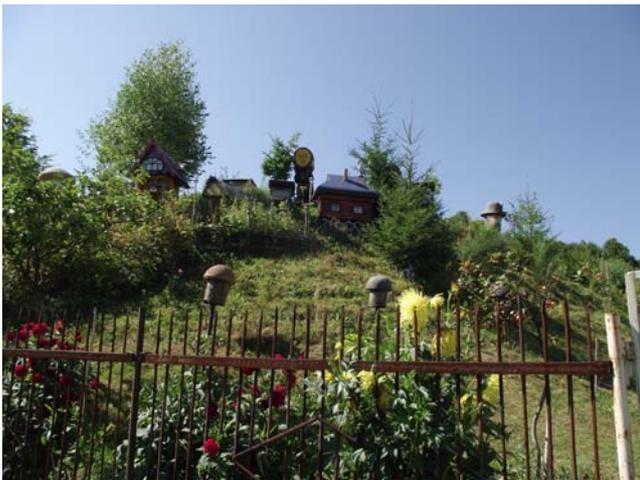
В [XIX](#) [веке](#) замок был разобран. Возвышенность укрепили, насадили на склонах деревья, в [1835](#) организовали парк. На площадке, где стоял замок в [1869](#)—[1900](#) был насыпан курган ([польск.](#) *kopiec*) в честь 300-летия [Люблинской унии](#), названный Копец Люблинской унии ([польск.](#) *Kopiec Unii Lubelskiej*)[1]. Инициатором сооружения памятного кургана выступил известный польский политик, президент парламента [Австро-Венгрии](#) [Францишек Смолька](#), высота кургана 22 метра. Этот курган насыпали из земли, привезённой со всех памятных мест Польши (в частности земля из под Кракова, Варшавы, с поля [Грюнвальдской битвы](#)), а также на вершине насыпали шапку земли с горы [Голгофа](#). Впоследствии курган облицевали камнями из бывших замковых стен, а спиральную дорожку к смотровой площадке сделали в виде простенького лабиринта, снабдив тупиками и петлями. При насыпке холма на вершине почти полностью уничтожены остатки старой крепости. Сейчас на кургане оборудована смотровая площадка. В хорошую погоду со смотровой площадки видны Карпаты, в частности наивысшая точка [Сколевских](#) [Бескидов](#) гора [Парашка](#), которая находится в окрестностях [Сколе](#). От старого замка сохранился лишь фрагмент южной каменной стены с бойницами, ограждавшей въезд на территорию замка.

Также на Замковой горе в [1957](#) г. установлена [телевизионная ретрансляционная вышка](#). В [2004—2005](#) во Львове обсуждалась возможность воссоздания на Замковой горе каменного сооружения замка.

**Ужокский перевал** Ужóкский перевал (Ужоцкий перевал, чешк. Užocký průsmyk, Užocké sedlo, польск. Przełęcz Użocka, венг. Uzsoki-hágo) — перевал в Восточных Карпатах через Верховинский Вододельный хребет на границе Закарпатской и Львовской областей Украины близ границы с Польшей. Высота 889 м. Через перевал проходит железная дорога и шоссе Львов—Ужгород. Во время Первой мировой войны перевал был местом боёв между русской и австро-венгерской армиями. С северной стороны перевала есть источник реки Сан, с южной — реки Уж.



**Ужок** Ужóк (укр. Ужок, венг. Uzsok) — село на Украине, в Закарпатской области, Великоберезнянском районе. Железнодорожная станция Ужок. По селу протекает река Уж. Михайловская церковь 1745 года с колокольней. Поблизости расположен Ужокский перевал.

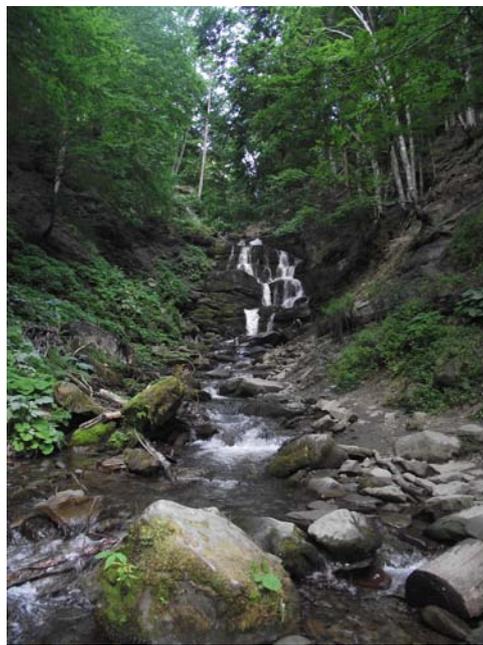


**Воловец** Волове́ц (укр. Воловець, венг. Volócs, слов. Volovec (obec), нем. Wolowez, польск. Wołowiec) — посёлок городского типа, районный центр Воловецкого района Закарпатской области Украины. Расположен в высокогорье Украинских Карпат, на юг от водораздельного хребта, и на север от хребта Полонина Боржава, в узкой долине речки Вичи — притока Латорицы и Воливчика у подножия вершин Темнатики и Плай, на высоте около 500 м над уровнем моря. Через Воловец проходит железная дорога, которая соединяет Киев— Львов— Чоп. В 11 км от Воловца через с. Нижние Ворота проходит международный автобан М17 Брест (французский) - Киев. Расстояние от Воловца до областного центра Ужгорода — 115 км. Расстояние до Львова — 190 км. Расстояние до Киева — 750 км. Население составляет около 5700 человек. Газоперекачивающая станция газопровода Уренгой — Помары — Ужгород в окрестностях Воловца сооружена строителями из Германской демократической республики

**Подобовец** Подобовец (укр. Подобовець, бывшее название Подобовець-Середина) — село в Межгорском районе Закарпатской области Украины. Село расположено у подножия горы Великий Верх (1600 м) на высоте до 700 м. Население по переписи 2001 года составляло 407 человек. Местный совет: 90011, Закарпатська обл., Міжгірський р-н, с. Пилипець, 75, тел. 2-50-25 В селе находится Церковь Св. Николая Чудотворца, подостренная в 1785 году. В нескольких километрах от Подбовца находится водопад Шипот.

**Пилипец** Пилипец (укр. Пилипець) — село в Межгорском районе Закарпатской области Украины. Горнолыжный курорт. Основанное в 1463 году сейчас село считается одним из наибольших сёл в Межгорском районе, в нём проживает 1,4 тысячи человек. Пилипец расположен на расстоянии 190 км от Львова и 135 км от Ужгорода. Через село протекает река Плошанка, которая на территории села сливается с рекой Репинка.

**Шипот** Шіпот (укр. Шипіт) — водопад в Межгорском районе Закарпатской области, примерно в 10 км от железнодорожной станции Воловец и в 6 км от села Пилипец. Подъемник находится в 300 метрах от водопада Шипот и служит отличным ориентиром. Водопад образовался на месте выхода песчаников палеогена и гравелитов с тонкими прослойками сланцев. Ежегодно, начиная с 1993 года, недалеко от водопада проходит неформальный фестиваль, на который приезжают хиппи и представители других субкультур со всей Украины. Ежегодно с 7 по 10 июля отмечается Праздник Ивана Купала с местными традициями и колоритом. События на Шипоте описал в книге «Немного тьмы» украинский писатель Любко Дереш.



**Великий Верх** Великий Верх — гора в Восточных Карпатах, вершина хребта Полонина Боржава. Высота — 1598 метров над уровнем моря. С вершины виден весь хребет Полонина Боржава, который изогнут полу-дугой с юго-востока на северо-восток, видны горы Полонина Рувна, Острая, Пикуй. На севере и на северо-востоке от вершины находятся села Гукливый и Подбовец соответственно, которые видны с вершины в хорошую погоду. На вершине Великого Верха установлена металлическая конструкция в форме пирамиды.



**Синевир** Синевірське о́зеро (Синевир) — самое известное и большое озеро в Украинских Карпатах, расположенное в верховьях реки Теребля. Площадь его водного зеркала около 4-5 гектаров. Питает озеро ручьи. Отток воды преграждает горный обвал, в основании которого просачивается вода, образуя поток, впадающий в Тереблю. В озере Синевир водится большое количество форели, но лов рыбы запрещен, а вот раков, которых здесь тоже большое количество, ловить можно. Рядом есть

несколько мест, в которых водится форель и там можно взять напрокат снасти, наживку и пойти на рыбалку, а показать эти места могут местные жители. Синевир находится на высоте 989 метров над уровнем моря, средняя глубина озера — 10—12 метров, максимальная — 24 метра. Озеро образовалось в послеледниковый период. В 1989 году на территориях, окружающих озеро, создан Национальный парк Синевир. Недалеко от озера на Чёрной реке расположен Музей леса и сплава.

В народе существует легенда о происхождении озера. В далекие времена горы принадлежали богатому графу, и люди работали на него: пасли овец и коров, рубили лес. У графа была красавица дочь Синь.

Девушку звали так потому, что глаза ее были синее самого неба. Однажды граф взял дочь с собой в горы. Пока граф проверял работу лесорубов, дочь собирала на поляне цветы. Вдруг она услышала звуки свирели, и увидела, что на лугу сидит парень и играет. Это был Вир — пастух. Заметив девушку, он перестал играть. Так они познакомились.



После этого девушка стала часто приходить в горы к пастуху. Они стали часто встречаться и полюбили друг друга. Но отец узнал про это и запретил им встречаться. Но не могли они больше жить друг без друга. И тогда граф приказал убить Вира. Люди графа выждали момент и сбросили на него камень со скалы.

Узнав об этом, Синь прибежала к тому месту, обняла камень и заплакала. Долго она плакала, пока на том месте не образовалось озеро. Вода в озере синяя и чистая, как глаза Синь, а

посередине видна верхушка того камня.

С тех пор озеро называется Синевир. Сейчас на берегу озера установлены, вырезанные из дерева, фигуры Сини и Вира. Сюда приезжают праздновать свадьбы из многих уголков Карпат. Говорят, что если люди познакомились и полюбили друг друга на озере, то их ждет крепкая любовь.

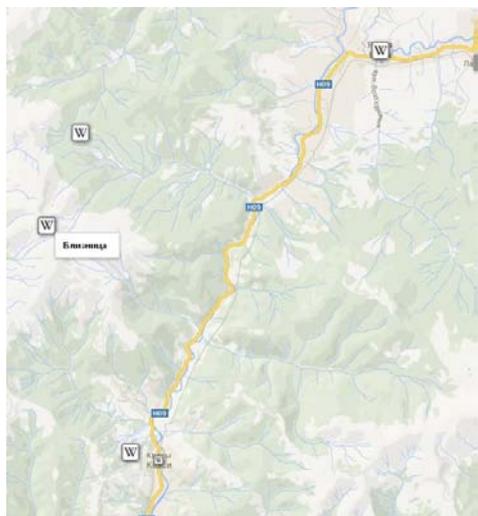
**Прислоп** Прислоп — (укр. Присліп) — перевал в Украинских Карпатах. Расположен на границе Межгорского и Тячевского района Закарпатской области, на водоразделе рек Тересва и Тересва, между хребтами Красна (на юге) и Стримба (на севере). Высота — 934,2 м. Перевалом проходит автодорога местного значения, которая соединяет сёла Комсомольск и Колочава. Дорога грунтовая, труднопроходимая, годится для гужевого транспорта, мотоциклов или автомобилей повышенной проходимости. Зимой перевалом не пользуются. В Карпатах есть ещё несколько перевалов местного значения называемых Прислоп, например в Горганах, в Верхнеднестровских Бескидах.



**Усть-Чорна** Усть-Чорна (укр. Усть-Чорна, нем. Königsfeld до 1945) — посёлок городского типа в Тячевском районе Закарпатской области Украины. Расположен в Горганах при слиянии рек Брустуриянка и Мокрянка, образующих реку Тересва, в 45 км северо-восточнее города Тячев.[br /] Население — 1456 человек (2001 г), 4800 чел. (1966 г).

**Кобылецкая Поляна** Кобыле́цкая Поля́на (укр. Кобылецька Поляна) — посёлок городского типа в Раховском районе Закарпатской области Украины. Расположен у слияния рек Крайней и Шопурки.

**Рахов** Ра́хов (укр. Ра́хів, венг. Ra hó, рум. Ra hău, чешск. Rachovo, Ra hovo, Ra hov, идиш רַאחװ(Рахев, Рахив), слов. Rachov, нем. Rachiw, польск. Rachów) — город на Украине, административный центр Раховского района Закарпатской области. Расположен ниже слияния Чёрной и Белой Тисы в узкой котловине между горами. Географический центр Европы. Население 15 241 чел. (2001). Расстояние до Ужгорода по железной дороге — 222 км, по автодорогам — 209 км.



**Близниця** Близни́цы (Ближниця) — две горы в восточной части массива Свидовец в Горганах (Украинские Карпаты, в Раховском районе Закарпатской области). Располагаются рядом и похожи по форме. Высота высшей (южной) вершины 1883 м. С севера Близницы ограничены горой Драгобрат. Южные и западные склоны пологие, восточные — круто обрываются в сторону расширенного верховья долины — ледникового кара с остатками морены и ледниковых озер. Состоят из песчаников, есть слои известняков. До высоты 1400 м — хвойные и буковые леса, криволесье, выше — полонины. Объект туризма.

**Драгобрат** Драгобра́т — самый высокогорный горнолыжный курорт Украины, расположенный на высоте 1300—1700 м над уровнем моря. Драгобрат расположен в 18 км от посёлка Ясиня (Раховский район, Закарпатская область), в 9 км от автомагистрали Ужгород-Ивано-Франковск. Расстояние до областного центра — 240 км, до аэропорта — 125 км (Ивано-Франковск), до железнодорожной станции — 12 км.

**Ясиня** Яси́ня (укр. Яси́ня, венг. Kőrosmező, идиш Jasyuny, Jasyne, Jasene, слов. Jasiňa/Jasina, рум. Frasin/Iasinia, нем. Jassinja, польск. Jasina) — посёлок городского типа в Раховском районе Закарпатской области Украины. Расположен в 32 км от районного центра Рахова, 274 км от Ужгорода. Посёлок Ясиня лежит на высоте 650 м над уровнем моря у подножия вершин Говерла, Петрос и Близниця.

**Яблунецкий перевал** Яблунецкий (Яблуницкий) перевал (укр. Яблуницький (Яблунецький) перевал) — перевал в Восточных Карпатах, соединяющий долины рек Прут и Чёрная Тиса. Седловина в сужении Яблоницкого хребта достигает 931 м высоты над уровнем моря.



Расположен на территории Гуцульщины на границе современных Закарпатской и Ивано-Франковской области, у юго-западной окраины села Яблуница. Через Яблунецкий перевал в XIII веке проходили в юго-западную Европу монголо-татарские войска. Это один из перевалов, составлявший важный путь между Галицким княжеством и Венгрией, а позднее между Польшей и Трансильванией. Во время польско-украинской войны украинские войска переходили через Яблуницкий перевал из ЗУНР в Карпатскую Русь. Теперь через перевал проходит шоссе Н 09.

**Ворохта** Воро́хта — посёлок городского типа Ивано-Франковской области Украины. Расположен в верховьях реки Прут, на северных склонах Лесистых Карпат, близ Яблоницкого перевала (850 м). На курорте Ворохты располагается центр подготовки украинских спортсменов по прыжкам с трамплина, биатлону и лыжным гонкам.

По легенде, название поселка появилось с XVII века, когда в поселке поселился беглец из царской армии — солдат Ворохта. Селяне полюбили его за мудрость, и после его смерти назвали свой посёлок в его честь.

С конца XIX века Ворохта развивается как спортивно-туристический центр. Этому поспособствовала прокладка к Ворохте летом 1884 г. железной дороги. В 1930-х годах здесь строят несколько пансионатов для богатых туристов, а в 1957 открывают горнолыжную школу. Сегодня же Ворохта является одним из основных центров туризма Ивано-Франковской области, как летом, так и зимой. Для почитателей лыжного спорта здесь есть несколько подъемников. Возле базы «Авангард» - 300-метровый бугельный и 2-километровый кресельный. На р. Маковка - 250-метровый подъемник-бугель. Во время зимнего сезона устанавливают еще два 100-метровых подъемника. Неподалеку от поселка расположена спортивно-туристическая база «Заросляк», откуда начинается маршрут восхождения на высочайшую вершину Украины — Говерлу.

В поселке находится памятник деревянной гуцульской архитектуры XVII века (приблизительно 1654—1657 гг.) — церковь Рождества Богородицы. Интересным объектом являются и арочные железнодорожные мосты (виадуки), возведённые тут в XIX веке.

**Верховина** Верхові́на — посёлок городского типа, административный центр Верховинского района Ивано-Франковской области (Украина). Находится на высоте 620 метров над уровнем моря на реке Чёрный Черемош, в 150 км от Ивано-Франковска и 31 км от железнодорожной станции Ворохта. Население — 5,9 тыс. жителей.

**Криворивня** Криворі́вня (укр. Криворівня)— старинное высокогорное (565 м н.у.м.) гуцульское село на Украине, в Верховинском районе Ивано-Франковской области. Административный центр — Верховина.

**Буковецкий перевал** Буковецкий перевал — перевал в Покутско-Буковинских Карпатах. Расположен в Верховинском районе Ивано-Франковской области, возле сёл Буковец (по которому и назван) и Криворивня, на водоразделе рек Рыбница и Чёрный Черемош. Высота 810 м. Склоны пологие, слабо залесены, перемежаются лугами. Через перевал проходит автодорога Р 24: Косов — Верховина.



**Косов** Кóсов (укр. Кóсів, польск. Kosów) — районный центр Ивано-Франковской области, административно-торговый центр галицкой Гуцульщины. Лежит у самого подножия Карпат, в долине г. Рибницы, притока Прута. Население — 8,3 тыс. человек (2001); в 1990 году было 8,9 тыс. жителей.

**Делятин** Делятин (укр. Делятин) — посёлок городского типа в Надворнянском районе Ивано-Франковской области Украины. Население по переписи 2001 года составляло 8283 человека. Занимает площадь 10,28 км<sup>2</sup>. Почтовый индекс — 78442. В окрестностях Делятина с 1950 года находилась центральная база хранения ядерных боеприпасов 12 ГУМО (Ивано-Франковск-16). Нынешняя делятинская средняя школа № 3 в то время именовалась «московской средней школой № 131».

**Надворная** Надвóрна (укр. Надвiрна, польск. Nadwórna) — город районного значения в Ивано-Франковской области Украины, административный центр Надворнянского района. Считается, что Надворная была основана в 1589 г., по-видимому, как поселение-спутник Пнёва, в котором тогда находился замок-крепость крупных землевладельцев Куропатвов. В XVII—XVIII вв., благодаря своему выгодному положению, Надворная постепенно превращается в важный хозяйственноторговый центр Покутья. Её жители занимались заготовкой и сплавом по реке леса, вываривали соль, выращивали табак и проводили две ежегодные ярмарки, продолжавшиеся в течение недели. Сплавщиков из города провожали удивительно величественные Надворнянские скалы вытянувшаяся вдоль левого берега реки 300-метровая стена, в которой видно крыло крупной складки, образованной слоистыми флишеподобными мелководными породами. С 1772 г. город входит в состав Австрийской империи, а во второй половине XIX в. здесь открывается нефтепромысел. В честь 100-летия его открытия в Надворной установлен эффектный 16-тиметровый памятник (1968 г., архитектор М. Бершеда, в народе «Фантомас»[источник не указан 496 дней]), представляющий собой символическую фигуру нефтяника, подставляющего руки под струи нефти. От времени превращения Надворной в центр нефтепереработки в архитектурном облике города сохранилось лишь административное здание (XIX—XX вв.). В 1994 г. на одной из центральных площадей города, носящей имя поэта, был установлен прекрасный памятник Т. Шевченко.

**Пневский замок** Пневский замок был построен во второй половине XVI ст. польскими феодалами Куропатвами. В XVII веке после множества перестроек и реконструкций замок достиг своего расцвета.

В плане замок — неправильный пятиугольник с оборонными башнями. Толщина стен — полтора метра. Частично замок был обнесен рвом. Попасть в него можно было через въездную башню, к которой подходил подъемный мост. Отверстия, через которые проходили цепи подъемного механизма, сохранились до сих пор.

В польско-турецких войнах XVII столетия замок играл роль форпоста польских сил.

В 1745 году его приобрели магнаты Сенявские, а позже — Цетнеры.

В конце XVIII столетия эти земли, а с ними вместе и Пневский замок, попадают в собственность Австро-Венгрии.

В начале XIX века камни крепости начинают разбирать на стройматериалы.

От замка частично сохранились его башни, жилые помещения дворца Куропатвов, замковые стены, ров и подземные казематы.

Замок реставрируется долгое время.

30.06.2010 замок пострадал от наводнения (завалилась одна из башен)...

**Ивано-Франковск** Івано-Франківськ (укр. Івано-Франківськ, польск. Iwano-Frankiўsk) — административный центр Ивано-Франковской области, значительный экономический и культурный центр на западе Украины. До 1962 назывался Станислав (укр. Станіслав или ; польск. Stanisławów; нем. Stanislau; идиш שטאניסלאוו, Станислав; арм. -/, Івано-Франківск/Станислав). Население города составляет 240 678 жителей (по данным на 1 мая 2010 года).

### 3. Смысловая идея похода

Спортивный поход 3 кс по Карпатам, в котором хотелось бы показать участникам некоторые выдающиеся достопримечательности Карпат и открыть для них новый район вело-туризма.

### 4. Варианты подъезда и отъезда

В Карпаты велосипедные группы обычно добираются на поезде. Железнодорожный состав выбирается в зависимости от пункта назначения, при этом можно осуществлять подъезд и отъезд Прикарпатье и Закарпатье. Это позволяет составлять разнообразные маршруты различной протяженности и сложности.

Поскольку у команды было желание посмотреть перед началом похода г. Львов, было принято решение по возможности ехать из Москвы на поезде, который останавливается во Львове как можно раньше утром.

Было принято решение ехать на поезде **№059М (Москва Киевская – София)**.

**Отправление** с Киевского вокзала в 09:30,

**Прибытие** во Львов – 05:16.

**Время в пути** – 20 часов 46 минут.

До стартовой точки нашего маршрута – с. Сянки, предполагалось ехать от Львова на электричке.

В течение дня от ст. Львов-пригородный до ст. Сянки отходит 5 поездов: 06:44, 09:30, 12:38, 17:50, 20:45 (время киевское, по состоянию на август 2013 г.). Электричка идёт примерно 4,5 часа.

Мы выбрали электричку **12:38**, т.к. она удовлетворяла всем нашим требованиям – мы смогли и город посмотреть, и докупить необходимое снаряжение, и успели докупить раскладку.

Из Ивано-Франковска в Москву мы уезжали на поезде **№608К (Ивано-Франковск – Москва Киевская)**

**Отправление** в 03:23.

**Прибытие** в Москву в 09:06.

**Время в пути** 28 часов.

### 5. Аварийные выходы с маршрута

Из любой точки маршрута выход до дороги с автомобильным движением не более 10 км. Также имеется разветвлённое железнодорожное сообщение.

## 6. Графики движения

### 6.1. График движения заявленный

Даты	Дни пути	Участки маршрута	Км	Способы передвижения
05.08	1	Сянки - Ужок - Ужокский перевал (852,0) – Гусный	26,4	вело
06.08	2	Ростока - Подполозье - Верхние Ворота -перевал Менчил (618,2) – Воловец – вдп. Шопот	66	вело
07.08	3	Перевал (731,4) - Келечин - Соймы - Лопушное - оз. Синевир	57,6	вело, пешие
08.08	4	Днёвка		пешие
09.08	5	Синевирская поляна - Синевир - Колочава - пер. Прислоп (934,2)	48	вело
10.08	6	Комсомольск - Усть-Чорна - Калины - Калининский пер. (673,9) - Водица	64,8	вело
11.08	7	Водицкий пер. (614,1) - пер. Тювшак (727,0) - Кобылецкая поляна	25,2	вело, пешие
12.08	8	Днёвка		пешие
13.08	9	пер. Кабыла (883,0) - Косовская поляна - пер. Камен (1023,8) - Рахов – Квасы	67,2	вело
14.08	10	Ясиня - Лазещина - Яблоницкий пер. (929,0) - Яблоница - Кременцы - Ворохта - Кривопольский пер. (969,9) - Кривополье - Верховина	80,4	вело
15.08	11	Криворовня - Буковецкий пер. (810,9) - Косов - Яблонов	57,6	вело
16.08	12	Яблонов - Коломыя - Ивано-Франковск	80,3	вело
17.08	13	Запасной день		

### 6.2 График движения по запасному варианту

Даты	Дни пути	Участки маршрута	Км	Способы передвижения
16.08	12	Яблонов – Делятин - Надворная	60,7	вело
17.08	13	Гвозд - Богородчаны - Ивано-Франковск (полуднёвка)	42,4	вело

### 6.3. График движения фактический

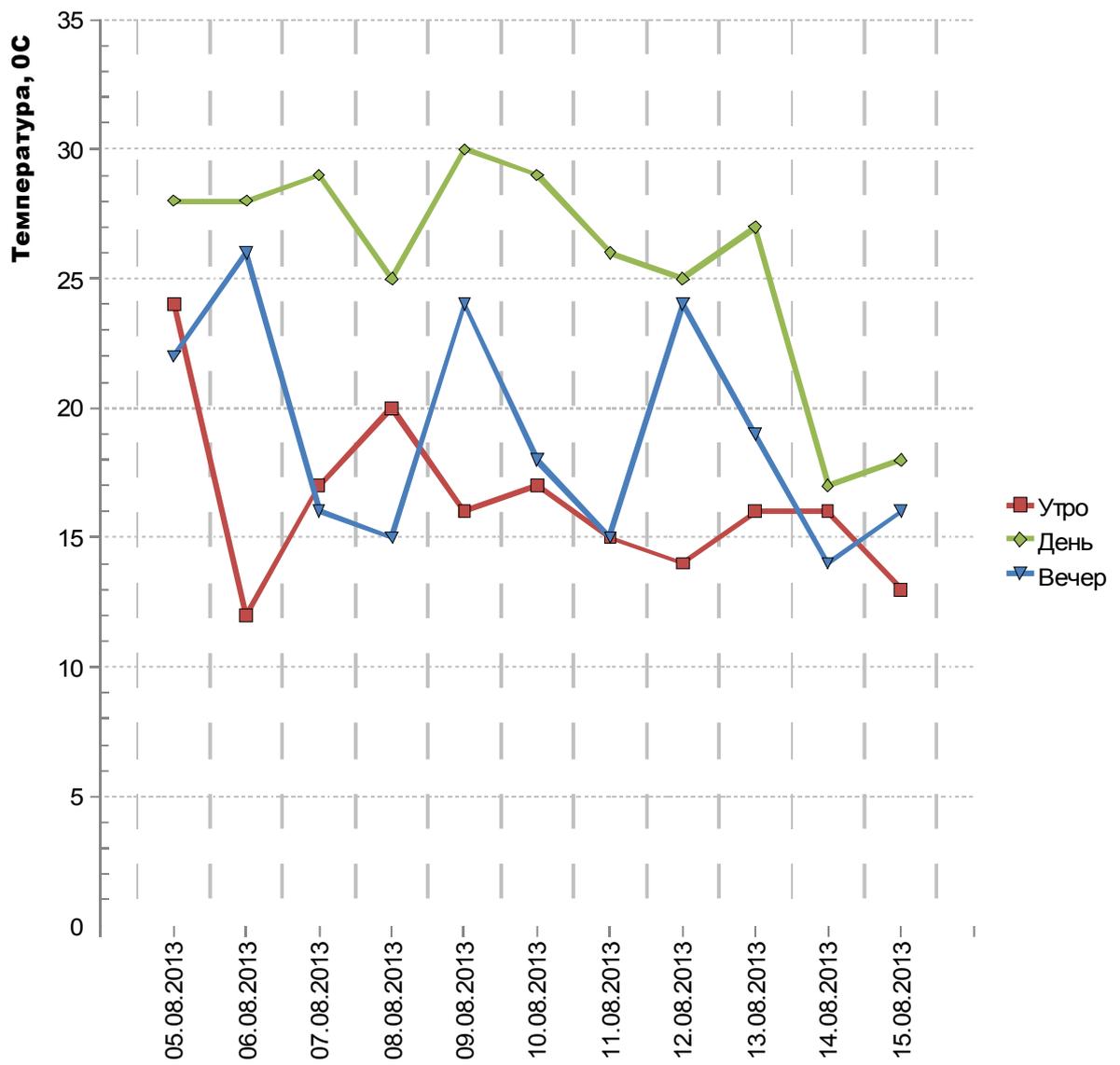
Даты	Дни пути	Участки маршрута	Км	Способы передвижения
05.08	1	Экскурсионное утро во Львове - электричка - Сянки - Ужокский перевал (852,0) - Ужок	14,74	вело
06.08	2	Гусный - Ростока - Подполозье - Верхние Ворота - перевал Менчил (618) - Воловец - Перевал (731,4) - Пилипець - вдп. Шипот	70,34	вело
07.08	3	Пилипець - Келечин - Соьмы - Майдан - Лопушное - оз. Синевир	58,14	вело, пеше
08.08	4	оз. Синевир (полуднёвка)	1,93	вело, пеше
09.08	5	Синевирская поляна - Синевир - Колочава - пер. Прислоп (934,2)	40,05	вело
10.08	6	Комсомольск - Усть-Чорна - Дубове - Калиненский пер. (673,9) - Водица - Верхне Водяне	58,24	вело
11.08	7	Водицкий пер. (614,1) - пер. Тювшак (727,0) - Кобылецкая поляна - пер. Кабыла (883,0)	31,6	вело
12.08	8	пер. Кабыла (870,0) - Косовская поляна - пер. Камен (1023,8) - Рахов	29,1	вело
13.08	9	Рахов - Квасы - Ясиня - Лазещина - Яблоницкий пер. (929,0) - Яблоница	44,4	вело
14.08	10	Яблоница - Татаров - Ворохта - Кривопольский пер. (969,9) - Кривополье - Верховина - Криворовня - Буковець - Буковецкий пер. (810,9) - Косов	84,02	вело
15.08	11	Косов - Яблонов - Коломыя - Старые Кривотули	69,9	вело
16.08	12	Старые Кривотули - Черниев - Ивано-Франковск	24,57	вело
17.08	13	Экскурсионный день в Ивано-Франковске	-	пеше

## 7. МЕТЕОНАБЛЮДЕНИЯ

### 7.1. Таблица метеонаблюдений.

День	Вр.	Утро	Вр.	День	Вр.	Вечер
1	08:00	Ясно, штиль, темп. 24°C	12:35	Перем. облачность, ветер ~2 м/с, темп. 28°C	20:45	Ясно, солнечно, штиль, темп. 22°C
2	06:00	Ясно, штиль, темп. 12°C,	14:30	Перем. облачность, ветер ~5 м/с, темп. 28°C	18:22	Ясно, солнечно, ветер ~2 м/с, темп. 26°C
3	07:35	Ясно, штиль, темп. 17°C	13:10	Солнечно, легкие облака, ветер ~5 м/с, темп. 29°C	18:20	Ясно, легкие облака, штиль, темп. 16°C
4	08:00	Ясно, штиль, темп. 20°C	12:20	Переменная облачность, ветер ~5 м/с, темп. 25°C. Около 18:00 прошел дождь.	22:43	Переменная облачность, ветер 5-7 м/с, темп. 15°C
5	06:00	Ясно, штиль, темп. 16°C	14:15	Перем. облачность, темп. 30°C, ветер ~10 м/с.	17:45	Облачно, в отдалении гремит гром, почти штиль (до 1 м/с), темп. 24°C.
					22:05	Ясно, дождя не было, штиль, темп. 14°C
6	08:00	Ясно, солнечно, легкие облака, штиль, темп. 17°C	14:40	Солнечно, но натягивает тучи, ветер ок. 10 м/с, темп. 29°C	19:30	Облачно, дождь, ветер ок. 3 м/с, темп. 18°C
7	07:20	Переменная облачность, дождя нет, штиль, 15°C	12:40	Солнечно, ветер 2 м/с, темп. 26°C	18:56	Облачно, дождь, штиль, темп. 15°C.
8	06:20	Ясно, солнечно, ветер 2м/с, темп. 14°C	13:20	Ясно, солнечно, ветер ок. 5 м/с, темп. 25°C.	18:22	Ясно, солнечно, ветер ок. 3 м/с, темп. 24°C
9	08:10	Ясно, солнечно, штиль, температура 16 градусов	15:50	Ясно, солнечно, ветер ок. 5 м/с, темп. 27°C		Ясно, ветер ок. 3 м/с, темп. 19°C
10	07:00	Ясно, штиль, темп. 16°C	14:25	Пасмурно, дождя нет, штиль, темп. 17°C	18:30	Начался дождь.
	11:55	Начался небольшой дождь.			20:25	Пасмурно, моросит дождь, темп. 14°C.
11	08:00	Пасмурно, моросит дождь, штиль, темп. 13 градусов	16:10	Пасмурно, ветра почти нет, температура 18 градусов	19:45	Переменная облачность, ветра нет, темп. 16°C
	11:30	Дождь прекратился.				
12	06:00	Переменная облачность, ветра нет, темп. 15°C	--	--	--	--

## 7.2. График метеонаблюдений



## 8. Техническое описание маршрута

**04.08.2013, Воскресенье.**

9:30 – Выехали с Киевского вокзала в г. Москве, поезд №059М (Москва Киевская – София). Границу проехали без происшествий.

### **8.1 День первый. (05.08.2013)**

**Понедельник.**

05:16 – Прибыли в г. Львов. Время в пути 20 часов 46 минут. Выгрузились, собираем велосипеды.

06:05 – Собрали велосипеды, выходим через здание вокзала на привокзальную площадь.

06:12 – Сфотографировались около здания вокзала.

06:34 – Подъехали к вокзалу пригородных поездов сдали вещи в камеру хранения. За 4 рюкзака заплатили 55 грн.

07:32 – Поднялись на г. Высокий замок. Фотографируемся на фоне Львова.

08:00 – Остановились на центральной площади, в кафе **Centaur, завтракаем.**

Погода: ясно, штиль, температура 24°C.

09:55 – Меняем деньги в пункте обмена валют на углу улиц П. Дорошенко и Т. Костюшко.

10:25 – Купили газовые баллоны и горелку в туристическом магазине «Робинзон», ул. Шептицких, дом 15.

10:35 – Остановились около магазина «Крепёжные элементы», ул. Шептицких, д.42. Ремонт багажника у Максима.

11:06 – Вернулись к пригородным поездам. Покупаем билеты.

11:15 – Илью оставили сторожить велосипеды, Максим, Дима и Оля пошли закупать недостающие продукты.

12:05 – Зашли на обед в кафе-пиццерию неподалёку от вокзала пригородных поездов.

12:35 – Погода: переменная облачность, температура 28°C. Ждём электричку.

12:38 – Сели в электричку (Львов-Сянки). Километраж по Львову – 13,58 км. Во время поездки Дима ремонтировал багажник Максиму.

17:35 – Выгрузились с электрички на станции Сянки.

17:40 – Выезд. Здание станции обогнули слева (если смотреть от железнодорожных путей), по гравийной дороге проехали влево метров 30-50 и повернули направо на первом повороте. Дорога идёт в крутой подъём.

17:55 - После подъёма основная дорога поворачивает направо, идёт спуск. Выехали из с. Сянки, повернули направо на шоссе. Покрытие - асфальт.

18:02 Проехали с.Яворов

18:11 - 4,89 км - Проехали погранпост. Поднялись на Ужокский перевал.

18:15 - Начинаем спуск.

18:35 Остановка на спуске.

18:41 Въехали в с. Ужок.

18:45 - 10,38 км - Остановка, у Ильи поломка сумки.

19:05 Выезд

19:08 Проехали ещё один погранпост.

19:10 – 11,66 км – Повернули с шоссе налево. Ориентир: перед поворотом – автобусная остановка «Гусный». Через 70 м переехали р. Уж по небольшому мостику.

19:15 Выехали из с. Ужок.

19:17 Смена покрытия – гравийка. Смена рельефа – подъём.

19:30 - 14,83 км - Слева есть небольшая полянка, пересекаемая рекой. На противоположном берегу реки небольшая беседка, решаем остановиться здесь на ночёвку. Через реку перекинут небольшой мостик из 2х брёвен. Велосипеды переправляем вброд.

20:45 Погода: ясная, солнечно, штиль, температура 20°C.

21:45 – отбой.

**Километраж от ст. Сянки: 14,83 км.**

**Всего за день – 28,41 км (с учётом Львова).**

**Ходовое время от ст. Сянки: 01:50 ч.**

**Общее ходовое время: 13:30 ч. (с учётом Львова).**

## **8.2. День второй. (06.08.2013)**

**Вторник.**

06:00 Подъём.

Погода: Ясно, штиль, температура 12°C.

08:25 Выезд. Выехали места ночёвки, повернули на дорогу налево. Рельеф – подъём, покрытие – гравийка.

08:40 – 3,4 км - На развилке повернули направо, проехали через мост.

9:15 Остановка. Ремонт багажника у Максима.

9:35 Выезд.

9:50 – 5,5 км - Поднялись на перевал (908 м).

9:55 Начинаем спуск.

10:10 – 9,07 км - Въехали в с. Ростока

10:19 – 9,44 км - На Т-образном перекрёстке поворачиваем направо, смена покрытия – асфальт.

10:22 – 10,85 км - По с. Ростока 1,5 км асфальт, затем 0,5 км грейдер-щебёнка, затем снова асфальт. На развилке на мосту повернули налево.

10:32 Привал. На выезде из села есть родник, пополняем запас воды.

10:41 Выезд.

11:07 – 18,14 км - Проехали поворот на Буковец, едем по мосту через реку.

11:37 – 26,77 км - Остановились в дер. Жденьево, около небольшого магазина. Выпили разливного кваса.

11:53 Выезд.

12:05 – 30,97 км - Повернули налево на мост, к церкви.

12:30 – 40,07 км - Выехали на трассу, проехали 50 м, повернули направо в направлении Воловец, Нижегорье.

12:40 15-минутная остановка.

12:59 Выезд.

13:03 Въехали в с. Верхние ворота.

13:20 – 44,80 км - Выехали из Верхних ворот.

13:40 – 47,32 км - Поднялись на пер. Воловец

14:30 – 52,35 км – Остановились на обед около небольшого магазина. Через дорогу есть колодец, но воды в нём не оказалось. Поэтому воду для супа набрали из-под крана в магазине.

Погода: переменная облачность, ветер до 5 м/с, температура 28°C.

16:08 — Выезд. По основной дороге свернули направо.

16:35 – 57,95 км - Выехали из с. Гукливе

16:40 – 58,70 км - Остановка. Остановились на подъёме, привал 10 минут.

16:50 Выезд.

17:00 – 59,73 км - Поднялись на перевал.

17:10 Выезд.

17:19 – 63,0 км - Выехали из с. Подубовец.

17:25 – 65,093 км - Въехали в с. Пилипец

17:28 – 65,80 км - В с. Пилипец повернули направо сразу после магазина по указателю «Гранд отель «Пилипец»

17:50 Остановка на 10 минут.

18:08 – 69,16 км - Перед въездом на территорию горнолыжной базы «Пилипец» повернули направо, рельеф – спуск-подъём. Едем к водопаду Шипот

18:22 – 70,34 км - Доехали до водопада Шипот и т/с Шипот. За вход к водопаду взяли 12 грн. (за всех). Посмотрев на водопад, вернулись к сторожке, перешли реку по мостику и, поднявшись по довольно крутой туртропе, встали на ночёвку на поляне над водопадом Шипот.

Погода: ясно, солнечно, небольшой южный ветер, температура 26°C.

21:51 Отбой.

Дневной километраж: 70,34 км.

**Общее ходовое время: 10 ч.**

### **8.3. День третий. (07.08.2013)**

**Среда**

6:00 - Подъём, завтрак, сбор лагеря

7:38 Погода: Ясно, штиль, температура 17°C

*(После завтрака на нас напали... лошади! Съели весь чай Каркадэ...)*

8:03 - Выезд

8:21 - Спустились к сторожке, набрали воды из источника на выезде.

8:42 – 6,20 км - Вернулись на трассу (гдн был указатель на «Грандотель Пилипец»), повернули направо на Т-образном перекрёстке.

8:45 - Въехали в с. Изки.

8:52 - Выехали из Изки.

8:57 - Въехали в с. Келечин

9:05 – 8,78 км - Привал 10 минут. На привал отошли через дорогу на полянку возле реки.

9:15 - Выезд. В 2х минутах от места привала справа от дороги было оборудованное место отдыха с минеральным источником.

9:40 – 18,3 км - Въехали в пос. Сойма. На Т-образном перекрёстке перед мостом поворачиваем налево.

9:54 - Выехали из пос. Сойма

10:00 – 22,69 км - Въехали в с. Майдан.

10:02 – 22,72 км - Остановились на привал около магазина в с. Майдан, первый поворот налево. Около магазина есть стол с лавочками. Здесь можно купить свежую выпечку, йогурты. Устроили ланч.

10:22 - Выезд.

10:35 - Въехали в пос. «Верхний Быстрый».

11:00 - Въехали в безымянное село, перед въездом в село был указатель. Направо «Лапушня», прямо, по основной трассе – «Долина». Повернули на «Лапушня». Покрытие – асфальт.

11:10 - Привал 10 минут, в селе, слева от дороги, есть небольшой родник.

11:22 - Выезд.

11:29 - Остановились около магазина в дер. Лапушня, покупаем продукты.

11:45 - Закончили закупку. В магазине отсутствуют мясные консервы.

12:10 - В конце деревни есть ещё один магазин. Здесь сделали короткую остановку, выпили разливного кваса.

12:18 - На развилке повернули направо вдоль реки.

12:30 - 38,47 км - Остановились на развилке, одна дорога уходит направо, через реку, вторая дорога идёт прямо и изгибается налево. Выбрали правую дорогу.

12:51 - Остановка, у Макса потерялась по дороге площадка педали. Привал 10 минут.

13:02 - Выезд.

13:10 - 40,38 км - Смена покрытия – грунтовка-лесовозка.

Погода: солнечно, на небе небольшие облака, ветер ~5 м/с, температура 29°C.

13:12 - 40,72 км - Дорога перестала быть проезжей, грязь, лесоповал.

13:20 - Илья ушёл на разведку. Впереди дороги не видно

13:45 - Илья вернулся. Через 500 м от места нашей остановки начинается непроходимый бурелом.

13:48 - На разведку ушёл Дима, по дороге, которая уходит налево резко вверх.  
13:56 - Решили возвращаться.  
14:25 - Вернулись назад на 3 км, поворот возле каменного креста. На дереве желтая, обведённая белым стрелка – указатель на туристическую тропу к оз. Синевир. Сразу идёт смена покрытия – гравийка, местами с крупными камнями.  
14:34 - Развилка, на развилке поворачиваем налево, на лесовозную дорогу, дорога идёт в подъём, уклон 10°.  
14:42 - Привал.  
14:52 - Выезд. Поднимаемся по лесовозной дороге-серпантину, покрытие гравийка.  
15:05 - Остановка. Остановились возле густого малинника (*непреодолимое препятствие...*)  
15:07 - Выезд.  
15:20 - Прошли 500 метров пешком, велосипеды тянем волоком.  
15:51 - 48,93 км - Привал  
17:15 – 57,78 км - На расстоянии 57,57 км свернули с лесовозной дороги налево, на старую лесовозную дорогу, поднялись по крутому подъёму. Далее начинается пологий спуск, на спуск дороги практически нет – она завалена сучьями и брёвнами (*покрытие – деревянное!*).  
17:26 – 57,19 км - Спустились по подобию тропы, заваленной сучьями, брёвнами и выкорчеванными пнями, решаем, куда идти – справа крутой подъём, слева крутой спуск, прямо дороги практически нет – растут кусты и молодые деревья. Дима пошёл на разведку.  
17:30 - Решаем траверсировать спуск, по двое спускаем велосипеды с рюкзаками. На склоне обильно растут кусты ежевики.  
17:50 - Спустившись, оказались на очередной заброшенной лесовозке, под ногами текут маленькие ручейки.  
18:20 - Лесовозка полого спускается, а затем идёт подъём. Справа течёт сильный ручей.  
18:45 - Преодолев довольно крутой участок подъёма, остановились на привал. Набрали из ручья воды в бутылки. По обеим сторонам дороги растёт ежевичник и малинник. Максим напился воды из ручья, вода не прижилась. Оля выдала из аптечки активированный уголь.  
19:05 - Выход. Лесовозка продолжается в подъём, через небольшой лесок, затем начинается спуск, потом снова небольшой подъём, за которым начинается поле. По полю дорога снова идёт на спуск, по дороге возможно ехать. Покрытие – грунтовка.  
19:20 – 58,85 км - Справа совсем рядом с дорогой на опушке леса нашли небольшую полянку, рядом, в овражке, течёт небольшой ручей. Решаем остановиться здесь на ночёвку.  
Погода: ясно, легкие облака, штиль, температура 16°С.  
Перед ужином Дима также жаловался на тошноту, но обошлось без медикаментов. (*Если не считать лекарством кайенский перец... □*)  
22:30 - Отбой.

**Дневной километраж: 58,85**

**Общее ходовое время: 10:20 ч.**

#### **8.4. День четвертый. (08.08.2013)**

**Четверг (полуднёвка)**

8:00 - Подъём, завтрак, много чая, сбор лагеря. Максим от завтрака отказался – всё ещё плохо себя чувствует. Завтракали долго — после основного завтрака решили сделать ещё чай, поскольку после утомительного подъёма в перевал накануне наступило обезвоживание организма.

Погода: ясно, штиль, температура 20°С.

11:22 - Выход.

11:26 – 0,143 км - Перешли через овраг, обходим поваленную ель слева и идём вдоль кромки леса. Справа круто вверх уходит дорога.

11:37 – 0,295 км - Поднялись по лесной тропе (шли пешком, велосипеды тащили волоком), вышли на дорогу (покрытие – грунтовка-грейдер). Налево дорога идёт на спуск, направо – в подъём. Идём вверх, за подъёмом начинается поле. Пересекаем его, спускаемся вниз, через небольшой участок леса, далее снова начинается поле, дорога разветвляется, едем налево, спуск, местами довольно крутой. Покрытие – песок-грунтовка, поросшая травой.

12:04 - 1,93 км - Спустились к озеру Синевир. объехали вокруг озера, поднялись по лесной тропинке рядом с родником на туристическую поляну, ставим лагерь. Полуднёвка.

12:20 Погода: Переменная облачность, лёгкий ветер, температура 25°C.

22:43 - Отбой.

Погода: переменная облачность, небольшой ветер, температура 15°C. Около 18:00 был небольшой дождь.

**Дневной километраж: 1,93 км**

**Общее ходовое время: 00:40 ч**

## **8.5. День пятый. (09.08.2013)**

**Пятница.**

6:00 - Подъём, завтрак сбор лагеря.

Погода: ясно, штиль, температура 16°C

8:30 - Выход

08:49 - 1,90 км - Выехали с территории парка около оз. Синевир, повернули на трассу направо, покрытие – асфальт, рельеф – спуск.

9:05 - Остановились около магазина купить воды.

9:10 - Выезд. Продолжаем спуск.

9:35 – 13,28 км - Остановились на привал, на 5 минут, рядом - музей-заповедник «Синевир», национальный парк.

9:43 - Выезд.

9:50 - 16,47 км - На Т-образном перекрёстке повернули налево.

9:55 - 19,08 км - Въехали в с. Синевир.

10:18 - 27,48 км - Остановились около магазина в с. Колочава, слева от дороги, перед мостом.

10:23 - В магазине оказался не очень большой выбор. Спросили у местного жителя – дальше есть ещё магазин. Выезд.

10:26 - 28,18 км Остановились около ещё одного магазина справа от дороги, здесь выбор тоже оказался невелик.

10:30 - Отъехали от магазина, через 200 м есть небольшое кафе останавливаемся на перекус. Рядом с кафе есть небольшой магазинчик, там можно приобрести сувениры, воду, сладости.

11:25 - Выезд.

11:29 - 28,89 км - Остановились около небольшого продуктового магазинчика, справа от дороги, покупаем раскладку.

11:40 - Выезд.

11:48 – 29,50 км - Начинается подъём к перевалу. Возле красного домика с синей крышей развилка, едем по правой дороге, которая идёт в подъём. Покрытие – грунтовка-грейдер.

12:30 – 35,63 км – Привал.

12:40 - Выезд.

13:15 – 38,89 км – У Оли порвался корд покрышки на заднем колесе, пробой камеры; остановка, ремонт. Заменяли камеру, поменяли местами покрышки на колёсах. Смазали цепь.

13:35 - Продолжаем подъём к перевалу.

14:15 – 38,27 км - Дорогу пересекает речка, останавливаемся на обед.

Погода: переменная облачность, температура в тени (ой-ой-ой!) 30°C, ветер около 10 м/с.

16:28 - Закончили обед, продолжаем подъём на перевал Прислоп.

16:45 - 38,90 км - Поднялись на перевал, сфотографировались, начинаем спуск. Погода изменилась, появились облака, на горизонте грозовые тучи. На спуске покрытие - гравийка, местами с крупными камнями, встречаются лужи, которые приходится обходить по тропинкам, через лес. Вышли к реке, на развилке идём по правой дороге, реку не переходим, объезжаем по тропинке левее.

17:10 Встретили двух велотуристов из Киева.

17:45 - 39,98 км - Дорога каменистая, шли пешком, перешли речку в двух местах, дальше дорога становится проезжей. Примерно через 70 м довольно крутой подъём на левом берегу реки, за подъёмом обнаруживается поляна (на поляне стоят опоры ЛЭП), здесь встаём на ночёвку.

Погода портится, облачно, в отдалении гремит гром, ветра почти нет, температура 24°C.

22:05 Отбой. Погода исправилась, ясно, дождя не было, температура 14 градусов, штиль.

**Дневной километраж: 39,98 км**

**Общее ходовое время: 09:15 ч.**

## **8.6. День шестой. (10.08.2013)**

**Суббота.**

6:00 - Подъём, завтрак, сбор лагеря

8:00 - Погода: ясно, солнечно, легкие облака, штиль, температура 17°C.

9:25 - Выезд.

10:06 – 1,75 км - Спустились с перевала (дорога шла по реке), перешли по мосту реку, повернули направо. Покрытие – гравийка. Сразу за поворотом начинается с. Комсомольск.

10:28 – 5,10 км - Дорожное покрытие по селу: гравийка с непродолжительными участками асфальта.

10:30 – 5,60 км - остановились около родника, слева от дороги, сразу за выездом из села. Здесь есть родник с минеральной водой и родник с обычной водой.

10:40 - Выезд.

10:55 – 8,07 км - После моста, на слиянии рек, начался асфальт.

11:05 – 10,08 км - Остановились около магазина.

11:15 - Отъезжаем от магазина. Через 2,5 км есть возможность посмотреть покрышки.

11:33 – 12,39 км - Остановка на 5 минут.

11:38 - Выезд.

11:40 - 13,10 км - Выехали на трассу, едем в направлении Бедевля.

12:15 – 19,71 км - Привал.

12:25 - Выезд, дорога идёт на спуск.

12:32 - 21,90 км - Въехали в с. Красна. Ветер встречный, около 5 м/с.

13:12 - 31,24 км - Остановились на выезде из с. Красна.

13:26 - Выезд. В 100 м от места привала есть источник.

13:33 - 32,50 км - Остановились обедать в баре около дороги, «Колиба «У медведя»

14:38 Пообедали, продолжаем двигаться дальше, в сторону следующего перевала.

Погода: солнечно, но натягивает тучи, ветер около 10 м/с, температура 29°C.

15:00 - 36,45 км - В с. Дубове ехали по главной дороге, наткнулись на магазин «Автозапчасти», здесь есть покрышки. Стоимость покрышки – 50 грн.

15:10 Поменяли Оле покрышку. Отъехали от магазина автозапчастей.

15:15 - 37,20 км - доехали до площади, здесь есть большой магазин и рядом аптека. В магазине осуществляем закупку продуктов, в аптеке Оля купила Пантенол-спрей, стоимостью 49,5 грн.  
15:34 Облачно, затянуло всё небо. Закупили продукты, выезжаем.  
15:54 - 39,90 км - Повернули налево, смена покрытия – гравийка, начинается подъём. 10 минут назад начался дождь.  
16:17 - 41,86 км - Остановились на развилке 2х дорог, одна уходит налево круто вверх, вторая – прямо, плавно поворачивает направо.  
16:28 Правильная дорога – та, которая идёт прямо. Продолжаем подъём на перевал.  
17:10 Остановка на 10 минут.  
17:20 Продолжаем подъём на перевал.  
17:30 – 45,38 км - Поднялись на перевал Калиненский.  
17:36 Начинаем спуск.  
18:05 - 51,0 км - Проехали с. Плаюц, идёт дождь. Покрытие – гравийка.  
18:10 - 51,5 км - Смена покрытия – асфальт. У Оли перестал работать велокомпьютер.  
19:30 – 58,81 км - По асфальту ехали прямо, за железным мостом свернули направо, и затем налево на первом повороте, остановились на ночёвку в гостинице, в с. Верхние Водяны. За 4х-местный номер заплатили 200 грн. После ужина Илья жаловался на тошноту. Оля выдала активированный уголь.  
Погода: Облачно, дождь, ветер около 3 м/с, температура 18°C.  
22:30 Отбой.  
**Дневной километраж: 58,81 км**  
**Общее ходовое время: 11:30 ч.**

## **8.7. День седьмой. (11.08.2013)**

**воскресенье**

07:20 Подъём, завтрак, сбор лагеря.  
Погода: переменная облачность, дождя нет, штиль, температура 15°C.  
9:50 Выезд.  
10:00 Отъехали от отеля, выехали на шоссе, повернули налево, на мост, возвращаемся немного обратно, к началу подъёма на перевал.  
10:10 - 4,82 км - Поворот направо, на перевал.  
10:22 - 6,30 км - Смена покрытия гравийка, остановка на 5 минут.  
10:32. Выезд  
11:18 - 9,27 км - Остановились на 10 мин На подъёме пока не встретилось ни одного источника с водой, на подъёме встречаются жилые дома.  
11:30 Продолжаем подъём на перевал.  
11:36 – 9,64 км - Поднялись на перевал.  
11:38 Начинаем спуск.  
11:54 - 12,03 км - Остановились сразу после моста через реку – у Макса подспустило колесо.  
12:02 Выезд.  
12:19 – 13,26 км - Привал, остановились на повороте дороги, слева есть небольшой ручеёк, из него набираем воды.  
12:37 Привал окончен, начинаем подъём на второй перевал.  
Погода: Солнечно, ветер 2 м/с, температура 26°C.  
13:30 – 16,42 км - Поднялись на перевал. Привал на 20 минут.  
13:53 Начинаем спуск с перевала.  
14:35 - 22,74 км - Спустились с перевала, смена покрытия – асфальт. Повернули налево.  
14:50 - 25,20 км - Кобылецкая поляна, остановились около небольшого магазина на обед. Здесь есть столы с лавочками, под навесами. После обеда у Оли обнаружился прокол, заклеили камеру.

16:29 Обед закончили, едем к следующему перевалу. От кафе повернули налево на шоссе, и затем на Т-образном перекрёстке направо.

16:36 - 26,78 км - Едем через село по улице Туристична.

16:42 - 27,27 км - Немного не доезжая бревенчатого дома есть небольшой родничок слева.

17:03 – 28,83 км - Остановка. Развилка, одна дорога уходит левее полого вверх (покрытие асфальт), вторая – направо, довольно круто вверх, покрытие – гравийка, с крупными камнями. «Выбрали левую дорогу». (© Командир) Нашли много вкусной ежевики.

17:24 Въехали на территорию базы отдыха, за шлагбаумом повернули направо на асфальтированную дорожку, продолжается подъём.

17:28 - 29,40 км - Выехали с территории базы через небольшую калитку, сразу за калиткой слева есть родник. Продолжаем подъём к перевалу. На развилке правильнее было выбрать правую дорогу.

17:33 - 29,90 км - Смена покрытия – каменная дорога.

17:44 - 30,65 км - Остановились на привал рядом с беседкой (она слева), перед беседкой на крутом повороте каменный забор.

18:40 Остановились на повороте рядом с родником (слева), начался дождь.

18:56 – 32,16 км - Ночуем под перевалом, в заброшенном доме.

Погода: Облачно, дождь, штиль, температура 15°C.

21:55 Отбой.

**Дневной километраж: 32,16 км**

**Общее ходовое время: 09:06 ч.**

## **8.8. День восьмой. (12.08.2013)**

**понедельник**

6:20 Подъём, завтрак, сбор лагеря.

Погода: ясно, солнечно, ветер 2м/с, температура 14°C.

9:17 Выход

9:29 – 0,86 км - Поднялись на перевал

9:35 Начинаем спуск.

10:23 – 8,60 км – Смена покрытия – асфальт, на Т-образном перекрёстке поворачиваем направо.

10:32 - 9,13 км - На развилке, проехали по правой дороге 200 м, остановились на перекус около небольшого магазинчика.

11:06 Выезд. Вернулись к развилке, поехали по левой дороге, в подъём. Покрытие – асфальт, сильно разрушенный.

11:08 - 9,72 км - По левой стороне дороги есть источник с водой. Далее по дороге развилка, выбрали левую дорогу, в подъём.

11:27 Привал.

11:37 Выезд. Продолжаем подъём на перевал. Едем по разбитому асфальтированному серпантину, 50:50 асфальт-гравийка.

12:37 Привал. Никаких поворотов и развилки не было.

12:48 Выезд. Продолжаем подъём на перевал.

12:55 У Димы возникли какие-то проблемы с цепью/переключателем. После быстрого осмотра выяснилось, что всё в порядке.

13:04 Поворот дороги, по левую руку каменные столбики, развилка, на развилке едем по правой дороге. Покрытие – гравийка, местами асфальт, очень разбитый. Видно, что раньше была хорошая асфальтированная дорога, лет 20 назад. На сегодняшний день не ремонтируется вовсе.

13:20 – 17,95 км - Привал. Остановились около небольшой беседки (справа). Напротив хорошая полянка для ночёвки, рядом есть вода.

Погода: ясно, солнечно, ветер ок. 5 м/с, температура 25°C.

13:32 Привал окончен, продолжаем подъём к перевалу. Покрытие — гравийка, попадают выходы скальной породы (в дождь на них будет очень скользко).

14:00 - 20,0 км - Поднялись на перевал Камен, начинаем спуск.  
14:53 – 30,0 км - Спустились в Рахов. Покрытие на спуске с перевала - гравийка, с частыми выходами скальной породы  
15:10 - 32,08 км - Выехали на центральную улицу города, проехали по ней около 900 м, повернули налево на ул. Тихая, на перекрёстке повернули налево на ул. Шевченко, в д.154 есть небольшой магазин спорттоваров, покупаем газ.  
16:55 – 33,70 км – Вернулись на центральную улицу, пообедали в столовой «Эдельвейс». В планах - ехать на рынок, менять деньги.  
17:05 - 33,72 км - Отъехали от «Эдельвейса 20 метров, у Оли сломалась втулка. Прошли немного дальше, вышли на небольшую площадь, ремонтируем велосипед.  
18:08 Закончили ремонт. Переставили заднее колесо с Олиного велосипеда на Димин, а с Диминого на Олин; закрепили кассету проволокой к спицам, кассета без свободного хода.  
18:22 - 34,34 км - На ночёвку решили остановиться в отеле «Европа», напротив площади, где ремонтировались.  
Погода: ясно, солнечно, ветер около 3 м/с, температура 24°C  
23:30 Отбой.  
**Дневной километраж: 34,34 км**  
**Общее ходовое время: 09:05 ч.**

## **8.9. День девятый. (13.08.2013)**

**вторник**

8:10 Подъём, завтрак, сбор лагеря.  
Погода: ясно, солнечно (небо синее-синее!), штиль, температура 16°C.  
Позавтракали в ресторане отеля, затем пешком ходили на рынок, попытались обменять валюту, на рынке это сделать не удалось, валюту обменяли в банке. Максим и Илья в аптеке купили активированный уголь. Также посетили магазин – закупили продукты.  
11:59 Выезд.  
12:15 – 4,0 км - на развилке рядом с АЗС выбрали левую дорогу по указателю Ивано-Франковск.  
12:17 – 4,74 км – Выезжаем из Рахова, едем по шоссе в направлении Ивано-Франковска. До Ивано-Франковска 134 км, судя по указателю.  
12:28 - 6,87 км – Въехали в с. Былин(???)  
12:49 – 11,0 км – Въехали в с. Квасы.  
13:00 – 13,96 км – Остановились на привал около магазина.  
13:28 Выезд.  
13:45 – 17,88 км - Выехали из с. Квасы  
13:48 – 18,95км - Остановка на ремонт. У Димы полопались привязывающие кассету проволоочки.  
14:43 Ремонт закончен, выезд.  
14:53 - 21,5 км - По левую руку есть источник с водой.  
15:02 – 23,16 км - Слева очень красивый водопад, называется Трупанец. Останавливаемся, фотографируемся.  
15:07 Выезд.  
15:20 – 25,26 км - Въехали в с. Ясиня.  
15:21 – 25,56 км – на развилке повернули направо на мост через реку, едем по трассе.  
15:24 Переехали по мосту через р. Чёрная Тиса.  
15:45 - 31,59 км - Остановились около отеля «Золотая корона», идём в ресторан.  
15:50 – 31,68 км - Обедать остановились в кафе «Манго», неподалёку от отеля.  
Погода: ясно, солнечно, ветер около 5 м/с, температура 27°C.  
17:29 закончили обед, выезд.  
После моста повернули направо по указателю «Яречма, Ивано-Франковск».

17:43 Выехали из Ясиня.  
17:50 Въехали в с. Лозещина.  
17:54 - 35,98 км - Остановились около кафе-магазина «Марина», покупаем раскладку.  
17:57 Закупку закончили, выезжаем.  
18:05 Смена рельефа – подъём.  
18:15 - 39,03 км - Остановились на выезде из Лозещины.  
18:25 Выезд  
18:45 – 41,23 км - Поднялись на Яблуницкий перевал.  
19:05 На перевале множество сувенирных магазинчиков. Начинаем спуск с перевала.  
19:10 - 45,48 км - Остановились в с. Яблуница. Дима и Максим пошли узнавать, где снять комнаты, т.к. мест, где можно встать палаточным лагерем, нет и не предвидится.  
Погода: Ясно, ветер ок. 3 м/с, температура 19°C.  
21:45 Отбой  
**Дневной километраж: 45,48 км**  
**Общее ходовое время: 07:10 ч.**

### **8.10. День десятый. (14.08.2013)**

**среда.**

7:00 Подъём, завтрак, сбор лагеря.  
Погода: Ясно, штиль, температура 16°C.  
9:11 Выезд.  
9:29 - 4,46 км - На развилке едем направо по указателю Ивано-Франковск.  
9:34 Въехали в с. Татарив.  
9:39 - 7,30 км - Справа есть кемпинг.  
9:41 – 8,95 км - Повернули направо, по указателю на Буковину.  
9:55 – 12,88 км – Привал.  
10:09 Выезд.  
10:13 – 13,66 км - Въезжаем в Ворохту.  
10:24 – 14,10 км - Слева есть родник.  
10:47 – 18,21 км - Слева туркомплекс.  
10,56 – 20,37 км - Выехали из Ворохты.  
11:03 – 21,43 км - Привал, справа небольшая полянка, отходим с дороги.  
11:41 Выезд  
11:55 Начался небольшой дождь.  
12:01 На развилке выбрали левую дорогу. Рельеф – спуск-подъём.  
12:19 – 28,25 км - Привал, слева есть небольшая беседка со столом и лавочками.  
12:34 Выезд.  
12:46 – 29,82 км - Въехали в Верховинский район. Дождь прекратился.  
12:48 - 29,90 км - Въезжаем в Кривополье.  
13:03 – 34,56 км Остановились в с. Кривополье, напротив церкви есть небольшой магазин и кафе.  
13:25 Выезд  
14:02 – 44,84 км - На развилке едем по левой дороге по указателю «Верховина»  
14:12 – 47,76 км - Въехали в с. Верховина  
14:24 – 50,58 км - На Т-образном перекрёстке повернули налево, остановились на обед в ресторане «Украиночка» (справа).  
Погода: пасмурно, дождя нет, штиль, температура 17°C  
16:24 Выезд. Отъехав от ресторана, выехали на дорогу направо, в сторону Буковецкого перевала.  
16:38 - 53,30 км - Выехали из Верховины.  
17:01 - 59,86 км - Выехали из с. Криворовня, на перекрёстке с круговым движением повернули налево в направлении Косова.

17:07 - 60,55 км - Остановились на привал, справа беседка со столом и лавочками.  
17:18 выезд.  
17:21 - 60,83 км - Въехали в с. Буковец  
17:33 - 62,73 км - Справа есть источник с водой  
18:15 – 64,83 км - Поднялись на Буковецкий перевал.  
18:20 Начинаем спуск с перевала.  
18:22 - 65,78 км - Въехали в с. Яворов  
18:30 – 69,80 км - У Димы заменили тормозные колодки. Также Дима пожаловался медику на головную боль. Оля дала таблетку цитрамона. Начался дождь.  
19:16 – 77,24 км - Въехали в с. Соколовка.  
19:35 – 82,70 км - Въехали в с. Город  
19:49 – 86,10 км - на Т-образном перекрёстке поворачиваем направо.  
19:55 - 87,30 км - На Т-образном перекрёстке поворачиваем направо по главной дороге. Въезжаем в Косов.  
20:22 - 89,98 км - на ночёвку решаем остановиться в отеле «Гуцул».  
Погода: пасмурно, моросит дождь, температура 14°C.  
23:40 Отбой  
**Дневной километраж: 89,98 км**  
**Общее ходовое время: 11:11 ч.**

### **8.11. День одиннадцатый. (15.08.2013)**

**четверг**

8:00 Подъём, завтрак, сбор лагеря.  
Погода: пасмурно, морозящий дождь, штиль, температура 13°C.  
11:28 Выезд. Отъехав от отеля, повернули на дорогу налево. Через 500 м по указателю повернули направо, в пер. Шевченко. Дождь прекратился.  
11:33 – 0,8 км - Повернули налево.  
11:34 – 1,10 км - Остановились перед перекрёстком около магазина «Дениго», смотрим велозапчасти. Напротив магазина въезд в с. Вербовец, направо – въезд в Старый Косов.  
11:36 – 1,15 км - Въехали в с. Вербовец  
12:11 - 6,85 км – Въехали в с. Постинь.  
12:18 – 9,55 км - Остановка. У Димы лопнула спица на заднем колесе.  
12:21 Выезд.  
12:24 – 9,90 км - На развилке едем налево.  
12:35 – 11,47 км - Выехали из с. Постинь.  
12:36 - 11,49 км – Въехали в с. Уторопь.  
12:44 - 13,52 км - Остановились на привал около магазина (слева).  
13:00 Выезд.  
13:16 – 16,20 км - Выехали из с. Уторопь. Дорога идёт в подъём.  
13:24 - 16,68 км - Остановка.  
13:29 Выезд.  
13:35 - 18,70 км - Перекрёсток с круговым движением, поворачиваем направо в направлении «Коломия».  
13:44 – 21,60 км - Едем по с. Стопчатов. Перекрёсток с круговым движением был в этом селе.  
13:49 – 23,44 км - Выехали из с. Стопчатов. Через 60 метров въехали в с. Мишин.  
14:06 - 28,95 км - Остановились около магазина «Торговый комплекс «Зарипат»  
14:33 Выезд.  
14:34 - 29,06 км - Выехали из с. Верхний ключ.  
14:35 – 29,34 км - Въехали в с. Верхний Вербиж.  
14:43 - 32,06 км - Выехали из с. В. Вербиж, въехали в Н. Вербиж.  
14:51 – 34,72 км - Въехали в Коломию. На перекрёстке едем прямо, по мосту через реку.  
14:43 - 35,48 км - На Т-образном перекрёстке едем по главной дороге направо.

14:55 - 35,77 км - На перекрёстке с круговым движением поворачиваем налево.  
15:04 - 37,96 км - Остановились на АЗС, Здесь есть магазин и WC.  
15:08 Выезд.  
15:14 – 39,86 км - Выехали из Коломии, въехали в с. Шипаривцы.  
15:19 – 41,70 км - Перекрёсток с круговым движением, на нём поворачиваем направо по указателю. «Ивано-Франковск». До Ивано-Франковска 62 км.  
15:29 - 44,26 км - Остановились около АЗС. В магазине покупаем воду.  
15:38 Закончили закупку, едем дальше.  
15:44 – 46,30 км - Въехали в с. Раковчик.  
15:49 – 47,27 км - Выехали из с. Раковчик.  
16:01 – 50,0 км - Въехали в с. «Лесная слободка»  
16:10 - 50,78 км - Переехали по мосту через реку, и свернули через трассу налево, к реке, на обед.  
Погода: Пасмурно, ветра почти нет, температура 18°C.  
17:43 Закончили обед, выезжаем в сторону Ивано-Франковска.  
17:52 – 52,10 км - Выехали из с. «Лесная слободка».  
18:05 - 56,90 км - На развилке выбрали левую дорогу.  
18:07 - 58,06 км - Въехали в с. «Висний Хлибчин»  
18:11 - 59,42 км - Выехали из с. «Висний Хлибчин»  
18:17 - 61,91 км - Въехали в с. Глибока.  
18:24 - 63,36 км - Остановились на автобусной остановке в с. Глибока. Привал 10 минут.  
18:32 Выезд.  
18:35 – 64,35 км - Выехали из с. Глибока, въехали в с. Отинья  
18:54 - 69,90 км - Выехали из с. Отинья. Всё это время ехали по главной дороге, никуда не сворачивали.  
19:04 - 73,50 км - Едем по с. Старые Кривотули.  
19:06 – 74,11 км - Остановились около минимаркета «Натали», остановка 10 минут. Закупаем раскладку.  
19:16 Выезд.  
19:43 – 75,59 км - становились на территории базы отдыха Нептун, напротив домиков, через пруд.  
Погода: Переменная облачность, ветра нет, температура 16°C.  
22:15 Отбой.  
**Дневной километраж: 75,59 км**  
**Общее ходовое время: 08:15 ч.**

## **8.12. День двенадцатый. (16.08.2013)**

**пятница**

6:00 подъём

Погода: Переменная облачность, ветра нет, температура 15°C. Холодно, очень холодно.

08:00 Выезд.

08:06 выехали на трассу.

08:08 - 0,62 км - Выехали из с. Старые Кривотули

08:13 – 2,16 км - въехали в Одаи.

08:21 – 4,68 км - Выехали из Одаи.

08:24 – 5,84 км - Въехали в Марковцы.

08:29 7,44 км - Остановились перед мостом через реку, за мостом перекрёсток с круговым движением, Ивано-Франковск направо. До Ивано-Франковска 22 км.

08:33 Выезд. На перекрёстке с круговым движением до Ивано-Франковска можно поехать как направо, так и прямо. Решили ехать прямо.

08:36 – 7,95 км - Выехали из с. Марковцы.

08:55 – 14,06 км - Въехали в с. Черниев.

08:56 - 14,50 км - Выехали из с. Черниев.

08:58 – 14,65 км - Остановились перед перекрёстком с круговым движением, до Ивано-Франковска, по указателю, прямо 15 км. Привал 10 минут.

09:04 Выезд. На перекрёстке с круговым движением до Ивано-Франковска можно поехать как прямо, так и направо. Едем направо.

09:06 - 15,20 км - Здесь снова село Черниев.

09:10 - 17,22 км – Въехали в Ивано-Франковск.

**Дневной километраж: 17,22 км**

**Общее ходовое время: 01:10 ч.**

**Общий километраж: 539,51 км**

**Общая продолжительность похода**

**- 12 дней**

**Количество ходовых дней**

**- 11 дней**

## 9. Дополнительные сведения о походе

### 9.1. Отчёт завснара

Кто везёт	Что везёт	Вес, г
Ефимов Дмитрий	Палатка 2-местная	2 400
	Горелка	350
	Экран	180
	Кан	300
	Кухня	400
	Газ. баллон большой	600
	Газ. баллон маленький (с 9 дня похода)	300
	Флаг	100
	Командирский набор	200
	<b>Итого:</b>	<b>4 830</b>
Колесников Илья	Палатка 2-местная	2 400
	Часть рем. набора	200
	Трос для велосипедов	450
	GPS+батарейки	500
	Горелка	350
	Газ. баллон большой	600
	<b>Итого:</b>	<b>4 500</b>
Литвинов Максим	Рем. набор	3 000
	JetVoil	550
	Фотоаппарат	350
	Газ. баллон большой	600
	<b>Итого:</b>	<b>4 500</b>
Фролова Ольга	Аптечка	2 100
	Фотоаппарат (с батарейками)	400
	Штатив	120
	Диктофон	150
	Газ. баллон большой	600
	Газ. баллон маленький (с 9 дня похода)	300
	<b>Итого:</b>	<b>3 670</b>
<b>Общий вес снаряжения на группу:</b>		<b>17500</b>

В качестве тента использовались два состёгивающихся велосипедных чехла, что давало экономию веса. Чехлы при состёгивании образовывали тент размером 3х3 м (с щелью посередине), и для защиты от дождя этого вполне хватало. Этими же чехлами мы накрывали на ночь велосипеды.

Правильным было решение готовить на горелках, т.к. получалась значительная экономия времени. К тому же найти дрова в Карпатах было довольно проблематично.

Лишним снаряжением оказались два маленьких газовых баллона, купленные в Рахове. Их даже не начали использовать, ввиду благоприятных погодных условий.

## 9.2. Отчёт медика

### 1. Список аптечки.

№	Название	К-во	Вес	Назначение	Способ применения и примечания
<b>1. Расходные материалы, инструменты и вспомогательные средства</b>					
1	Термометр	1	20	Измерение температуры	
2	Кровоостанавливающий жгут или резинка	1	145	Остановка артериального кровотечения	
3	Перчатки латексные хирургические стерильные	2 пары	40	Предохранение от заражения крови	Использовать при контакте с кровью
4	Ножницы	1	60	Разрезание бинта, одежды	
5	Пинцет	1	10	Удаление заноз, инородных тел	
6	Вата медицинская	30	100	Смазывание, наложение компрессов	
7	Палочки ватные	20 шт	10	Нанесение мазей	
8	Стерильные салфетки	2 уп	40	Наложение на раны	
9	Бинт медицинский (5мх10см и 7мх14см)	4 уп	60	Наложение повязок	
10	Бинт эластичный	3	10	Фиксация повязки	Бинты разных размеров
11	Лейкопластырь бактерицидный	20 шт	15	Заклеивание мозолей, ранок и пр.	
12	Лейкопластырь в рулоне	1	20	Фиксация повязки	
13	Охлаждающие пакеты	1	55	Прикладывать к месту сильных ушибов	Инструкция на пакете
14	Сумка и кофр для аптечки	2 шт	300	Аккуратное хранение и перевозка аптечки	
<b>2. Обработка ран, ушибов, ожогов, укусов и воспалений</b>					
1	Перекись водорода	100 мл	100	Очистка ран	Перекись благодаря обильному пенообразованию помогает механическому удалению грязи из раны
2	Хлоргексидин	100 мл	50	Обеззараживание	Для слизистых
3	Спирт этиловый 96%	100 мл	50	Обработка кожи, приготовление компрессов	
4	Спиртовой раствор Йода 3%	1 фл.	30	Обработка краёв ран	Смазывать только края раны, а не её саму. Можно смазывать кожу на ладонях для загрубения
5	Каля перманганат	1 фл.	20	Для промывания желудка, загрязненных ран	Приготовить светло-розовый раствор, процедить через бинт
6	Левомеколь	1 туб	45	Местный антисептик	Не применять при нагноившихся ранах с отделением гноя!
8	Клей "БФ-6"	1 туб	15	Заклеивание ран	Клей образует на поверхности ранки защитную плёнку + сам

					обладает бактерицидным действием
9	Присыпка детская, тальк	1 пуз	40	профилактика опрелостей	
10	Диклофенак, мазь	1 туб	35	При болях в мышцах, суставах	Обезболивающий, противовоспалительный. Нанести и втереть
12	Троксерутин (Троксевазин)	1 туб	45	Рассасывание синяков, при растяжениях связок, ушибах суставов	Место ушиба следует растереть мазью 3-4 раза в сутки
13	Псило-бальзам	1 туб	25	Средство после укусов кровососущих насекомых	Ослабляет зуд и жжение после укусов насекомых, снимает отёчность. Наносить на место укуса несколько раз в день
14	Цефалексин (капсулы 0,25 г)	16 капс	5	При нагноении раны	По 2 капсулы 3 раза в сутки до еды. Алкоголь не принимать!
15	Депантенол, крем	1 туб	35	Увлажнение кожи, борьба с трещинами и ожогами	Может использоваться в качестве косметического крема для защиты лица
16	Метрогил Дента	1 туб	25	При воспалении дёсен	
17	Солнцезащитный крем	1 фл	200	Чтобы не подгореть =)	
18	Альбуцид 20%	1 фл		Глазные капли антибактер.	При солнечном ожоге или воспалении глаз.
<b>3. Обезболивающие и жаропонижающие</b>					
1	Парацетамол (0,5 г)	10 табл	5	Жаропонижающее, обезболивающее	При температуре выше 38 градусов по 1 таблетке до 4 раз в день. При болях - 2 таблетки одновременно
2	Кетанов	20 табл	5	Обезболивающее	По 1-2 таблетки до 4 раз в сутки
3	Дентагуттал (Зубные капли)	1 фл	45	При зубной боли	
<b>4. При инфекционных заболеваниях</b>					
1	Ацикловир	1 туб	5	Антибиотик	При высыпании герпеса
2	Амоксиклав	5 таб.	10	Антибиотик	
<b>5. При заболеваниях органов дыхания</b>					
1	Бромгексин	25 таб.	10	Отхаркивающее	По 2 табл 4 раза в сутки
2	Стоптусин	10 табл	5	Противокашлевое при сухом кашле	Рассасывать
3	Мукалтин	10 табл	10	Противокашлевое при влажном кашле	Рассасывать
4	Фурацилин	10 табл	10	Для полоскания горла, может применяться и для повязок на раны	Для полоскания: 4 табл растворить в 1 стакане тёплой воды. При ангине полоскать 6-8 раз в сутки. При ранах: приготовить спирт-фурацилиновую повязку. В 1/3 стакане спирта растворяют 4-5 табл фурацилина, полученной жидкостью

					смачивают салфетки и накладывают на "чистую" рану
5	Бальзам "Золотая звезда"	1 бан	5	Для облегчения дыхания и т.д.	Мазать виски, боковые стороны носа
7	Витрум, поливитамины	1	60	Иммуномодулятор	По 1 драже ежедневно
8	Магний+	2 уп	100	Восстанавливать солевой баланс	
9	Нафтизин	1 фл	20	При насморке	Закапывать в каждую ноздрю по 2-3 капли. Сосудосуживающее, снимает симптомы простуды
<b>6. При сердечно-сосудистых заболеваниях</b>					
1	Валидол	5 табл	3	При стенокардии, неврозах, истерии, морской болезни	Таблетку положить под язык, держать там до полного рассасывания. Взрослым до 2-4 таблетки в сутки
<b>7. При аллергических состояниях</b>					
1	Тавегил (Лоратадин)	10 табл	10	При аллергии	1 таблетка в день. Не обладает седативным эффектом
<b>8. При желудочно-кишечных заболеваниях</b>					
1	Уголь активированный	20 табл	20	При отравлениях	1 таблетка на 10 кг веса, растворить в воде. Вместе с углем другие препараты не принимать.
2	Фестал	10 табл	10	При диарее	Препарат содержит ферменты, улучшающие пищеварительный процесс. Принимать по 1 таблетке после каждого приёма пищи
3	Нолицин (Норфлоксацин, Норбактин)	10 табл	10	При диарее	При кишечных расстройствах, при т.н. "диарее путешественников"
4	Лоперамид (Лопедиум)	10 капс	10	При диарее	Принимать только тогда, когда Вы уверены, что понос не связан с отравлением или кишечной инфекцией (т.е. нет тошноты и рвоты, лихорадки). По 1 капсуле 4 раза в сутки (первый приём - 2 капс)
5	Церукал (метоклопрамид)	10 табл	10	Противорвотное	Применять только в случае изнуряющей, "пустой" рвоты, спазмов кишечника. Если рвотные массы отходят - не использовать. По 1 таблетке 3 раза в сутки (первый приём - можно 2 таблетки)
8	Регидрон	4 пак	50	Для восстановления водного баланса после рвоты, поноса	Содержит комплекс солей, позволяющих восстановить нормальный водный баланс организма. Пить в соответствии с

					инструкцией на пачке
9	Но-Шпа (Дротаверина гидрохлорид)	20 табл	30	Спазмолитик	При почечной и печеночной колике, спазмах желудка, болях в животе, менструации. По 2 таблетки 3 раза в день
<b>9. Стимулирующие и транквилизирующие средства</b>					
1	Раствор аммиака 10%	1 фл	50	При обмороке, потере сознания	Дать подышать, смазать виски пострадавшего
2	Кофеин-бензоат натрия	12 табл	5	При слабости, обморочных состояниях, после потери сознания	По 1 таблетке 2 раза в день
<b>Итого (вес расчётный):</b>		<b>2 088</b>			

## 2. Случаи оказания медицинской помощи в походе.

В походе серьёзных травм и проблем со здоровьем у участников не было.

Вечером, на третий день похода, Максим и Дима вследствие чрезмерного употребления сырой воды жаловались на тошноту, выдала Максиму из аптечки активированный уголь. Дима обошелся без медикаментов (если не считать таковым капсулу кайенского перца). Максим далее пользовался активированным углём из личной аптечки.

Вечером шестого дня Илья также жаловался на тошноту, также выдала активированный уголь. Далее Илья также использовал активированный уголь из личной аптечки.

Ежедневно утром участники получали витамины («Центрум»). Также в течение дня растворяли в воде изотоник (мультивитаминный комплекс, магний).

На седьмой день, по причине наличия у некоторых участников солнечных ожогов, купили в аптеке, в с. Дубове, Пантенол-спрей; стоимость – 49,50 грн.

Утром 10-го дня, в Рахове, Максим и Илья пополнили личную аптечку запасом активированного угля. Вечером десятого дня Дима пожаловался на головную боль, дала таблетку цитрамона.

Рекомендации: Внимательнее относиться к выбору воды, в т.ч. родниковой, желательно перед употреблением кипятить. Ходовую воду лучше покупать в магазинах.

Также первые дни рекомендую пользоваться солнцезащитным кремом, во избежание солнечных ожогов. Необходимо иметь в свободном доступе тонкую джерси с длинным рукавом, которую можно было бы накинуть в случае покраснения кожи.

## 9.3. Отчёт механика

### 1. Список ремнабора.

Ремнабор в поход брался стандартный для Карпатских условий. Общий вес ремнабора – около 3,2 кг. Все велосипеды участников были “кантрийными” хардтейлами 26”. Все велосипеды имели достаточно стандартное оборудование типа Shimano/SRAM

№	Наименование	Кол-во	Применение
<b>1. Инструменты</b>			
1	Набор шестигранников	1	
2	Отвертка -, отвертка +	2	
3	Монтажки пластиковые	3	
4	Спицевой ключ	1	
5	Выжимка	1	
6	Изолента	1	
7	Смазка цепная	50 мл	
8	Съемник кассеты	1	
9	Ключ pedalный 15	1	
10	Ключ разводной	1	
11	Насос под оба типа ниппеля	2	
12	Клей резиновый	1 тюб.	
13	Заплатки	10	
14	Медная проволока	1 м	
15	Стальная проволока	1 м	
16	Хомуты пластиковые (стяжки)	15	
17	Плоскогубцы	1	
18	Полотно по металлу	1	
19	Мелкие детали	1 компл.	
20	Звенья цепи	6	
21	Замочек	1	
22	Пинцет маленький	1	
23	Надфиль небольшой	2	
<b>2. Запчасти</b>			
1	Ручки тормозные (левая+правая)	2	
2	Монетка переключения скоростей для заднего переключателя	1	
3	Трос переключный	2	
4	Трос тормозной	2	
5	Задний переключатель	1	
6	Спицы	10	
<b>3. Общее</b>			
1	Нитки капрон толстые	1 катушка	
2	Наперсток	1	
3	Иглы	2	
4	Пуговицы	10	
5	Ножницы маленькие	1	
6	Заплатки	3 кус	
7	Репшнур 3мм	20 м	
8	Скотч обычный	1	
9	Скотч армированный	1 нач.	

Также в личный ремнабор каждого участника входили:

- запасные камеры 1-2 шт.;
- монтажки, заплатки, клей для заплаток;
- тормозные колодки;
- запасной “петух”.

## 2. Поломки

*Дима.* На восьмой день похода у Оли сломалась втулка заднего колеса. Снять кассету с колеса не получилось, переставили заднее колесо с Олиного велосипеда на Димин, а с Диминого на Олин. Начиная со следующего дня, регулярно приходилось менять удерживающие кассету спицы. На десятый день похода заменили тормозные колодки (задние).

*Илья.* В первый день – поломка сумки – оторвалась ручка.. Причина: возможная перегруженность сумки, плюс часто встречающиеся ямы на дороге. Чинили, просверлив 2 (две) новые дырки сбоку от старых, и насквозь с помощью шайбы закрутили винтами.

*Максим.* В первый день купили во Львове хомуты с гайками, чтобы прикрепить багажник к перьям. В дальнейшем, приходилось время от времени подкручивать гайки, т.к. багажник расшатывался под весом рюкзака. На четвертый день похода, при подъёме к оз. Синевир, потерялась площадка педали (впоследствии была найдена).

*Оля.* На пятый день похода у Оли порвался корд покрышки на заднем колесе, пробой камеры. Причина: пробой камеры явился следствием порванного корда. Заменили камеру, поменяли местами покрышки на колёсах. Дополнительно смазали цепь. На следующий день купили новую покрышку, заменили.

Несколько раз приходилось ремонтировать контактный узел велокомпьютера. Ремонтировали путём покладывания кусочков фольги в места отсутствия контакта.

На седьмой день похода, после обеда, обнаружился прокол на заднем колесе, причина — врезавшийся в покрышку камешек с острым концом; наклеили заплатку.

На восьмой день похода сломалась трещётка заднего колеса. Снять кассету с колеса не получилось, переставили заднее колесо с Олиного велосипеда на Димин, а с Диминого на Олин.

## 3. Выводы.

Самой крупной поломкой оказалась трещётка, перестали закусывать собачки. Было необходимо фиксировать кассету, вследствие чего заднее колесо перестало иметь свободный ход. Медная проволока не выдерживала нагрузку, лопалась. Для фиксации кассеты использовались запасные спицы из ремнабора.

В целом, поломки было немного, в основном мелкие, вроде проколов и стёртых тормозных колодок.

Рекомендую перед походом заменить покрышки, или хотя бы проверить их целостность.

В целом, собранный ремнабор удовлетворял все потребности в ремонте велосипедов. Был докуплен разводной ключ, чтобы снять кассету.

## 9.4. Отчет финансиста

Перед походом с участников были собраны средства на пополнение ремнабора, аптечки, закупку раскладки, оформление документов (маршрутной книжки), командирский набор.

### 1. Хронометраж затрат.

#### 4 августа

В день отъезда из Москвы оставшаяся сумма (2000 руб.) была обменена по курсу 224 гривны за 1000 руб. - итого: 448 грн.

#### 5 августа

Камера хранения в городе Львов 55 гривен за 4 рюкзака.

Завтрак в кафе «Кентавр» 393 гривны с чаевыми (по чеку 320 гривен).

Сдали в казну по 4000 рублей (обменяли по курсу 244 гривен за 1000 рублей).

Купили в туристическом магазине «Робинзон» 4 больших баллона с газом за 264 гривны и дополнительную газовую горелку (купил Илья в личку).

Покупка хомутов с болтами - 7.62 гривны.

Билет на электричку Львов-Сянки – 68 гривен с команды, в том числе оплаченный провоз велосипедов.

21.5 грн – печенье (на ужин и завтрак) и макароны (на ужин) по раскладке, 69 гривен питье.

#### 6 августа

3 кружки кваса по 5,5 грн и сайра 12 грн за 2 банки (на ужин).

За вход к водопаду Шипот заплатили 12 грн за всех.

#### 7 августа

В селе «Майдан» куплен сладкий рулет за 15 гривен и 4 порции кваса за 20.

#### 9 августа

В селе «Колочава» команда перекусила в кафе за 100 гривен (94 по чеку). На 97 гривен был куплен хлеб, пряники, сладкое, сыр, колбаса, рис (на ужин и завтрак).

#### 10 августа

На обед в кафе «Колыба «У медведя» на окраине села «Дубове» было потрачено 110 гривен.

В магазине на центральной площади в с. Дубове по раскладке закупили: чай «Каркаде», печенье на ужин и завтрак, тушенку, сыр; кроме того, был куплен майонез и сухарики для салата на ужин, т.к. из продуктов с поезда ещё оставалась банка красной фасоли. На эту закупку было потрачено около 90 грн.

Также ввиду наличия у некоторых участников похода солнечных ожогов был приобретен Пантенол-спрей в аптечку за 50 гривен.

За ночевку в гостинице в с. Верхние Водяны за 4-хместный номер заплатили 200 грн.

#### 11 августа

В с. Кобылецкая поляна потратили 107 гривен на холодный обед из салата, бутербродов с колбасой, сока; закупили продукты по раскладке на 85 грн на ужин и завтрак.

#### 12 августа

Рахов. 80 гривен 2 маленьких баллона с газом, которые впоследствии так и не были потрачены. 178 гривен еда в заведении «Эдельвейс». 410 гривен заселение в отель «Европа», был взят обычный 2-х местный номер и люкс по здешним меркам. За договорную цену в 20 гривен были постираны вещи всей команды из 4-х человек.

На ужин было потрачено 213 гривен в ресторане при гостинице «Европа».

### **13 августа**

На завтрак все в том же ресторане отеля «Европа» было потрачено 151 грн. 86 гривен обошлась закупка провианта и воды на команду. Ночевка в селе «Яблуница» 120 гривен на 4-рых за комнату в частном секторе; 5 гривен заплатили за помидоры на ужин для салата (цена договорная).

### **14 августа**

Косов. Остановились в отеле «Гуцул». Заказали завтрак на 220 гривен на команду. За 2 двухместных номера заплатили из личных средств.

### **15 августа**

Закупка воды в селе Коломея 19.8 гривен (3 \* 1.5 литра ). В магазине на трассе (в с. Лесная слободка) было потрачено 29.75 гривен на продукты по раскладке – 2 пачки печенья, сыр, хлеб.

### **16 августа**

Ивано-Франковск 65 гривен на обед из огурцов, помидоров, сыра и торта медовик на сладкое.

### **17 августа**

Было потрачено 97.15 гривен на общественную еду и казна общественная кончилась. 80 гривен долг Финансисту со стороны команды.

### **Итого (с человека):**

1. Дорожные расходы:
  - Поезд Москва – Львов: 2639,5 руб.
  - Бельё в поезде: 120 руб.
  - Камера хранения во Львове: 55 руб.
  - Электричка Львов – Сянки: 68 руб.
  - Поезд Ивано-Франковск – Москва: 2662,20 руб.
2. Расходы на питание:
  - 2.1. По раскладке: 713,2 руб.
  - 2.2. Кафе, рестораны: 1401,5 руб.
3. Затраты на проживание (не в палатках): 750 руб.
4. Командирский сбор (за оформление маршрутной книжки): 20 руб.
5. Командная аптечка: 50 руб.
6. Общественное снаряжение:
  - 6.1. Ремнабор: 7,62 руб.
  - 6.2. Газ: 324 руб.
    3. большой баллон: 244 руб.
    4. маленький баллон (не было потрачено): 80 руб.
7. Экскурсия к водопаду Шипот: 12 руб.

## **2. Выводы.**

Сбор средств произведён до похода правильно. И правильным решением было обменять рубли на гривны в ещё Москве, поскольку во Львове было достаточно сложно найти обменный пункт с выгодным курсом.

## 9.5. Отчёт завхоза. Питание в походе.

### 1. Подготовка раскладки

Раскладка для похода составлялась с учётом с учётом следующих факторов:

- норма в день с учётом калорийности и БЖУ: 550-600 г на человека;
- на маршруте есть магазины, поэтому нет необходимости везти все продукты с собой;
- раскладку на поезд в Москву не составляли, оставив участникам свободный выбор.

### 2. НАЛИЧИЕ МАГАЗИНОВ

У нас были сведения, что во многих сёлах, через которые проходил наш маршрут, встречаются магазины. Поэтому необходимости везти с собой все продукты не было. Тем не менее, некоторые продукты, всё-таки, было решено купить в Москве, т.к. у нас не было уверенности, что мы найдём эти продукты в магазинах на маршруте. В частности, в Москве были куплены овсяные, рисовые хлопья, хлопья «4 злака», кус-кус (для каши на завтрак), сухое молоко, сухофрукты, чай, специи, суп с вермишелью, чечевица.

Так как половина обедов планировалась в кафе, то супы были куплены из расчёта на 6 горячих обедов (половина дней). Из-за малой автономности похода продукты закупались, в основном, на ужин текущего дня и завтрак следующего. При необходимости также докупались продукты для обеда – хлеб, консервы.

По раскладке был запланирован сюрприз, но ввиду частых магазинов и кафе необходимости в нём не возникло.

#### Распределение на маршруте продуктов, закупленных в Москве.

Кто везёт	Что везёт	Сколько везёт
<i>Ефимов Дмитрий</i>	Суп с вермишелью	2 040
	<b>Итого:</b>	<b>2 040</b>
<i>Колесников Илья</i>	Овсяные хлопья	600
	Рисовые хлопья	600
	Хлопья "4 злака"	600
	Чай "Каркаде"	80
	<b>Итого:</b>	<b>1 880</b>
<i>Литвинов Максим</i>	Кус-кус	600
	Чечевица	900
	Чай зелёный	100
	Сухофрукты	500
	<b>Итого:</b>	<b>2 100</b>
<i>Фролова Ольга</i>	Чёрный чай	200
	Сухое молоко	450
	Соль	150
	Специи	200
	<b>Итого:</b>	<b>1 000</b>
<b>Всего:</b>		<b>7 020</b>

### **3. ХОДОВЫЕ ПЕРЕКУСЫ**

По рекомендации Завхоза, участники закупали ходовые перекусы в личку, из расчёта: 50 г шоколада, 35 г орехов и 45 г сухофруктов в день.

### **4. ВОДА**

В данном регионе проблем с водой, в целом, не было. Практически на протяжении всего маршрута воду мы набирали из родников и ручьёв. В последние дни воду для готовки и ходовую воду приходилось покупать, либо набирать из-под крана во встречающихся на маршруте кафе и магазинах, т.к. другие источники воды, по мере нашего удаления от гор, встречались редко и вызвали серьёзные сомнения относительно чистоты воды и её пригодности в пищу, даже после кипячения.

В сёлах, которые мы проезжали в основной части маршрута, встречались родники, в которых вода была чистая; но будучи некипячёной, она вызвала расстройство желудка у некоторых участников похода. Поэтому перед употреблением воду желательно кипятить.

### **5. КУХОННОЕ СНАРЯЖЕНИЕ**

1. Каны. Для готовки мы взяли кастрюлю «Татонка» 3 л, а для приготовления чая был взят JetBoil (Максим приобрёл в личку).
2. Разделочная доска. Взяли маленькую пластиковую разделочную доску, которая очень удобно помещалась в чехол для кастрюли.
3. Нож. Использовали ножи из КЛМН.
4. Скатерть. В качестве скатерти взяли кусок тонкого белого полиэтилена.
5. Половник. Использовался только для раздачи основного блюда, т.к. чай из JetBoil мы черпали кружками или наливали просто через край.
6. Костровые рукавицы.
7. Соль, специи и приправы.
8. Губка для мытья посуды.
9. Средство для мытья посуды – взяли небольшой пузырёк, который, в конечном итоге, пришлось выкинуть, т.к. он треснул, и средство сильно вытекало.

### **6. КОММЕНТАРИИ, ВЫВОДЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ.**

При составлении меню были учтены все пожелания участников. Оказалось, что никто не имеет аллергии на какие-либо продукты и никаких особых предпочтений никто не высказал, за исключением отказа некоторых участников от пшенной каши на завтрак, которая была с успехом заменена на кус-кус.

При подготовке раскладки я руководствовался классическим меню, но делалась скидка на то, что не все продукты получится найти в сельских магазинах. Меню было согласовано и утверждено группой за неделю до похода и никаких проблем с питанием на маршруте не возникло.

По указанию руководителя, для уменьшения веса рюкзаков раскладка закупалась на маршруте. Тем не менее, Командир выделил список продуктов для закупки в Москве, т.к. данные позиции закупить в Карпатах, по его опыту, не представлялось возможным .

Особенностью нашего похода было то, что из-за малочисленности нашей группы горячие блюда у нас всегда получались с добавкой, поэтому бутербродов на ужины-завтраки съедалось меньше. Кроме того, поскольку у нас не было конкретной раскладки в поезд, у нас осталось довольно много продуктов, которые мы доедали ещё несколько дней.

Чтобы не везти лишних продуктов, всегда есть смысл использовать для обеда места общественного питания, если на маршруте таковые встречаются, и качество предлагаемой в них еды не вызывает сомнений. У нас заранее было запланировано, что мы обедаем в кафе через раз. В целом, кафе у нас попадались именно с такой периодичностью. И в тех кафе, где мы обедали, кормили вкусно и недорого. Лишь кафе «Эдельвейс» в г. Рахов вызвало некоторые опасения.

В походе всегда очень хочется фруктов и овощей. Поэтому, если есть возможность купить свежие фрукты и овощи, эту возможность надо использовать.

## **7. ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ**

В Карпатах не всегда есть возможность купить качественные мясные консервы для супа на обед. Зато есть возможность купить хорошую колбасу или варено-копчёное мясо (шейку, карбонад и пр.). И эти мясные деликатесы могут с успехом заменить консервы в супе.

## 8. РАСКЛАДКА (цикл на 4 дня)

### День 1

Количество участников		4													
Мужские		3													
Женские		1													
								06. ав		граммы					
Наименование продукта		Норма	ккал/100г	Б	Ж	У	г/г	Б	Ж	У	Ккал				
ЗАВАТРАК	4 злака	50	327	13	2	68	X	6,5	1	34	163,5				
	Сухое молоко в кашу	10	362	38	1	50	X	3,8	0,1	5	36,2				
	Сахар в кашу	10	374	0	0	99	X	0	0	9,9	37,4				
	Изюм в кашу	10	279	2	1	65	X	0,2	0,1	6,5	27,9				
	<b>Сыр</b>	50	360	25	30	0	X	12,5	15	0	180				
ПРИЯТНОСТИ	<i>Пряники шоколадные</i>	30	438	10	10	70	X	3	3	21	131,4				
	<b>Суп "Русский продукт"</b>	30	281	9,4	1,25	58,2	X	2,82	0,375	17,46	84,3				
ОБЕД	<b>"Парушка"</b>	15	337	10,4	1,13	74,9	X	1,56	0,17	11,24	50,55				
	<b>Супчик</b>	50	455	22	40	0	X	11	20	0	227,5				
	<i>Хлеб</i>	10	300	10	1	69	X	1	0,1	6,9	30				
УЖИН	<b>Макароны</b>	90	344	10	1	75	X	9	0,9	67,5	309,6				
	<b>Мясо консервы</b>	50	305	16	27	0	X	8	13,5	0	152,5				
	Чеснок	5	106	0	0	0	X	0	0	0	5,3				
	Лимонный	10	30	0	0	0	X	0	0	0	3				
	<i>Мини мексы</i>	30	300	12	30	45	X	3,6	9	13,5	90				
ПРОВОД	<i>Хлеб</i>	10	300	10	1	69	X	1	0,1	6,9	30				
	Чай	9	0	0	0	0	X	0	0	0	0				
	Сахар в чай	10	374	0	0	99	X	0	0	9,9	37,4				
	Специи	5	0	0	0	0	X	0	0	0	0				
	Шоколад Инд.	50	568	4	29	60	X	2	14,5	30	284				
	Орехи + Сухофр. Инд.	40	450	14	56	11	X	5,6	22,4	4,4	180				
	Конфеты Инд.	25	390	6	37	46	X	1,5	9,25	11,5	97,5				
	Перезаправленный шоколад	100	568	4	29	60	X	4	29	60	568				
	Соль	3	0	0	0	0	X	0	0	0	0				
									<b>77,1</b>	<b>138,5</b>	<b>315,7</b>	<b>2726,1</b>			
								<b>Итого, вес на 1 чел., г</b>			<b>702</b>				

## День 2

Количество участников		4										
Мужчины:		3										
Женщины:		1										
							0 7. а в г	граммы				
	Наименование продукта	Нор- ма	ккал/ 100г	Б	Ж	У	З	Б	Ж	У	Ккал	
З А В Т Р А К	Кус-Кус	50	334	8	2	62	X	4	1	31	167	
	Сухое молоко в кашу	10	362	38	1	50	X	3,8	0,1	5	36,2	
	Сахар в кашу	10	374	0	0	99	X	0	0	9,9	37,4	
	Курага в кашу	10	272	2	1	65	X	0,2	0,1	6,5	27,2	
	<b>Сыр</b>	50	360	25	30	0	X	12,5	15	0	180	
	<i>Мини кексы</i>	30	300	12	30	45	X	3,6	9	13,5	90	
О Б Е Д	<i>Хлеб</i>	30	300	10	1	69	X	3	0,3	20,7	90	
	<i>Сыр</i>	50	360	25	30	0	X	12,5	15	0	180	
	<i>Колбаса 3</i>	50	700	2	80	0	X	1	40	0	350	
У Ж И Н	<i>Гречка</i>	90	327	13	2	68	X	11,7	1,8	61,2	294,3	
	<i>Мясо консервы</i>	50	305	16	27	0	X	8	13,5	0	152,5	
	Чеснок	5	106	0	0	0	X	0	0	0	5,3	
	<i>Печенье миндальное</i>	30	300	12	30	45	X	3,6	9	13,5	90	
П Р О Ч Е	Хлеб	10	300	10	1	69	X	1	0,1	6,9	30	
	Чай	9	0	0	0	0	X	0	0	0	0	
	Сахар в чай	10	374	0	0	99	X	0	0	9,9	37,4	
	Специи	5	0	0	0	0	X	0	0	0	0	
	Шоколад Инд.	50	568	4	29	60	X	2	14,5	30	284	
	Орехи + Сухофрукты Инд.	40	450	14	56	11	X	5,6	22,4	4,4	180	
	Конфеты Инд.	25	390	6	37	46	X	1,5	9,25	11,5	97,5	
	Перевальный шоколад	100	568	4	29	60	X	4	29	60	568	
Соль	3	0	0	0	0	X	0	0	0	0		
								<b>78,0</b>	<b>180,1</b>	<b>284,0</b>	<b>2896,8</b>	
<b>Итого, вес на 1 чел., г</b>											<b>717</b>	

### День 3

<b>Количество участников</b>		<b>4</b>											
<b>Мужчины:</b>		<b>3</b>											
<b>Женщины:</b>		<b>1</b>											
								<b>0 8 · а в г</b>		<b>Грамм</b>			
	<b>Наименование продукта</b>	<b>Норма</b>	<b>ккал/100г</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>4</b>	<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Ккал</b>		
З А В Т Р А К	<b>Геркулес (Хлопья)</b>	50	345	12	6	65	X	6	3	32,5	172,5		
	Сухое молоко в кашу	10	362	38	1	50	X	3,8	0,1	5	36,2		
	Сахар в кашу	10	374	0	0	99	X	0	0	9,9	37,4		
	Чернослив в кашу	10	264	2	1	65	X	0,2	0,1	6,5	26,4		
	<b>Сыр</b>	50	360	25	30	0	X	12,5	15	0	180		
	<i>Печенье миндальное</i>	30	300	12	30	45	X	3,6	9	13,5	90		
О Б Е Д	Суп "Русский продукт"	30	281	9,4	1,25	58,2	X	2,82	0,375	17,46	84,3		
	"Паутинка"	15	337	10,4	1,13	74,9	X	1,56	0,17	11,24	50,55		
	<b>Консервы мясные</b>	50	305	16	27	0	X	8	13,5	0	152,5		
	<b>Хлеб</b>	10	300	10	1	69	X	1	0,1	6,9	30		
У Ж И Н	<b>Чечевица</b>	90	324	25	1	50	X	22,5	0,9	45	291,6		
	<b>Рыбные консервы</b>	50	135,68	20,9 7	5,88	0,04	X	10,48	2,94	0,02	67,84		
	Чеснок	5	106	0	0	0	X	0	0	0	5,3		
	<i>Мини-рулеты</i>	20	377,38	4,6	17,5 1	59,6	X	0,92	3,50	11,93	75,476		
П Р О Ч Е	Хлеб	10	300	10	1	69	X	1	0,1	6,9	30		
	Чай	9	0	0	0	0	X	0	0	0	0		
	Сахар в чай	10	374	0	0	99	X	0	0	9,9	37,4		
	Специи	5	0	0	0	0	X	0	0	0	0		
	Шоколад Инд.	50	568	4	29	60	X	2	14,5	30	284		
	Орехи + Сухофрукты Инд.	40	450	14	56	11	X	5,6	22,4	4,4	180		
	Конфеты Инд.	25	390	6	37	46	X	1,5	9,25	11,5	97,5		
	Перевальный шоколад	100	568	4	29	60	X	4	29	60	568		
	Соль	3	0	0	0	0	X	0	0	0	0		
								<b>87,5</b>	<b>123,9</b>	<b>282,6</b>	<b>2497,0</b>		
								<b>Итого, вес на 1 чел., г</b>			<b>682</b>		



## 10. Итоги, выводы и рекомендации по прохождению маршрута

Подводя итоги, можно сказать, что программа похода выполнена. Если бы не досадная поломка, выполнили бы программу максимум по запасному варианту. ПДД и безопасность соблюдалась всеми участниками, что в малой группе не сложно проконтролировать.

Так как команда собралась из участников школьного похода, проблем с командой не возникало. Более пристальное внимание следует обращать на состояние велосипеда, как самому участнику похода, так и механику. Буквально "облизать" все велосипеды, на предмет исправности всех узлов.

Поход пройден успешно, чему в немалой степени способствовали моральная готовность участников и их физическая подготовленность. Значимую роль сыграло общее техническое состояние велосипедов, которые выдерживали нагрузки, позволяя более полно использовать световой день для движения, с минимальными временными затратами на ремонты.

Нам фантастически повезло с погодой. За все дни дождь был лишь 3 раза, но и после дождя не асфальтированные участки маршрута оказывались в достаточной степени проезжаемыми. Сухие, в большинстве своём, дороги значительно упростили продвижение по маршруту и позволили двигаться достаточно интенсивно. В случае менее благоприятной погоды нахождение маршрута может потребоваться значительно больше времени и усилий команды.

Поддерживать высокий темп позволяет уверенное знание местности, что дает возможность вовремя закупаться и пополнять запасы воды; грамотное ориентирование; своевременный медицинский контроль и самоконтроль; правильное питание и полноценный отдых, в том числе — сон.

По маршруту найти дрова достаточно проблематично. Поэтому необходимо обязательно брать с собой горелку и газ, для группы из 4 человек горелок бралось две. Двух 450-граммовых баллонов газа для 4 человек хватает на 8 полноценных готовок (готовится в 3-х литровой кастрюле каша и в 3-хлитровом JetBoil чай).

Вполне допустимо устраивать ночлеги недалеко от «населенки» — местное население вполне лояльно относится к туристам, — хотя демонстративно становиться у всех на виду тоже не следует.

Можно совершать данный поход в начале мая. Маршрут будет более насыщенный, но в этом случае, не следует забывать про техническую проработку маршрута и физическую подготовку участников.

# Приложение 1.

## Бальная оценка сложности велосипедного маршрута

### 1. Расчет эквивалентного пробега по ЛП

#### Переправы

Местоположение	Характеристика препятствия	Эквивалент, км
Приток р. Юрын-Звор, на подъёме к оз. Синевир	Брод, скорость течения не более 0,5 м/сек, глубина менее 0,5 м, преодолевается в седле или в брод	0,5
Приток р. Мокрянка 4 шт., на спуске с пер. Прислоп	Брод, скорость течения не более 0,5 м/сек, глубина менее 0,5 м, преодолевается в седле или в брод	2

Итого, эквивалентный пробег (ЛП) составляет 2,5 км

#### ИНТЕНСИВНОСТЬ

$$I = (L_{\text{ф}} + \text{ЛП}) * 1,2 * T_{\text{н}} / (T_{\text{ф}} * L_{\text{н}}) = (530,39 + 2,5) * 1,2 * 10 / (11 * 500) = 1,163$$

#### АВТОНОМНОСТЬ

$$A=1$$

## 2. Расчет категории трудности протяженных препятствий

### ПП1: Подъём Гусный - Ростока

#### *Общая информация о препятствии*

Район: Карпаты  
Подрайон: Закарпатская область  
Границы: село Гусный — село Ростока  
Протяженность (км): 5,47  
Мах высота (м): 908  
Абсолютный набор высоты (м): 301  
Вид препятствия: *горный*

#### *Расчёт препятствия*

$$КТ = K_{нв} * K_{в} * K_{пк} * K_{кр} * СГ$$

Коэффициент набора высоты ( $K_{нв}$ ) = 1,05

Коэффициент абсолютной высоты ( $K_{в}$ ) = 1,08

Коэффициент дорожного покрытия ( $K_{пк}$ ) = 1,3  
(каменистая грунтовая дорога, мелкощебёночная дорога)

Коэффициент крутизны ( $K_{кр}$ ) = 1,075

Определяется по среднему значению уклона КР на подъеме:

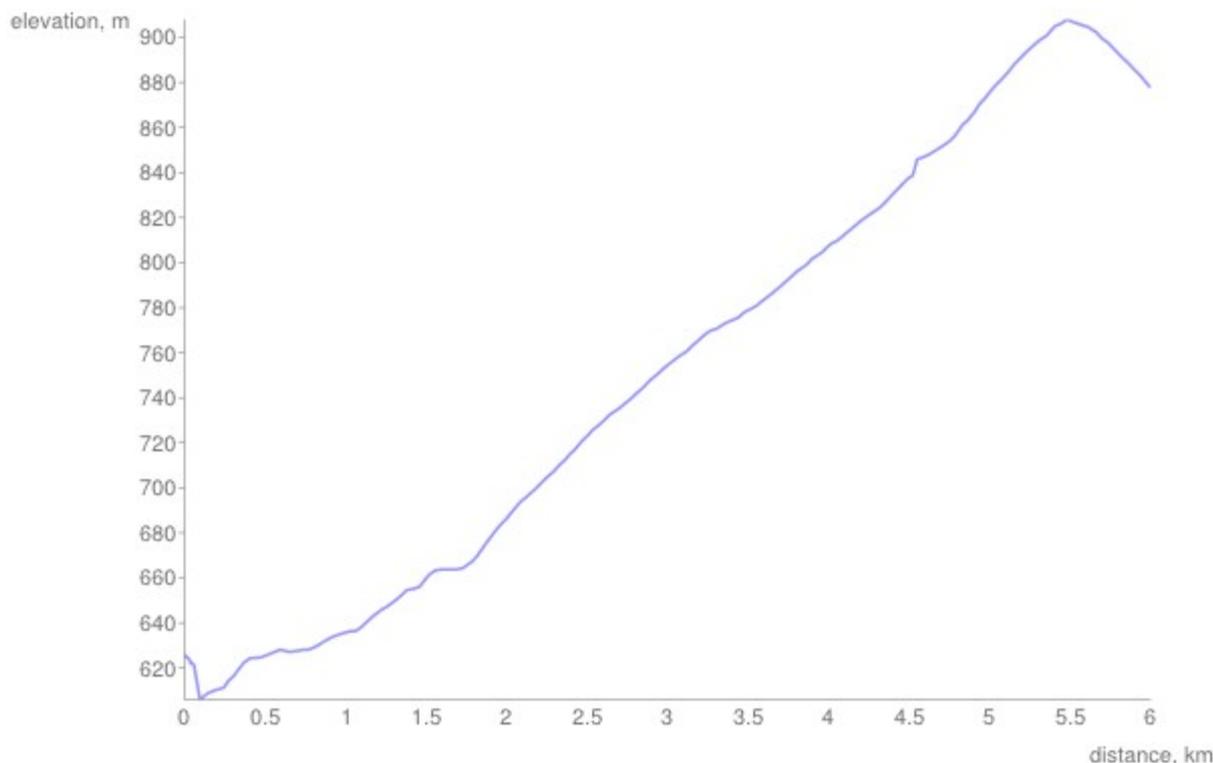
$$КР = (Вк - Вн) / Lп \text{ (в \%)} = (301 / 5470) * 100\% = 5,5\%$$

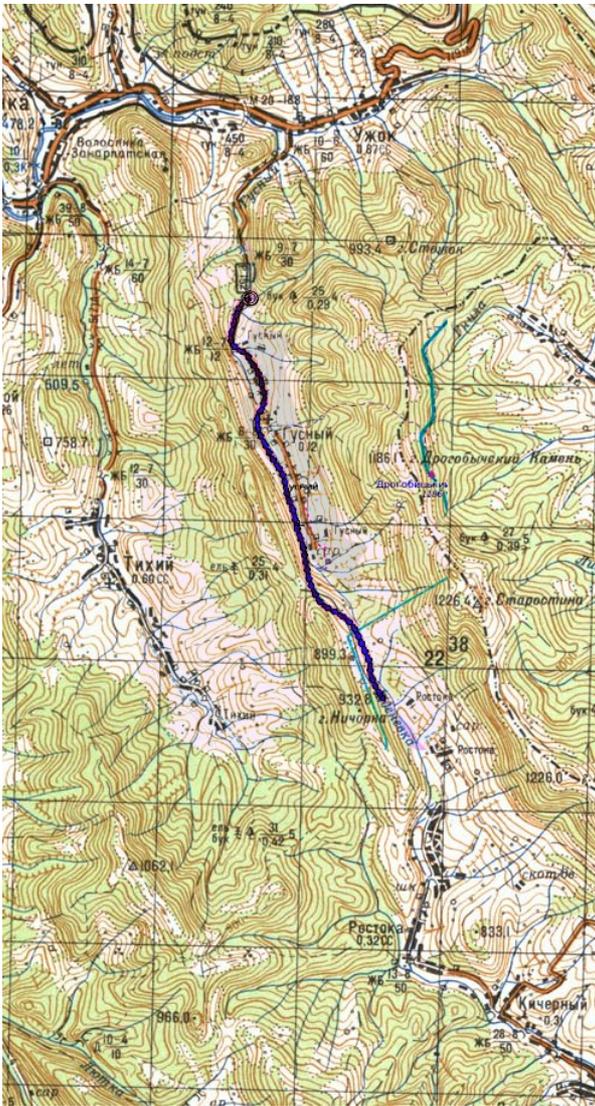
Сезонно-географический показатель (СГ) – 1,0

$$КТ = 1,05 * 1,08 * 1,3 * 1,075 * 1,0 = 1,58$$

### Препятствие 2 КТ

#### *Высотный график препятствия*





## ПП2: Верхние ворота-пер. Менчил-Воловец-вдп.Шипот

### **Общая информация о препятствии**

Район: Карпаты  
Подрайон: Закарпатская область  
Границы: Верхние ворота-вдп.Шипот  
Протяженность (км): 31,53  
Мах высота (м): 835  
Абсолютный набор высоты (м): 388  
Вид препятствия: *равнинный*

### **Расчет препятствия**

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

Коэффициента дорожного покрытия ( $K_{пк}$ ) – 0,8  
(асфальт)

Коэффициент протяженности препятствия  
 $K_{пр} = 1 + L_{пп} / 100 = 1 + 31,53 / 100 = 1,315$

Коэффициент пересеченности местности ( $K_{пер}$ ) – 1,2  
(Среднепересеченная местность со средними уклонами подъемов 4%-6% и перепадами высот от 50 до 100 м)

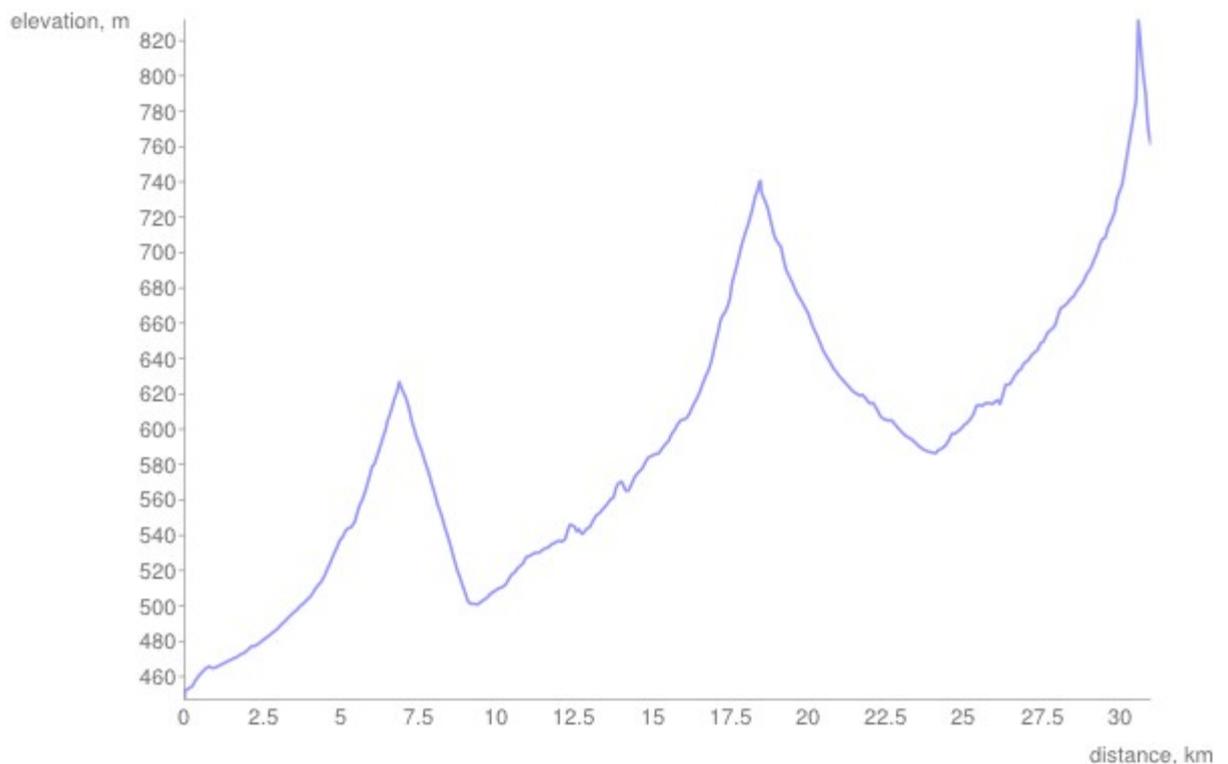
Коэффициент абсолютной высоты ( $K_{в}$ ) – 1,067

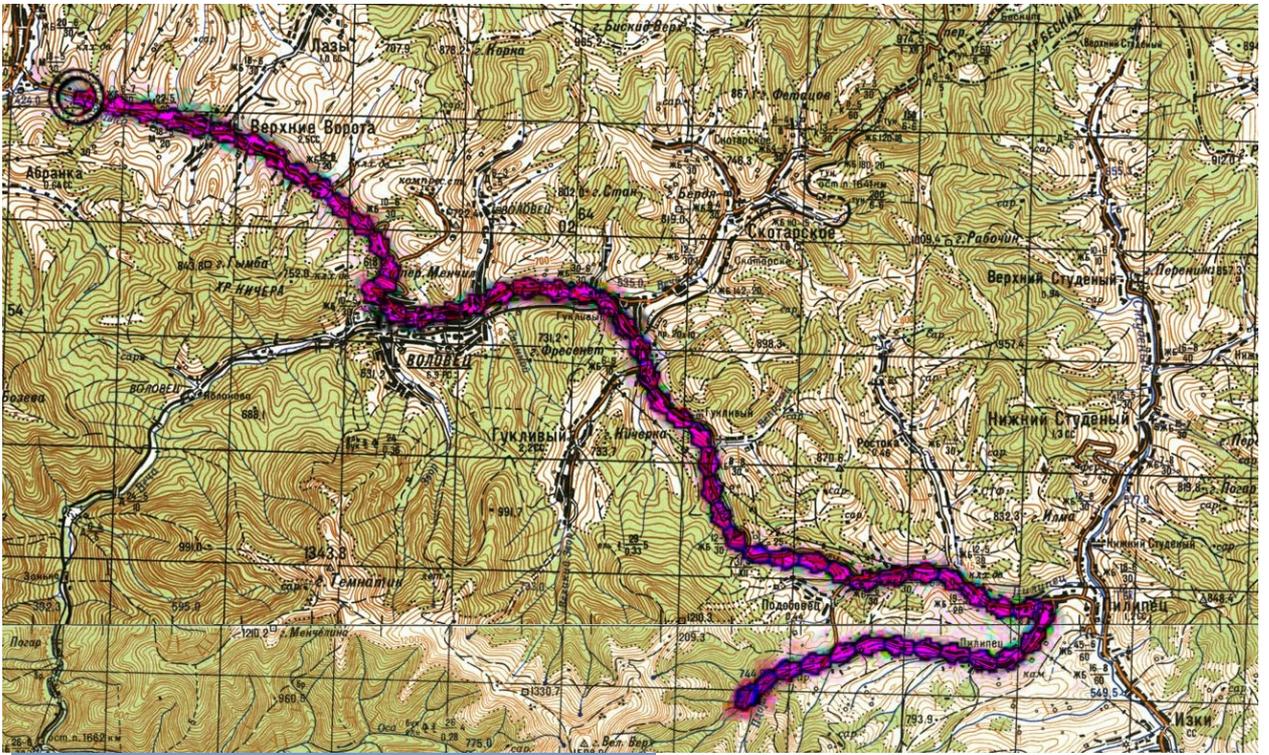
Сезонно-географический показатель ( $СГ$ ) – 1,0

$$КТ = 0,8 * 1,315 * 1,2 * 1,067 * 1,0 = 1,35$$

Препятствие 1 КТ

### **Высотный график препятствия**





## ПП 3: Подъём к оз. Синевир

### **Общая информация о препятствии**

Район: Карпаты

Подрайон: Закарпатская область

Границы: с. Лапушное-оз. Синевир

Протяженность (км): 7,38

Мах высота (м): 1186

Абсолютный набор высоты (м): 517

Вид препятствия: *горный*

### **Расчёт препятствия**

$$КТ = K_{нв} * K_{в} * K_{пк} * K_{кр} * СГ$$

Коэффициент набора высоты ( $K_{нв}$ ) = 1,16

Коэффициент абсолютной высоты ( $K_{в}$ ) = 1,14

Коэффициент дорожного покрытия ( $K_{пк}$ ) = 1,6

(крупнощебеночная дорога (преобладающий размер камней 30 мм и выше))

Коэффициент крутизны ( $K_{кр}$ ) = 1,167

Определяется по среднему значению уклона КР на подъеме:

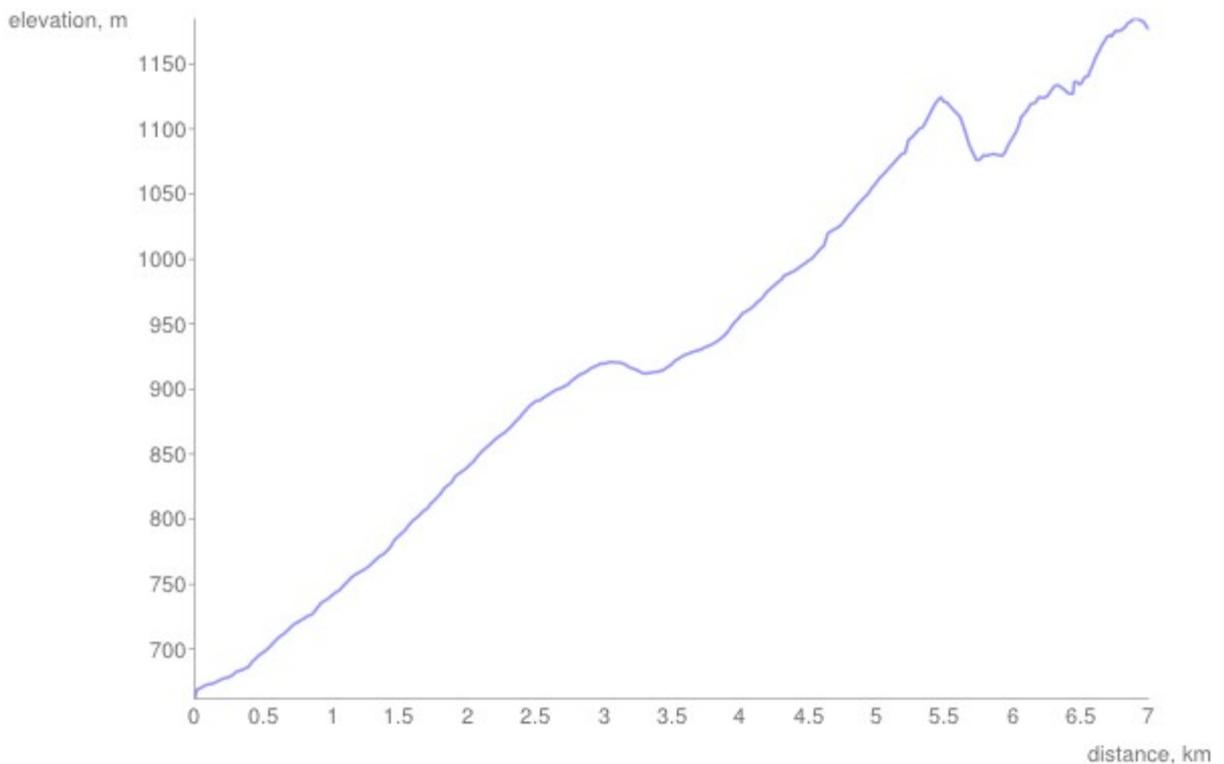
$$КР = (Вк - Вн) / Lп (в \%) = (517 / 7380) * 100\% = 7,0\%$$

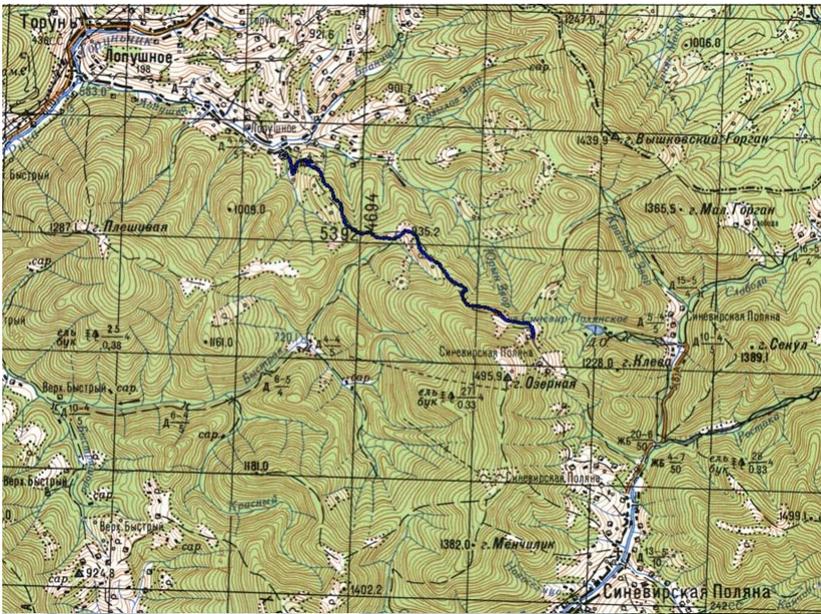
Сезонно-географический показатель (СГ) – 1,0

$$КТ = 1,16 * 1,14 * 1,6 * 1,167 * 1,0 = 2,47$$

Препятствие 3 КТ

### **Высотный график препятствия**





## ПП 4: Подъём на пер. Прислоп

Общая информация о препятствии

Район: Карпаты

Подрайон: Закарпатская область, Главный Карпатский хребет

Границы: с. Колочава-пер. Прислоп-с. Комсомольск

Протяженность (км): 5,53

Мах высота (м): 934

Абсолютный набор высоты (м): 291

Вид препятствия: горный

Расчёт препятствия

$$КТ = K_{нв} * K_{в} * K_{пк} * K_{кр} * СГ$$

Коэффициент набора высоты ( $K_{нв}$ ) = 1,046

Коэффициент абсолютной высоты ( $K_{в}$ ) = 1,087

Коэффициент дорожного покрытия ( $K_{пк}$ ) = 2,0

(используемая лесовозная, тракторная дорога);

Коэффициент крутизны ( $K_{кр}$ ) = 1,063

Определяется по среднему значению уклона КР на подъеме:

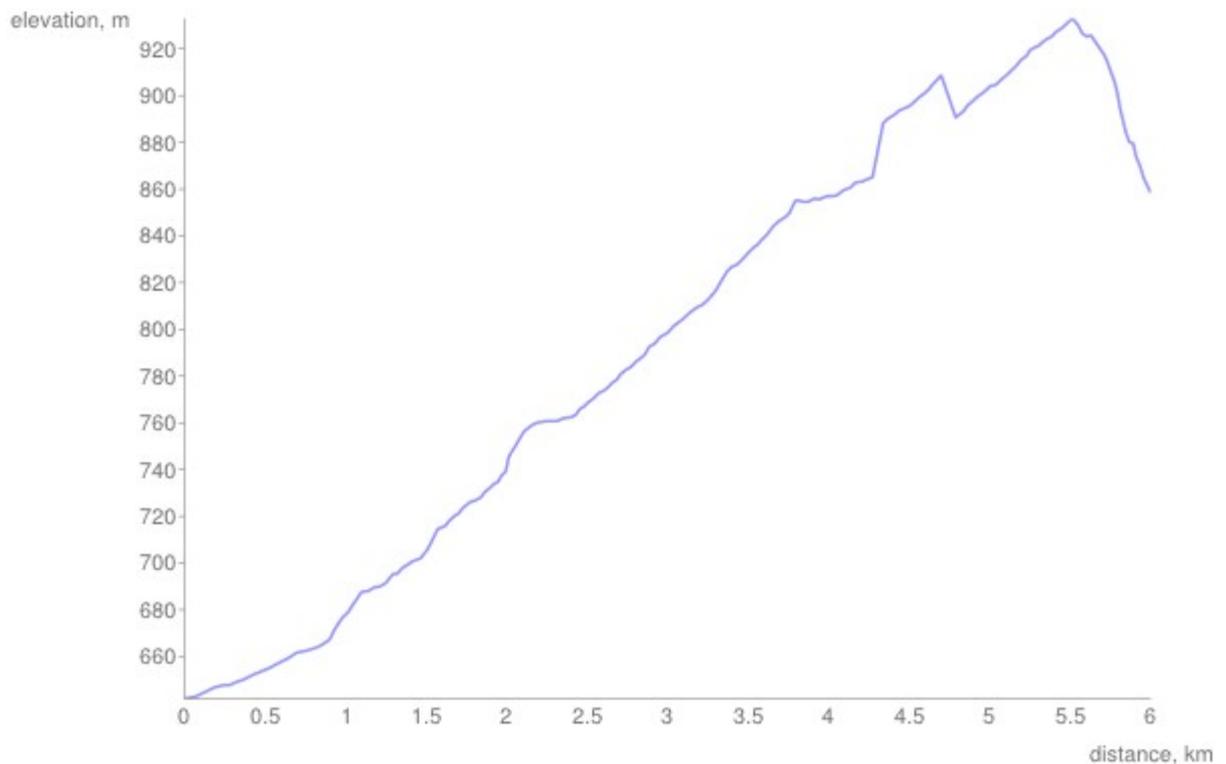
$$КР = (Вк - Вн) / Lп \text{ (в \%)} = (291 / 5530) * 100\% = 5,3\%$$

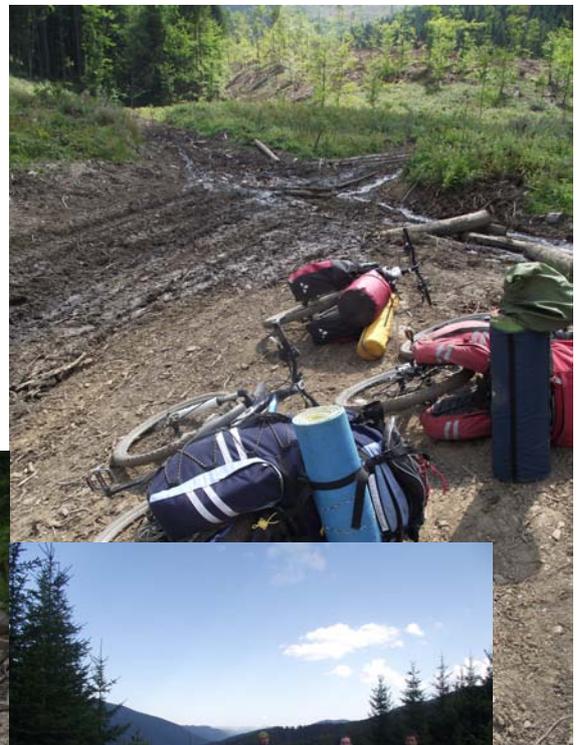
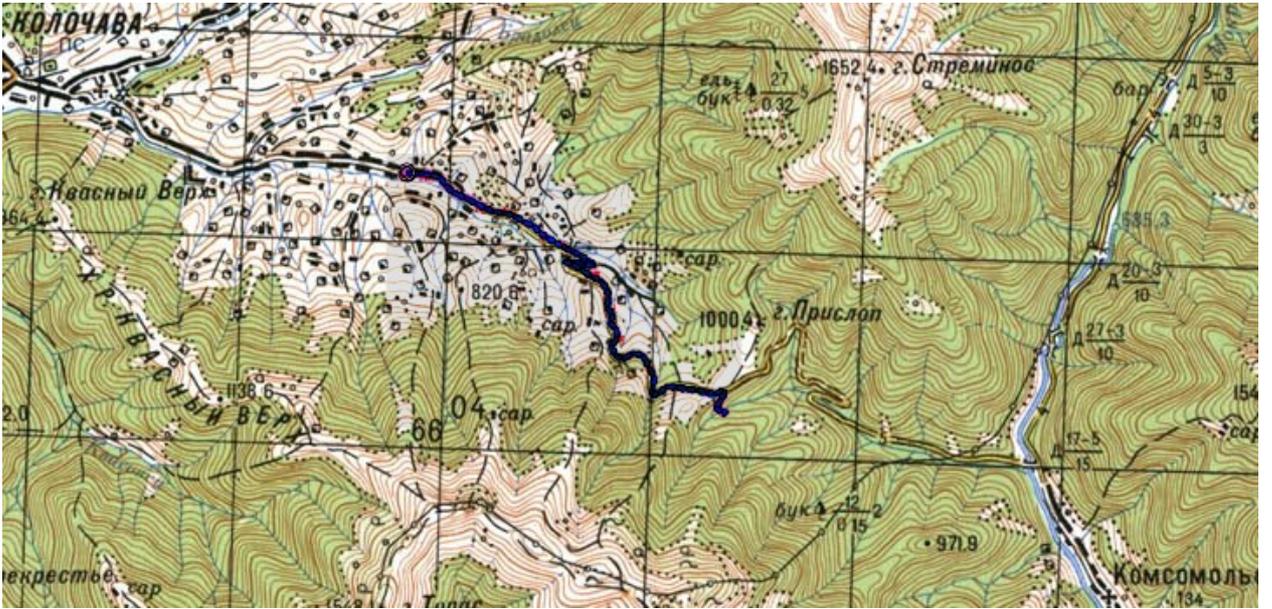
Сезонно-географический показатель (СГ) – 1,0

$$КТ = 1,046 * 1,087 * 2,0 * 1,063 * 1,0 = 2,42$$

Препятствие 3 КТ

Высотный график препятствия





## ПП 5: пер. Калиненский

Общая информация о препятствии

Район: Карпаты

Подрайон: Закарпатская область, Главный Карпатский хребет

Границы: с. Калины-пер. Калиненский-с. Водицы

Протяженность (км): 53,60

Мах высота (м): 674

Абсолютный набор высоты (м): 284

Вид препятствия: горный

Расчет препятствия

$$КТ = K_{нв} * K_{в} * K_{пк} * K_{кр} * СГ$$

Коэффициент набора высоты ( $K_{нв}$ ) = 1,042

Коэффициент абсолютной высоты ( $K_{в}$ ) = 1,035

Коэффициент дорожного покрытия ( $K_{пк}$ ) = 1,6

(каменистая горная дорога со значительными неровностями, уступами, выступающими частями скального массива (преобладающий размер камней 30 мм и выше));

Коэффициент крутизны ( $K_{кр}$ ) = 1,065

Определяется по среднему значению уклона КР на подъеме:

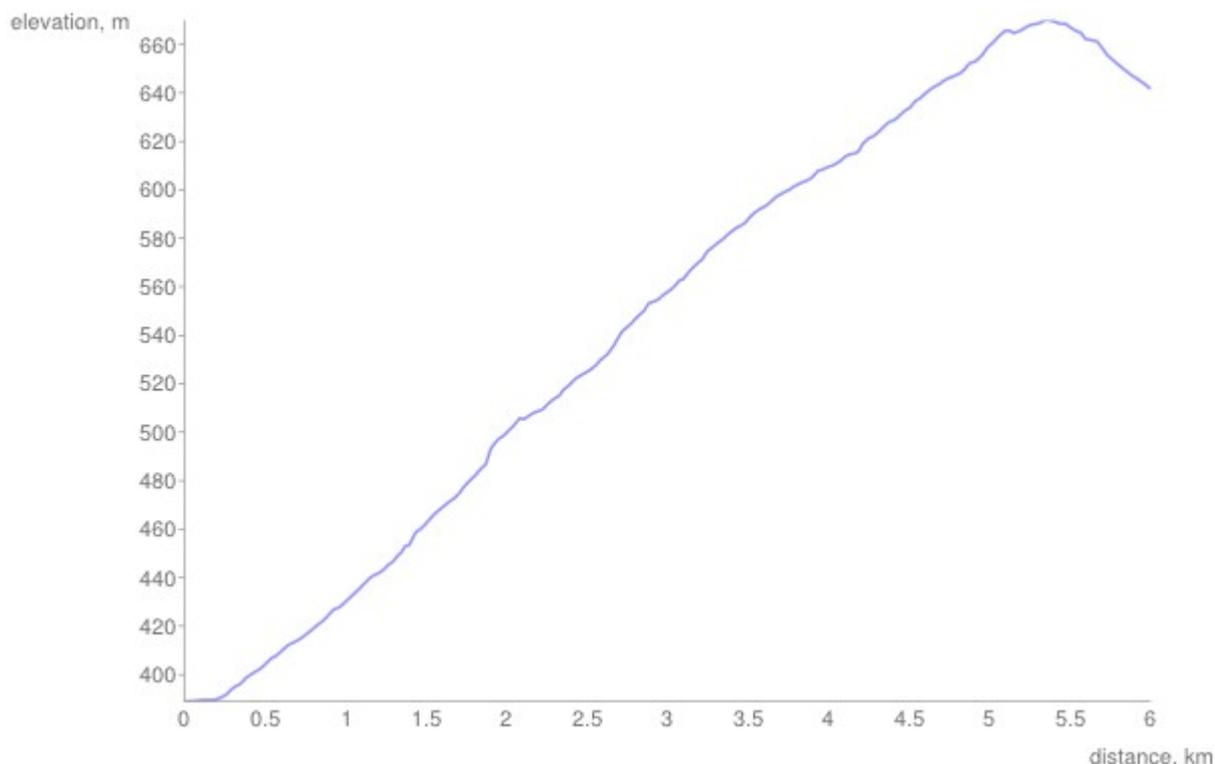
$$КР = (Вк - Вн) / Lп \text{ (в \%)} = (284 / 5360) * 100\% = 5,3\%$$

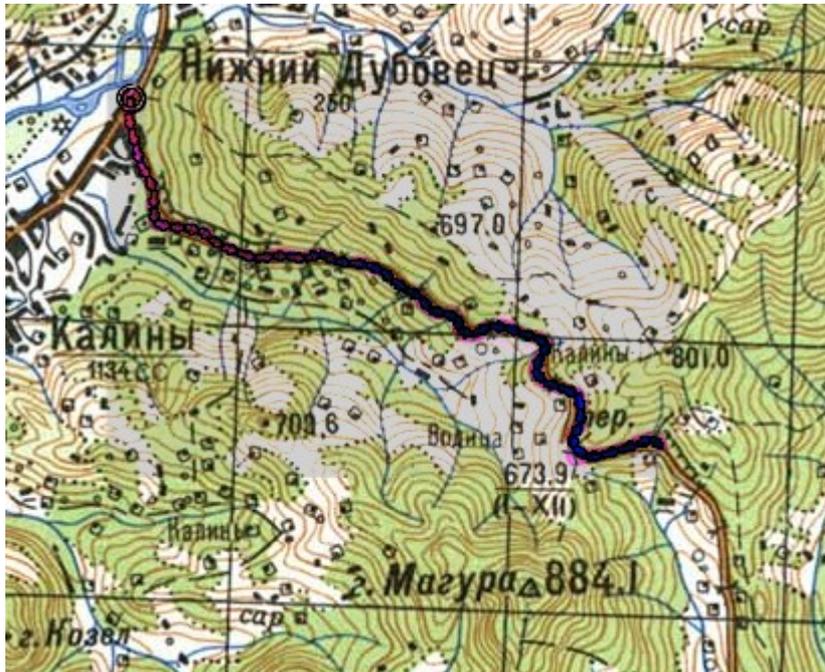
Сезонно-географический показатель (СГ) – 1,0

$$КТ = 1,042 * 1,035 * 1,6 * 1,065 * 1,0 = 1,84$$

Препятствие 2 КТ

Высотный график препятствия





**ПП6: Связка перевалов:**  
**Водицкий пер. (614,0) -пер. Тювшак (727,0)**

Общая информация о препятствии

Район: Карпаты

Подрайон: Закарпатская область

Границы: с. Водиця-с. Кобылецкая поляна

Протяженность (км): 16,52

Мах высота (м): 727

Абсолютный набор высоты (м): 379

Вид препятствия: равнинный

Расчет препятствия

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

Коэффициента дорожного покрытия ( $K_{пк}$ ) – 1,3

(каменистая горная дорога со значительными неровностями, уступами, выступающими частями скального массива (преобладающий размер камней 30 мм и выше));

Коэффициент протяженности препятствия

$$K_{пр} = 1 + L_{пп} / 100 = 1 + 16,52 / 100 = 1,165$$

Коэффициент пересеченности местности ( $K_{пер}$ ) – 1,4

(Сильнопересеченная местность с уклонами подъемов более 6% и перепадами высот от 100 до 200 м)

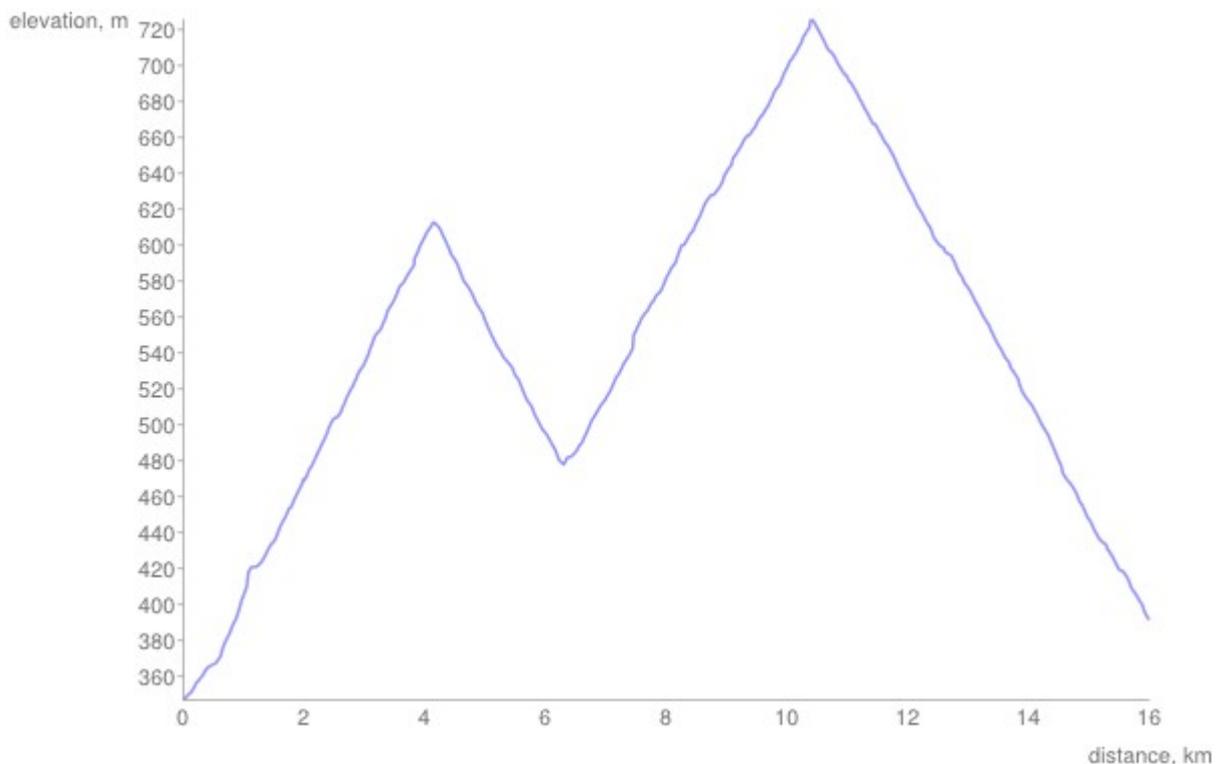
Коэффициент абсолютной высоты ( $K_{в}$ ) – 1,045

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

$$КТ = 1,3 * 1,165 * 1,4 * 1,045 * 1,0 = 2,72$$

Препятствие 3 КТ

Высотный график препятствия



## ПП 7: подъём на перевал Кабыла

Общая информация о препятствии

Район: Карпаты

Подрайон: Закарпатская область, Главный Карпатский хребет

Границы: с. Кобылецкая поляна-с. Косовская поляна

Протяженность (км): 7,39

Мах высота (м): 883

Абсолютный набор высоты (м): 467

Вид препятствия: горный

Расчёт препятствия

$$КТ = K_{нв} * K_{в} * K_{пк} * K_{кр} * СГ$$

Коэффициент набора высоты ( $K_{нв}$ ) = 1,034

Коэффициент абсолютной высоты ( $K_{в}$ ) = 1,076

Коэффициент дорожного покрытия ( $K_{пк}$ ) = 1,3

((каменистая грунтовая дорога, мелкощебёночная дорога (преобладающий размер камней от 10 до 20 мм));

Коэффициент крутизны ( $K_{кр}$ ) = 1,021

Определяется по среднему значению уклона КР на подъеме:

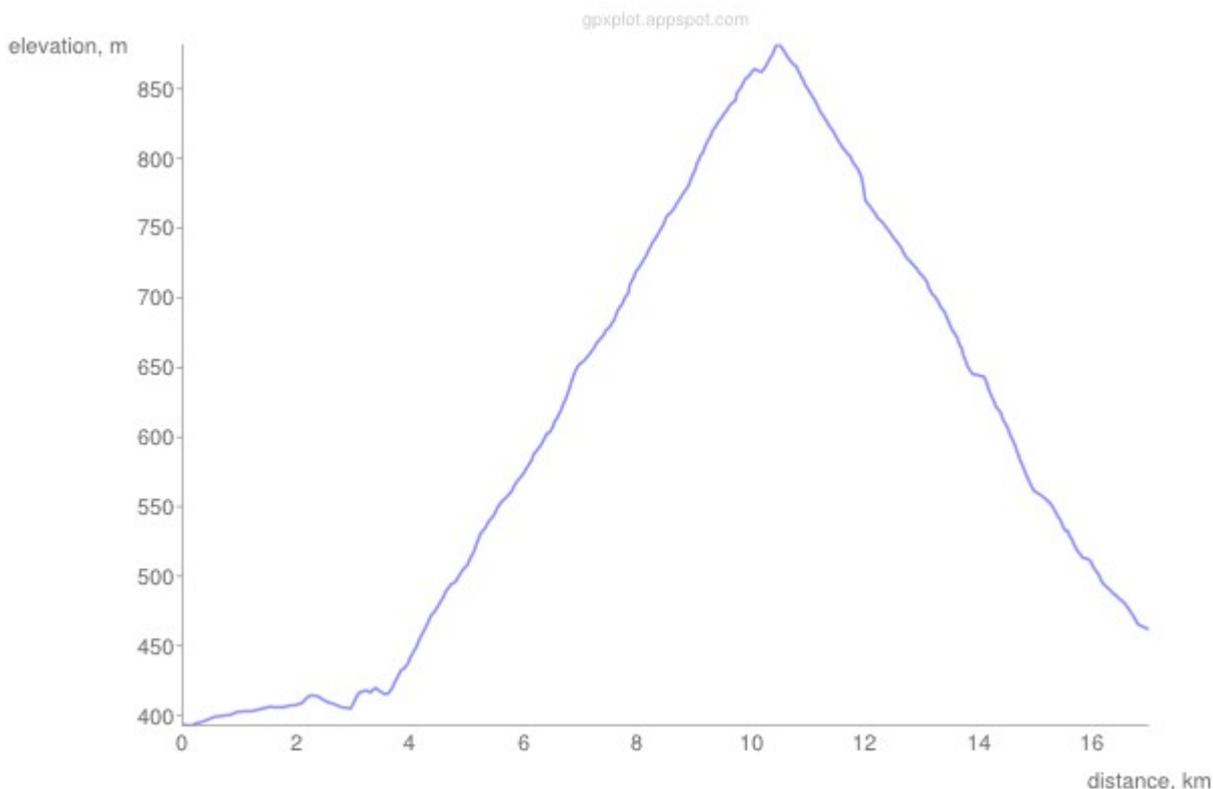
$$КР = (Вк - Вн) / Lп \text{ (в \%)} = (467 / 7390) * 100\% = 6,32\%$$

Сезонно-географический показатель (СГ) – 1,0

$$КТ = 1,034 * 1,076 * 1,3 * 1,021 * 1,0 = 1,47$$

Препятствие 1 КТ

Высотный график препятствия



## ПП 8: подъём на перевал Камен

Общая информация о препятствии

Район: Карпаты

Подрайон: Закарпатская область, Главный Карпатский хребет

Границы: с. Косовская поляна-г. Рахов

Протяженность (км): 11,21

Мах высота (м): 1024

Абсолютный набор высоты (м): 575

Вид препятствия: горный

Расчёт препятствия

$$КТ = K_{нв} * K_{в} * K_{пк} * K_{кр} * СГ$$

Коэффициент набора высоты ( $K_{нв}$ ) = 1,187

Коэффициент абсолютной высоты ( $K_{в}$ ) = 1,105

Коэффициент дорожного покрытия ( $K_{пк}$ ) = 1,425

$K_{пк} = 1,3$  — 7,85 км (Каменистая грунтовая дорога, мелкощебеночная дорога (преобладающий размер камней 10-20 мм)

$K_{пк} = 0,8$  — 3,36 км (асфальт);

$$K_{пк} = (7,85 * 1,3 + 3,36 * 0,8) / 11,21 = 1,15$$

Коэффициент крутизны ( $K_{кр}$ ) = 1,056

Определяется по среднему значению уклона КР на подъеме:

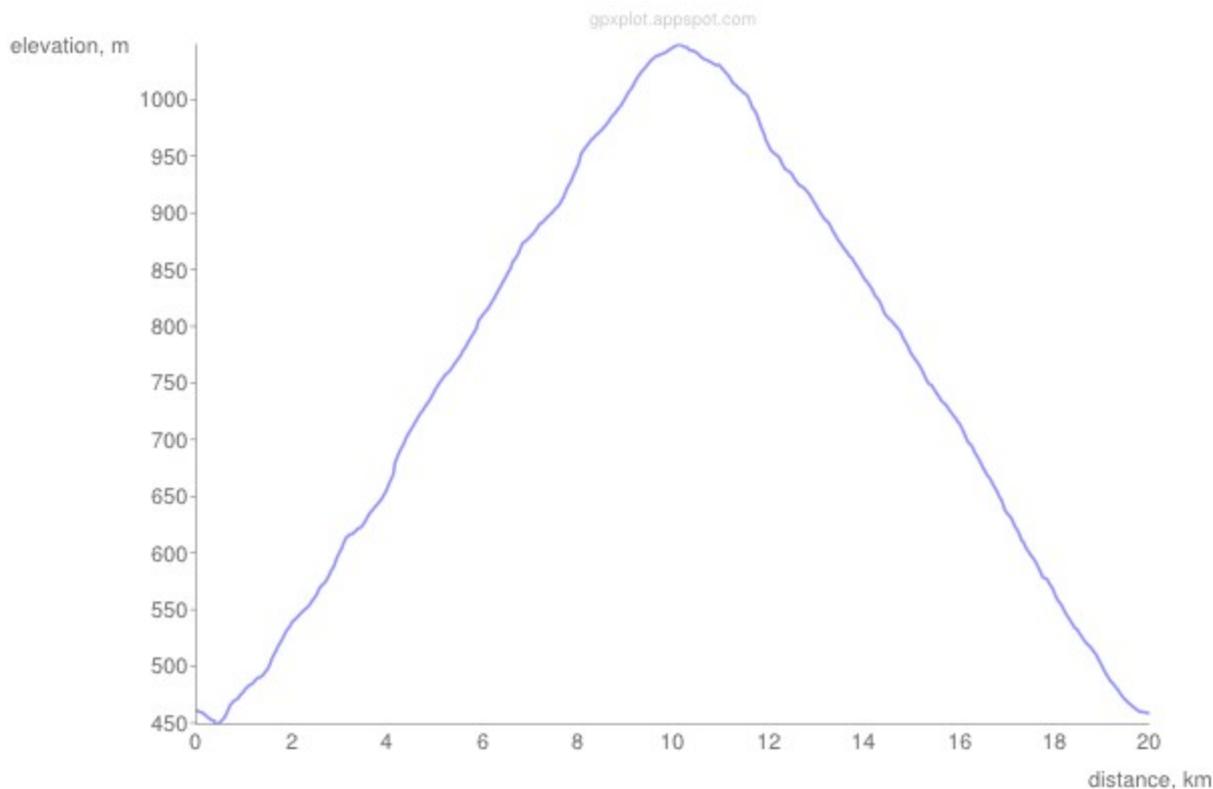
$$КР = (Вк - Вн) / Lп (в %) = (575 / 11210) * 100\% = 5,13\%$$

Сезонно-географический показатель (СГ) – 1,0

$$КТ = 1,187 * 1,105 * 1,15 * 1,056 * 1,0 = 1,59$$

Препятствие 2 КТ

Высотный график препятствия



**ПП9: Связка перевалов:  
Яблоницкий (921,0) — Кривопольский (969,9) — Буковецкий (810,3)**

**Общая информация о препятствии**

Район: Карпаты

Подрайон: Ивано-Франковская область

Границы: Лазещина — Татаров — Ильцы — Буковець

Протяженность (км): 14,22

Мах высота (м): 426

Абсолютный набор высоты (м): 60

Вид препятствия: равнинный

Расчет препятствия

$$KT = K_{пк} * K_{пр} * K_{пер} * K_{в} * CГ$$

Коэффициента дорожного покрытия ( $K_{пк}$ ) – 0,8 (асфальт);

Коэффициент протяженности препятствия

$$K_{пр} = 1 + L_{пп} / 100 = 1 + 16,52 / 100 = 1,142$$

Коэффициент пересеченности местности ( $K_{пер}$ ) – 1,4

(Сильнопоресеченная местность с уклонами подъемов более 6% и перепадами высот от 100 до 200 м)

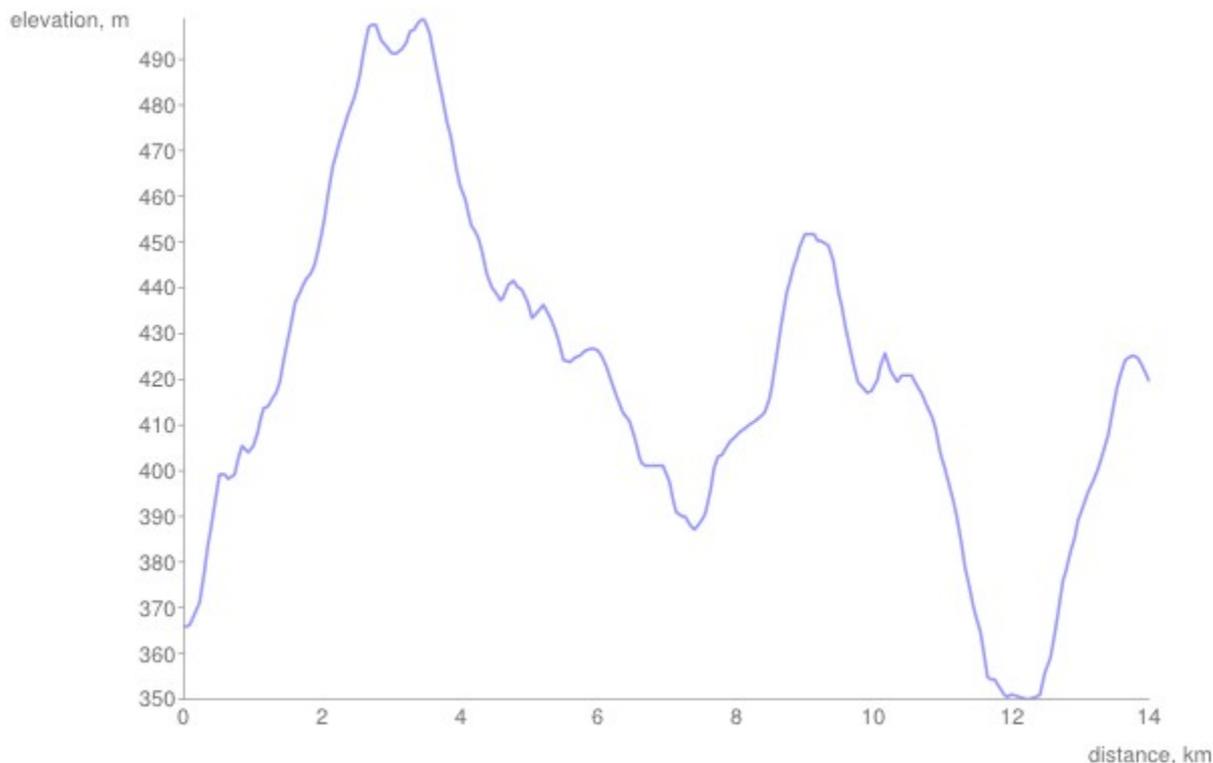
Коэффициент абсолютной высоты ( $K_{в}$ ) – 1,0

Сезонно-географический показатель (СГ) – 1,0

$$KT = 0,8 * 1,142 * 1,4 * 1,0 * 1,0 = 1,28$$

Препятствие 1 КТ

Высотный график препятствия



### 3. Сумма баллов за препятствия,

ПРОТЯЖЕННЫЕ ПРЕПЯТСТВИЯ		КТ	КС
Подъём Гусный - Востока		2	1,58
Верхние ворота-пер. Менчил-Воловец-вдп.Шипот		1	1,35
Подъём к оз. Синевир		3	2,47
Подъём на пер. Прислоп		3	2,42
Подъём на пер. Калиненский		2	1,84
Связка перевалов: Водицкий пер. (614,0) -пер. Тювшак (727,0)		3	2,72
Подъём на пер. Кабыла		1	1,47
Подъём на пер. Камен		2	1,59
Связка перевалов: Яблоницкий (921,0) — Кривопольский (969,9) — Буковецкий (810,3)		1	1,28

Согласно Таблице 2 «Методики категорирования велосипедных маршрутов», в зачет протяженных препятствий пойдут 3 балла за препятствия 1 КТ, 5 баллов за препятствия 2 КТ и 7,61 баллов за препятствия 3 КТ.

Следовательно,  $\Pi = 3 + 5 + 7,61 = 15,61$

#### категория сложности

$$КС = \Pi * I * A = 15,61 * 1,163 * 1,0 = 18,15 \text{ баллов}$$

Согласно Таблице 2 «Методики категорирования велосипедных маршрутов», категория сложности маршрута в баллах (КС=18,15) соответствует 3 категории сложности маршрута.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### Высотный профиль похода

