

Оглавление

Справочные сведения о маршруте	3
Определяющие препятствия маршрута	4
Участники группы	5
Цели и общая характеристика маршрута.....	7
Цели похода	7
Характеристика района.....	7
Достопримечательности.....	8
Ярославль	8
Кострома	12
Красное-на-Волге.....	16
Плес	16
Кинешма	18
График движения	19
Изменения на маршруте	20
Таблица метеонаблюдений	21
Техническое описание прохождения маршрута	21
1 день 12.06.2014, четверг	21
2 день 13.06.2014, пятница.....	23
3 день 14.06.2014, суббота.....	24
4 день 15.06.2014, воскресенье	25
Дополнительные сведения о маршруте.....	27
Список общественного снаряжения.....	27
Состав аптечки первой помощи.....	28
Состав ремонтного набора механика	29
Список велосипедов участников	30
Стоимость питания и средств передвижения	31
Организация питания на маршруте	31
Бальная оценка сложности велосипедного маршрута	34
Определение интенсивности прохождения маршрута	34
Определение автономности прохождения маршрута	35
Расчет категории трудности протяженных препятствий.....	35
Паспорт протяженного препятствия №1	35
Паспорт протяженного препятствия №2	39
Паспорт протяженного препятствия №3	41
Фотоматериалы к маршруту.....	43
Комментарии и выводы	48

Справочные сведения о маршруте

Группа туристов Московского клуба велотуристов прошла велосипедный маршрут первой категории сложности в Центральном Федеральном округе РФ вдоль реки Волга по маршруту:

Ярославль – Большое Филимоново – Красный Профинтерн – Кострома – Спас-Ямщики – Красное-на-Волге – Плес – Новлянское – Кинешма.

Итого за маршрут было пройдено: 304 км

из них по асфальту – 193,6 км

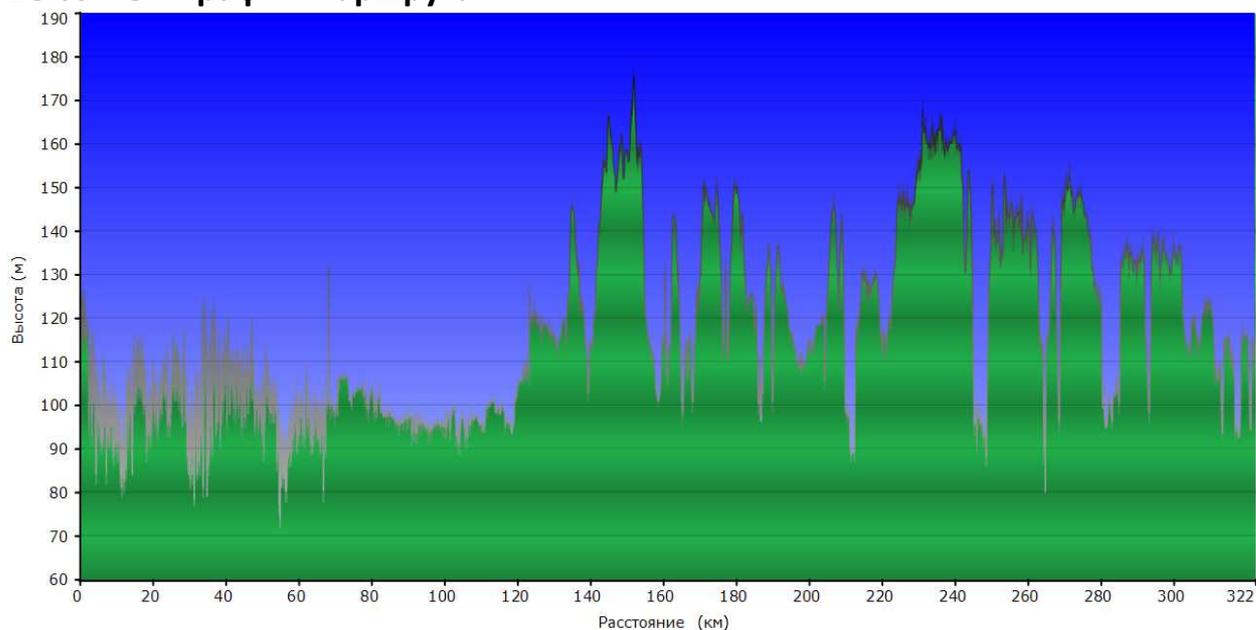
из них по грунту – 79,5 км

из них по песку – 30,9 км.

Общая продолжительность похода: 5 дней.

Ходовых дней 4.

Высотный график маршрута



Карта-схема маршрута



Определяющие препятствия маршрута

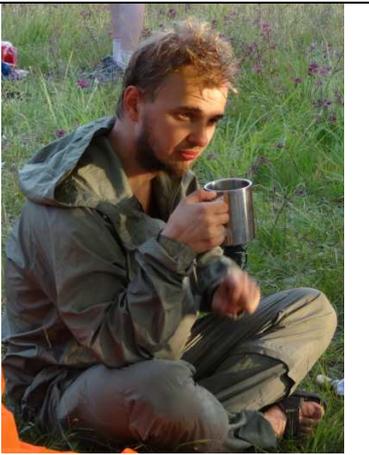
Таблица 1

Наименование	Границы	Категория трудности	Характеристика препятствия
ПП1 Дамба	СТ Елочка – д. Рыбницы	2	Препятствие равнинное. Протяженность препятствия: 30661м. Покрытие: песок, плотный, сухой. Минимальная высота: 82м. Максимальная высота: 106м. Набор высоты: 125м. Сброс высоты: 140м.
ПП2 В Плес	д. Старово - дорога Приволжск – Плес	1	Препятствие равнинное. Протяженность препятствия: 23370м. Покрытие: гравий/щебень, хор. качества, сухой: 14370м грунт, хор. качества, мокрый: 9000м. Минимальная высота: 89м. Максимальная высота: 168м. Набор высоты: 173м. Сброс высоты: 96м.
ПП3 Грунтовка от Плеса до поселка Емельяново	г. Плес– п. Емельяново	2	Препятствие равнинное. Протяженность препятствия: 43573м. Покрытие: гравий/щебень, разбитый Минимальная высота: 89м. Максимальная высота: 153м. Набор высоты: 371м. Сброс высоты: 323м.

Участники группы

Таблица 2

Ф.И.О. участника	Год рождения	Туристский опыт	Должность в группе	Фото
Морозов Вячеслав Андреевич	16.05.1993	4У (Южный Урал)	Руководитель, штурман	
Трубицына Александра Александровна	14.09.1979	4У (Южный Урал) 1Р (Норвегия)	Культорг	
Шумский Павел Яковлевич	25.01.1949	3У (Кольский п-о)	Казначей	
Кулакова Валентина Алексеевна	03.02.1986	2У (Крым)	Медик	
Савин Евгений Анатольевич	13.01.1984	4У (Южный Урал)	Хронометрист	

<p>Урлих Максим Васильевич</p>	<p>03.06.1980</p>	<p>4У (Южный Урал) 1Р (Селигер)</p>	<p>Завснар</p>	
<p>Дрыга Данил Олегович</p>	<p>15.04.1990</p>	<p>4У (Южный Урал)</p>	<p>Механик</p>	
<p>Лещенко Оксана Васильевна</p>	<p>11.01.1986</p>	<p>3У (Кольский п-о) 3У (Турция)</p>	<p>Завхоз</p>	
<p>Сизенков Вадим Александрович</p>	<p>20.09.1986</p>	<p>4У (Южный Урал)</p>	<p>Фотограф, эколог</p>	

Цели и общая характеристика маршрута

Цели похода

Основная идея велосипедного туристского маршрута – проехать вдоль живописной части реки Волга и посетить несколько городов Золотого кольца России, в том числе:

- Ярославль;
- Кострома;
- Плес;
- Кинешма.

Помимо культурных также преследовались спортивные цели, а именно:

- Преодоление препятствий категории трудности не ниже первой;
- Набор километража соответствующего маршруту первой категории сложности;
- Осуществление 100% полевых ночевки на протяжении всего маршрута;
- Поддержание интенсивности маршрута на высоком уровне.

Также ставилась задача научиться руководить группой, так как для руководителя это был первый маршрут в этой должности.

По итогам маршрута, подведенным в обратном поезде, все цели были достигнуты и выполнены в полной мере. Группа в целом осталась довольна, замечаний не было.

Характеристика района

Так как маршрут большей частью пролегал по Ярославской области, данные представлены по ней. Данные по другим областям будут мало, чем отличаться в связи с их относительно малой площадью и территориальной близостью друг к другу.

Географическое положение – Ярославская Костромская и Ивановская области расположены на севере европейской части России, в центре Восточно-Европейской равнины.

Площадь Ярославской области составляет 36,2 тыс. км². Из этого 17,2 тыс. занимают леса, 11,3 тыс. сельхозугодия, 3,9 тыс. водные объекты, 1,1 тыс. болота, прочие земли — 2,7 тыс. км².

Протяжённость с севера на юг — 270, с запада на восток — 220 км. Самая высокая точка — возвышенность Тархов холм на севере Переславского района: 292,4 м над уровнем моря.

Климат - региона умеренно-континентальный, с продолжительными и холодными зимами и коротким, но весьма тёплым летом. Средняя температура января составляет -11°C, а июля +18°C. Раньше почти вся территория области была занята густыми хвойными и смешанными лесами (ель, сосна), но теперь бóльшая их часть замещена вторичными берёзово-осиновыми лесами и пахотными землями. Большие территории заняты также болотами.

Полезные ископаемые здесь — это в основном строительные материалы (песок, гравий, глина) и торф. Также имеются минеральные воды (источники и скважины).

Часовой пояс- Ярославская область находится в часовом поясе, обозначаемом по международному стандарту как Moscow Time Zone (MSK/MSD). Смещение относительно Всемирного координированного времени UTC составляет +4:00.

Гидрография - Вся территория области относится к бассейну одной из крупнейших рек России — Волги, соединяющей регионы Балтийского, Белого, Каспийского, Чёрного и Азовского морей, её протяжённость на территории области — 340 км. Волга зарегулирована плотинами и стала практически цепью водохранилищ: Угличского (ёмкостью 1,2 км³), Рыбинского (25,4 км³, площадь на территории области — 3246 км²) и Горьковского (8,8 км³). Всего по территории области протекает 4327 рек общей протяжённостью 19 340 км. Их годовой сток составляет 38,8 км³. Самые длинные реки (в пределах области): Волга — 340 км, Соть — 170 км, Сить — 159 км, Устье — 153 км, Которосль — 132 км, Сара — 93 км, Согожа — 90 км, Обнора — 90 км, Сутка — 84 км. Имеется 83 озера. Самые крупные: Неро — 5130 га, и Плещеево — 5089 га. Запасы пресных вод в

области — 254 км³. На территории области разведано 30 месторождений пресных подземных вод (запасы — 540 тыс. м³/сут.) и 29 — минеральных и рассольных (2,6 тыс. м³/сут). Пресные воды применяются в хозяйственно-питьевом водоснабжении, в технических целях, минеральные воды — в качестве лечебных, рассольных и в промышленных целях. Значителен потенциал недр в части геотермальных ресурсов (12-15 млрд т условного топлива). В настоящее время разведанными эксплуатационными запасами подземных вод обеспечены 20 % городов и поселков городского типа. Забор пресных подземных вод осуществляют 726 водопользователей при эксплуатации около 2500 скважин. Потребителями пресных подземных вод являются небольшие сельские и промышленные населённые пункты и 7 районных центров. Частично используют для хозяйственно-питьевого водоснабжения подземные воды города Рыбинск (9,5 %) и Углич (26,9). Вода большинства водных объектов является умеренно загрязнённой. Наибольшее влияние на качество оказывают стоки промышленных предприятий.

Климат, в силу географического положения (центральная часть Восточно-Европейской равнины) — умеренно-континентальный. Лето — относительно тёплое, короткое; зима — умеренно холодная, продолжительная. Самый холодный месяц — январь (средняя температура колеблется в пределах -10,5 °С ... -12°С), самый тёплый — июль (+17,5 °С... +18,5 °С). Чётко выражены осенний и весенний периоды.

В среднем за год на территории области выпадает около 500—600 мм осадков, из них в зимний период — 30 %. Вследствие того, что величина испаряемости на треть меньше количества осадков (400 мм), климат в области влажный. Влажность воздуха колеблется от 52—56 % в мае до 65—93 % в декабре.

Ярославская область делится протекающей по её территории рекой Волгой на две части, для которых характерны некоторые различия в климате, в частности, для левобережья свойственны большая влажность и большее количество осадков, чем для правобережья. Эти районы, в свою очередь, делятся ещё на два подрайона в каждом.

Природа - количество крупных животных сильно сократилось, но в лесах всё ещё встречаются медведи, волки, лисы, лоси и кабаны. В области живут и гнездятся многие виды птиц. В городах обычные птицы — это голуби, галки, серые вороны, грачи, домовые воробьи и большие синицы.

На полуострове, отделённом от остальной территории области Рыбинским водохранилищем, расположена часть Дарвинского биосферного заповедника. Вокруг Плещеева озера находится одноимённый национальный парк. На территории области также расположены 1 федеральный («Ярославский») и 41 региональный природный заказник, 70 памятников природы, 17 природных резерватов, 82 охраняемых природно-исторических ландшафтов, 5 лечебно-оздоровительных местностей, 22 охраняемых водных экосистем, 21 туристско-рекреационная местность.

Достопримечательности

Культурная часть маршрута опиралась на посещения городов Золотого кольца России и осмотре достопримечательностей этих городов.

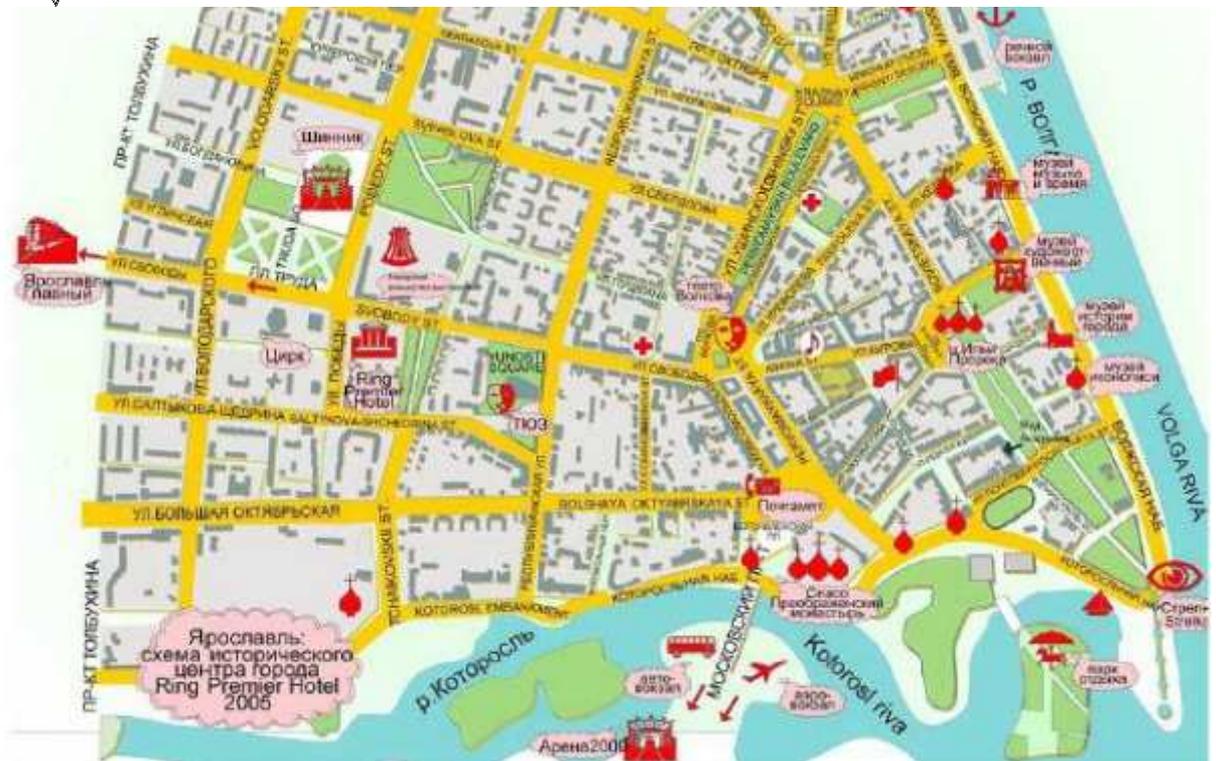
Ярославль

Ярославль — город в России, административный центр Ярославской области и Ярославского района, городской округ. Население — 602 400 чел. (2014). Ярославль — третий по величине населения город Центрального федерального округа Российской Федерации.





Город является транспортным узлом, из которого расходятся железнодорожные линии и автодороги в направлении Москвы, Вологды, Рыбинска, Костромы, Иваново и Кирова. В Ярославле действуют также речной порт и аэропорт. Площадь города составляет 205 км². Ярославль — один из старейших русских городов, основанный в XI веке и достигший своего расцвета в XVII веке; в 2010 году город отметил своё тысячелетие. День города в Ярославле обычно отмечается в последнюю субботу мая (в 2010 году в связи с тысячелетием города празднование проводилось с 10 по 12 сентября).



Исторический центр города, расположенный у слияния рек Волги и Которосли, является объектом Всемирного наследия ЮНЕСКО. Ярославль традиционно считается одним из основных объектов Золотого кольца России.

Спасо-Преображенский (Спасский, Спасо-Ярославский) монастырь — древний мужской упразднённый монастырь в Ярославле, сыгравший важную роль в местной истории. Располагается на Богоявленской площади, около Московского моста через Которосль в Кировском районе города. На его территории находятся памятники архитектуры XVI—XIX веков. Здесь было найдено «Слово о полку Игореве» — памятник древнерусской литературы.

Информация:

Адрес: Богоявленская пл., 25, город Ярославль, 150000

Телефон: 8 (485) 230-38-69

Координаты: 57.621522, 39.888589



Которосльская набережная — набережная по левому берегу реки Которосль в городе Ярославль. Лежит между проспектом Толбухина (Толбухинским мостом) и Волжской набережной. Пролегает около Спасо-Преображенского монастыря. В 1973 году на берегу Которосли был построен многоэтажный корпус гостиницы «Юбилейная», сооруженный по типовому проекту и своим коробкообразным объемом не гармонирующий с изящной панорамой набережной. В 1985 году перед гостиницей была поставлена беседка и установлено бетонное ограждение откоса.

В 2010 году в честь тысячелетия Ярославля был открыт Сити-парк 1000-летия Ярославля, построенный на месте бывшего ипподрома.

Информация:

Координаты: 57.620442, 39.882420



Волжская набережная - набережная по правому берегу реки Волга в Кировском районе города Ярославля. Лежит между проспектом Ленина и бульваром Мира (стрелкой). В XI веке на Стрелке появился ярославский кремль. В XIII веке на берег Волги выходил торговоремесленный посад. В XVI — XVII веках на берегу Волги находились купеческие пристани. В XVII — XVIII веках на Волжской набережной появились каменные церкви и жилые дома.

Первые попытки укрепить волжскую набережную были предприняты в 1757 году. В 1778 году по

регулярному плану линия застройки Волжской набережной отодвигалась от берега, набережная значительно расширялась.

В 1823 году Александр I удовлетворил ходатайство губернатора А. М. Безобразова о выделении средств на укрепление подмываемого волжскими разливами берега и строительство Волжской набережной в Ярославле. На эти цели император выделил 20 тыс. рублей. Основные работы начались в мае 1825 года по проекту инженера Гермеса. Согласно проекту выравнивались и покрывались дерном откосы, нижняя их часть укреплялась бутовым камнем.

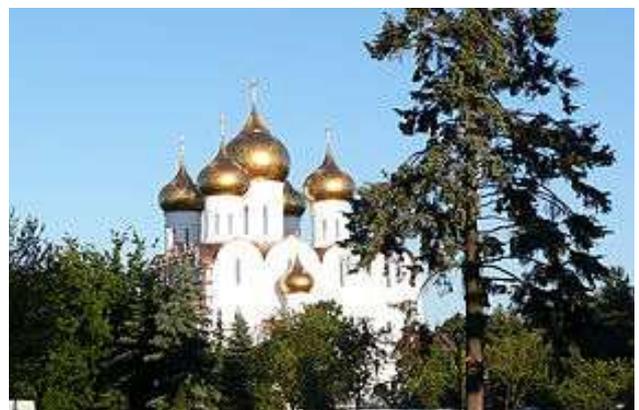


Набережную украсили чугуной решеткой, поставленной взамен деревянного ограждения в 1831 году. Также были произведены посадки липовой аллеи на набережной и сооружены мосты через овраги-спуски. Основные работы на набережной Волги и небольшой части на берегу Которосли закончились в июне 1835 году. В 40-е годы XIX века на Волжской набережной в Ярославле построена круглая беседка. В 1944 году набережная была заасфальтирована, было посажено много деревьев и цветов.

Информация:

Координаты: 57.627853, 39.897987

Успенский собор в Ярославле — в XVIII—XX веках кафедральный православный храм древней Ростово-Ярославской епархии. Стоял в Ярославле на Стрелке Волги и Которосли с 1215 до разрушения в 1937 году. Дважды перестраивался — в начале XVI и, видимо, в середине XVII века. С 2004 года на прежнем месте ведётся восстановление храма в новых, более масштабных формах. Первый каменный храм Ярославля начали строить в 1215 году по воле ростовского князя Константина Всеволодовича на территории княжеского двора (кремля).





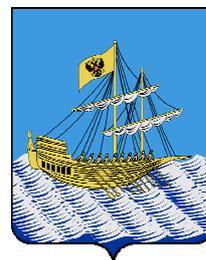
Храм был торжественно освящён в 1219 году ростовским епископом Кириллом и, как главный храм города, назван, по существовавшей традиции в честь праздника Успения Богоматери — Успенским собором. В отличие от других соборов Северо-Восточной Руси, построен он был из кирпича, но в убранстве фасадов зодчие широко использовали резьбу по белому камню, пол был выстлан разноцветными майоликовыми плитками, а двери украшены золоченой медью.

Информация:

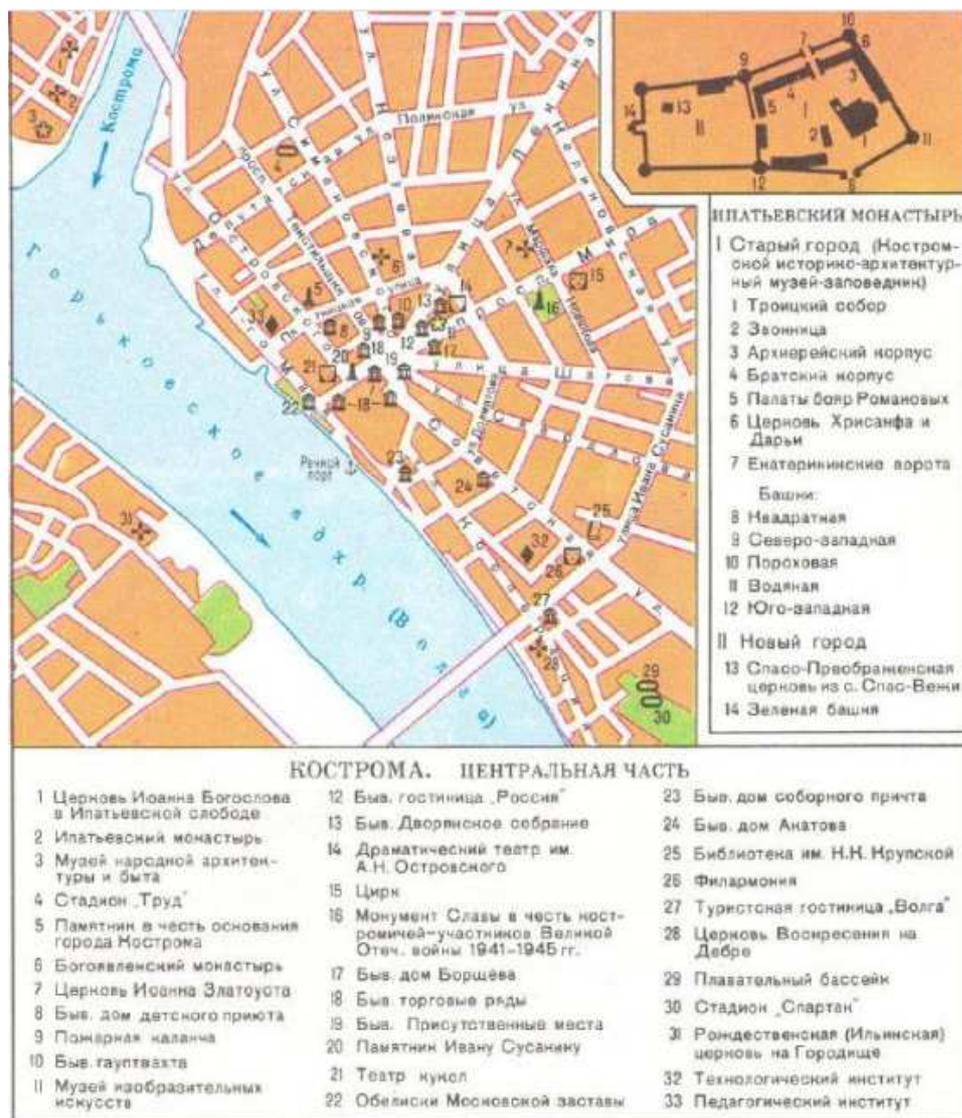
Адрес: Которосльская набережная, 2/1
Ярославль, Ярославская область 150000
Режим работы: 8:00-19:00
Координаты: 57.622497, 39.902222

Кострома

Костромá — город (с 1152) в России на реке Волге, административный центр Костромской области, крупный речной порт. Численность постоянного населения — 273 382 чел. (2014). Расположен в 344 км от Москвы. Площадь города составляет 144,5 км². В 2011 году восстановлено территориально-административное деление города на 3 района: Центральный, Фабричный и Заволжский.



Кострома основана в XII веке, а в XIII веке стала центром удельного княжества. Исторический центр города в основном сохранил образцовый в своём роде ансамбль эпохи классицизма конца XVIII—XIX вв. Из памятников допетровской эпохи наиболее интересны комплексы Ипатьевского и Богоявленско-Анастасиного монастырей. Город входит в список поселений, имеющих официальный статус «исторических», и традиционно включается в «Золотое кольцо России» День города в Костроме обычно отмечается 13-14 августа.



Свято-Троицкий Ипатьевский монастырь — мужской монастырь в западной части Костромы на берегу одноимённой реки недалеко от её впадения в Волгу. Относится к Костромской епархии Русской православной церкви. Обитель сыграла заметную роль в событиях Смутного времени. В честь монастыря названа найденная там Ипатьевская летопись.



Впервые в летописи упоминается в 1432 году, но основан, возможно, был гораздо раньше. Территория монастыря состоит из двух частей: Старого и Нового города. Оба участка обнесены высокими каменными стенами. Старый город имеет форму неправильного пятиугольника. Композиционный центр монастыря — монументальный пятиглавый Троицкий собор; рядом стоит звонница.

В послевоенное время к стенам монастыря со всей Костромской области были свезены памятники деревянного зодчества и создан музей под открытым небом. За ним раскинулась Ипатьевская слобода, в старину принадлежавшая монастырю; там сохранилась пятиглавая церковь святого апостола Иоанна Богослова (XVII век).

Информация:

Адрес: ул. Просвещения, 1 Кострома, Россия
156004

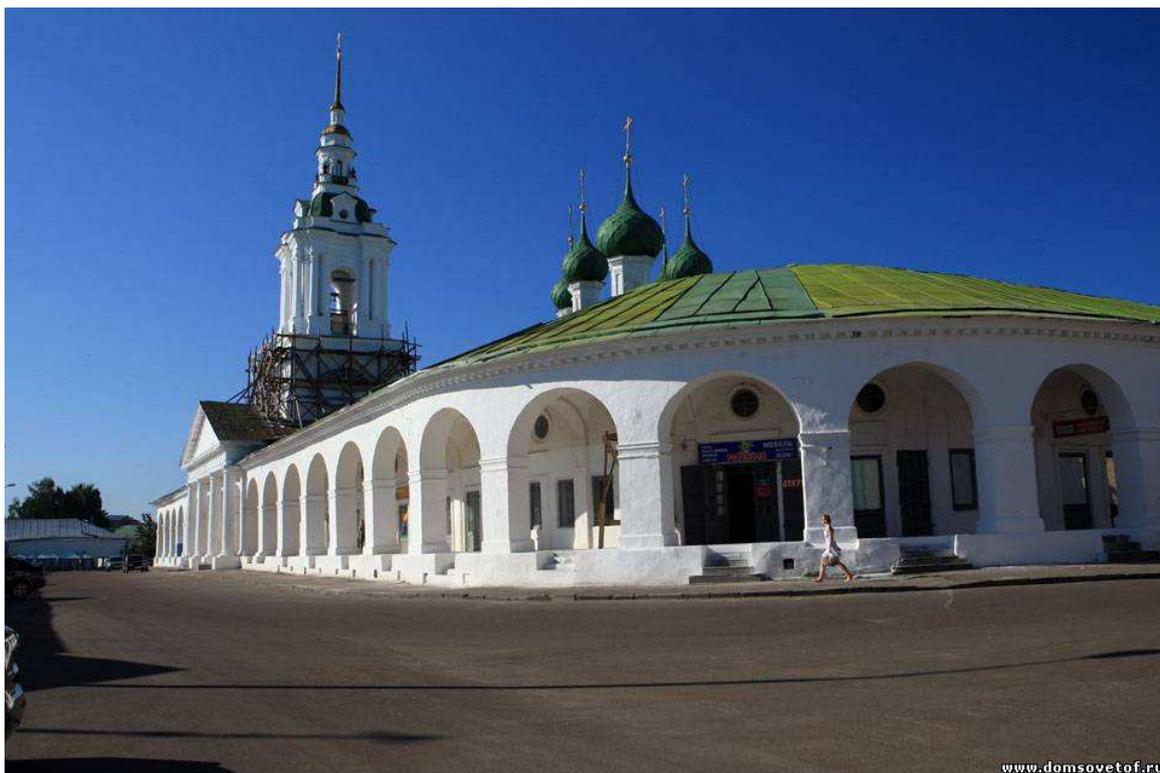
Режим работы: 9:00-17:00

Координаты: 57.777051, 40.894332



Торговые ряды — торгово-складской комплекс конца XVIII—начала XIX веков, который занимает несколько кварталов от Сусанинской площади до бывшего кремля в самом центре Костромы. Это образцовый в своём роде памятник градостроительного искусства времени екатерининской городской реформы.





В XVII веке Кострома достигает своего экономического расцвета и становится одним из экономически значимых городов Русского царства. В Костроме возникает большой торговый центр. Сначала торговля велась на деревянных лавках. Но после пожара 1773 года, когда все торговые лавки, склады и дома были уничтожены, началась генеральная реконструкция Костромы.

Новые торговые ряды решено было строить из камня: работы начались в 1775 году. В основу был положен «образцовый» проект торговых рядов, подписанный владимирским губернским архитектором Карлом фон Клером. В проектировании и возведении сооружений также принимали участие архитекторы С. А. Воротилов, В. П. Стасов, П. И. Фурсов, Н. И. Метлин. В основу планировки легла типовая секция купеческой лавки: каждой лавке, размером 4,5 на 7 метров соответствовал один арочный пролет галереи. Торговое помещение находилось на первом этаже, для складирования товаров использовались второй этаж и подвал; наверху также обычно располагалась контора лавки.

Информация:

Адрес: пл. Сусанина

Координаты: 57.766278, 40.926358

Лосинная ферма - в 1949 году при Печеро-Ильчском государственном заповеднике был создан Центр по изучению экологии и хозяйственному использованию одомашниваемых и диких лосей.

Результатом его деятельности стали труды по экологии лося, его поведению, по некоторым физиологическим, морфологическим особенностям и болезням. Что касается решения практических задач, то результаты оказались менее значительными. Этот центр просуществовал почти до середины 90-х годов.





Используя опыт Печеро-Ильчского государственного заповедника, при Костромской государственной сельскохозяйственной опытной станции у д. Сумароково, на общей площади около 200 га была создана Сумароковская лосиная ферма. Лосеферма начала заниматься одомашниванием лосей с 1963 года. Первые молодые лоси поступили из Нерехтского, Красносельского, Чухломского, Сусанинского и других районов Костромской области, которых брали из природной среды. В 1968 году привезли одного взрослого быка и четырех взрослых лосих из Печеро-Ильчской лосиной фермы.

В мае 1970 года на ферме родился первый лосенок. В 1965 году лосеферма вошла в состав Костромской сельскохозяйственной опытной станции. В 1972 году создана лаборатория лосеводства для проведения плановых исследований по проблемам одомашнивания лосей.

Информация:

Адрес: Красносельский район Сумароково, Костромская область, Россия 156005

Режим работы: 10:00-15:00 (запись на экскурсию 10:00-15:00)

Телефон: +7 494 235-94-33

e-mail: loseferma@yandex.ru

Координаты: 57.674822, 41.205322

Красное-на-Волге

Красное-на-Волге — посёлок городского типа (с 1957), административный центр Красносельского района Костромской области России. Лежит на левом берегу реки Волги, в 35 километрах к юго-востоку от Костромы. Население — 7797 жителей (2010 год).

Местная легенда гласит, что название населённого пункта происходит от кровавой битвы с иноземными войсками. После заключения мира женщины «подолом слезы вытирали». По другой версии, посёлок получил имя благодаря красоте продукции местных народных промыслов, которыми издревле славился.

Первое упоминание относится к 1569 году, когда село Красное принадлежало Борису Годунову.

Екатерина II в 1762 году на основании указа Сената передала село своей фрейлине: ... Бывшей при дворе нашем фрейлине Прасковье Бутаковой, которая ныне в замужестве лейбгвардии Конного полка за порутчиком бароном Сергеем Строгановым, да брату её родному того же полка отставному ротмистру Петру Бутакову жалуюем мы в Костромском уезде село Красное с 325 душами. В начале XIX века Красное с деревнями принадлежало князьям Вяземским, в том числе поэту Петру Андреевичу Вяземскому. В 1929 году село получило статус районного центра, а в 1957 году было преобразовано в рабочий посёлок.

Плес

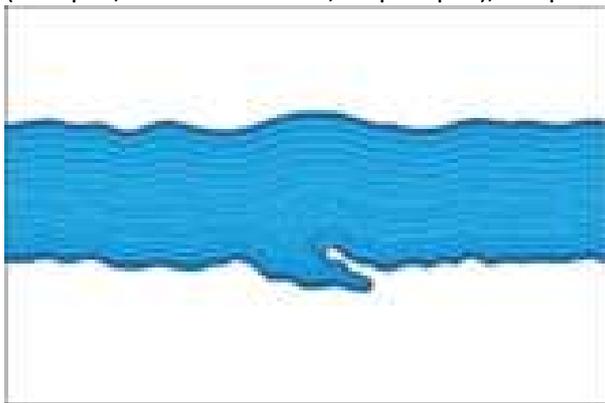
Плѣс — город (с 1925) в России, входящий в состав Приволжского района на севере Ивановской области. Расположен на правобережных холмах Волги (Горьковское водохранилище), в устье речки Шохонки, в 18 км от Приволжска и в 71 км от Костромы[3]. Наивысшая точка города — 54 м над уровнем р. Волги.

Население — 2089 чел. (2014). Промышленных предприятий в Плѣсе нет.

Впервые Плѣс упомянут в «Новгородской летописи» под 1141 годом как место, где был пойман посадник Якун Мирославич, бежавший от гнева новгородцев в Суздаль к князю Юрию Долгорукому. Точная дата основания первой крепости в Плѣсе неизвестна. Разрушена она была в феврале 1238 года во время нашествия Батыя. После утраты крепости город продолжил свое существование. В 1410 году, когда московский князь Василий I, сын Дмитрия Донского, оказался в

Костроме, спасаясь от татарского хана, он повелел построить здесь укрепленную таможенно-сторожевую заставу. Волга здесь не петляет, что позволяет увидеть противника с большого расстояния, отсюда и название (см. плёс реки).

В 1778 году Плёс становится уездным городом Костромского наместничества. С 1796 года заштатный город Нерехтского уезда Костромской губернии. В Плесе были полотняные фабрики, два солодовенных завода, две пивоварни, 10 кузниц, казенный соляной склад, торговые лавки. Отсюда доставлялась рыба к царскому столу. В 1812 году становится одним из центров формирования отрядов костромского народного ополчения. При интенсивном развитии промышленности в Иваново-Шуйском районе Плес вплоть до постройки в 1871 году железной дороги Иваново — Кинешма являлся основным портом на Волге для всего текстильного края. С этого времени Плес теряет своё значение перекрёстка транспортных путей и постепенно превращается в маленький провинциальный городок — традиционное место отдыха и творчества. Существует легенда, что плёские купцы, стремясь предотвратить строительство железной дороги (которая, как они считали, их разорит), попросту «откупились» от неё.



Дом-музей великого русского художника-пейзажиста Исаака Ильича Левитана один из наиболее популярных музеев на Волге, открылся 25 августа 1972 г. в доме, принадлежавшем до революции купцу Солодовникову.

В этом доме художник жил и работал летом 1888 - 1889 гг. вместе со своими друзьями-художниками Алексеем Степановичем Степановым и Софьей Петровной Кувшинниковой

Путешествуя по Волге в поисках сильных художественных впечатлений, Левитан

неожиданно для себя открыл красоты маленького, тихого городка, который вдохновил художника на создание таких шедевров русской пейзажной живописи, как "Тихая обитель", "После дождя. Плес", "Вечер. Золотой плес", "Березовая роща", "Свежий ветер. Волга", "Над вечным покоем"... известный баталист В.В. Верещагин, работали А.М. Корин, В.М. Бакшеев, С.А. Виноградов, А.В. Маковский, проездом был И.Е. Репин. Музей И.И. Левитана имеет два экспозиционных зала.

Материалы первого знакомят с творческой

Прославленный кистью Левитана Плес привлекал и многих других художников. Здесь жил и работал

биографией художника, во втором размещены подлинные работы И.И. Левитана, А.С. Степанова, С.П. Кувшинниковой. Наверху, в мезонине, мемориальная комната, где жили И.И. Левитан, А.С. Степанов, С.П. Кувшинникова.





Музей И.И. Левитана имеет два экспозиционных зала. Материалы первого знакомят с творческой Прославленный кистью Левитана Плес привлекал и многих других художников. Здесь жил и работал биографией художника, во втором размещены подлинные работы И.И. Левитана, А.С. Степанова, С.П. Кувшинниковой. Наверху, в мезонине, мемориальная комната, где жили И.И. Левитан, А.С. Степанов, С.П. Кувшинникова.

Информация:

Адрес: Приволжский р-н., Ивановская обл, Плес, Соборная гора, 1

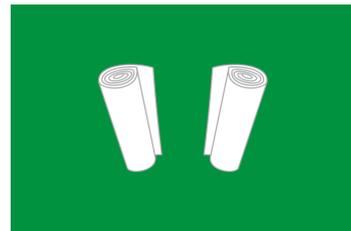
Телефон: +7 493 394-34-90

Режим работы: 10:00-17:00

Координаты: 57.459435, 41.521379

Кинешма

Кинешма — город (с 1777) в Ивановской области России. Образует одноимённый городской округ. Административный центр Кинешемского муниципального района Ивановской области (в сам район не входит). Кинешма является вторым городом области по численности населения и промышленному развитию. Город расположен на правом берегу Волги (Горьковское водохранилище), в 400 км северо-восточнее Москвы, в 100 км от областного центра Иваново, и занимает площадь 48,9 км², протянувшись вдоль берега реки более чем на 11 километров^[4]. Точная дата основания Кинешмы неизвестна. Первые письменные упоминания о Кинешме относятся к 1429 году, когда её разрушили татары. В конце XV века Кинешма, с городом Лухом, была отдана во владение князю Ф. М. Бельскому.





Волжский бульвар — улица города Кинешма, особо охраняемая природная территория Ивановской области. Протянулся вдоль левого берега Волги в центральной части города Кинешмы. Волжский бульвар начинается от впадения реки Казоха в Волгу и заканчивается у Речного вокзала. В 2006 году на Волжском бульваре сделана Нижняя Набережная, которая призвана укрепить берег. Волжский бульвар является важной



достопримечательностью Кинешмы, здесь проходят важные городские мероприятия, в том числе День города. Кинешемцы собираются на бульваре, чтобы посмотреть с него праздничный салют над Волгой.

Информация:

Координаты: 57.445662, 42.167597

График движения

Заявленный график движения по маршруту

Таблица 3

Даты	Дни пути	Участки маршрута	Протяженность, км	Способ передвижения
11.06.14	1	Ярославль - Афинеево	17	Велосипед
12.06.14	2	Афинеево - Красный Профинтерн	90	Велосипед
13.06.14	3	Красный Профинтерн - Шолохово	85	Велосипед
14.06.14	4	Шолохово - Новлянское	70	Велосипед
15.06.14	5	Новлянское - Кинешма	47	Велосипед
Итого активным способом передвижения: 309 км.				

Фактический график движения по маршруту

Таблица 4

Даты	Дни пути	Участки маршрута	Протяженность, км	Способ передвижения
12.06.14	1	Ярославль-Красный Профинтерн	76	Велосипед
13.06.14	2	Красный профинтерн-Куликово	107	Велосипед
14.06.14	3	Куликово-Караваиха	71	Велосипед
15.06.14	4	Караваиха-Кинешма	50	Велосипед
Итого активным способом передвижения 304км.				

Изменения на маршруте

По ходу маршрута были внесены следующие изменения:

- 1) Переезд от Ярославля до Афинеево пришлось упразднить в связи с задержкой нескольких участников группы на электричку Москва-Александров. Из-за задержки группа не имела возможности добраться до Ярославля 11.06.14 и было принято решение заночевать под Александровом и утром на ранней электрички отправиться в Ярославль.
- 2) Участок от Красного-Профинтерна до Костромы пришлось увеличить в связи с отсутствием дороги после на границе Ярославской и Костромской областей, при объезде была замечена воинская часть которая предположительно могла доходить до предполагаемой дороги.
- 3) Из-за объезда отсутствующей дороги группа вышла из графика, было принято решение сократить участок от Костромы до Красного-на-Волге, чтобы не опоздать на поезд в Кинешме.

Выводы.

Внесенные изменения в маршрут оказались незначительны, общий километраж не был сокращен, образующие маршрут препятствия не объезжались. Различия заявленного графика от фактического менее 25%, что обеспечивает маршруту первую категорию сложности.

Таблица метеонаблюдений

Таблица 5

Дата	Время	Температура воздуха, °С	Облачность	Осадки	Давление, мм.рт.ст.
11.06.2014	09:00	15	Малооблачно, облака кучевые	Нет	750
12.06.2014	12:00	19	Малооблачно, облака кучевые	нет	750
13.06.2014	12:00	25	Облачно облака кучевые	нет	745
14.06.2014	12:00	20	облачно	нет	738
15.06.2014	12:00	19	Облачно облака кучевые	нет	742

Техническое описание прохождения маршрута

(Время хронометража местное)

1 день 12.06.2014, четверг

11:55 – 0 км – прибыли в Ярославль

12:05 – 8,3 км – выехали с вокзала на улицу Ухтовского, далее по Большой Октябрьской и улице Чайковского выехали на Которосольную набережную и продолжили движение по набережной

12:23 – 14,3 км – поворот налево с Волжской набережной на Революционную улицу, далее через площадь Челюскинцев, Советскую улицу, Республиканскую улицу выезжаем на Волжскую набережную.

12:40 - 16,8 км - поворот направо на Флотский спуск, проехали 200 метров, встали на обед в кафе (дёшево, вкусно, чисто).

13:08 – 16,8 км - выехали с обеда.

13:16 – 11 км - вернулись по Волжской набережной до моста, перебрались по мосту на противоположный берег Волги, повернули направо, продолжаем двигаться по набережной вдоль Волги.

13:23 - 20,1 км – закупаемся в магазине.

13:30 – 20,1 км – продолжили двигаться вдоль Волги в том же направлении.

13:35 – 21,1 км – продолжаем двигаться вдоль Волги в том же направлении, смена дорожного покрытия – грунт.

14:03 - 27,1 км - продолжаем двигаться вдоль Волги в том же направлении, смена дорожного покрытия, асфальт.

14:07 - 28,4 км – грунт, проехали Вакарево.

15:10 – 38,3 км – проехали от 1.8км Бол. Филимоново , потом вернулись обратно к Бол. Филимоново те же 1.8км, Бол. Филимоново выехали на асфальт, продолжаем двигаться вдоль Волги в том же направлении по асфальту

15:48 – 44.7 км - проехали Ларино повернули налево на лесную грунтовую дорогу (часть пути примерно 1.8 км проехали по канаве).

16:41- 54.7км – въехали в населённый пункт Диево – городище, асфальт, магазин.

16:59 – 58.8 км - продолжаем двигаться вдоль Волги, грейдер, местами засыпанный песком.

18:00 – 64.8км- пересекли по мосту речку Челгузия, повернули направо, грунт.

19:02 – 84.6 км – асфальт, Рыбницы, продолжаем движение в том же направлении.

19:23- 87.8 км – доехали до предполагаемого места переправы (Красный профинтерн), паром нет, судя по месту нет его уже лет 5.

19:44 – 88.3 км – проехали ещё 500 метров нашли лодочную переправу(несколько мужиков 2 лодки).

21:00 – 88.7км – переправились все, ставим лагерь (рядом с дорогой идущей в долину Волги).

На месте стоянки, есть дрова (много), пресная вода, хвойный лес, комаров не много, клещей никто не видел.

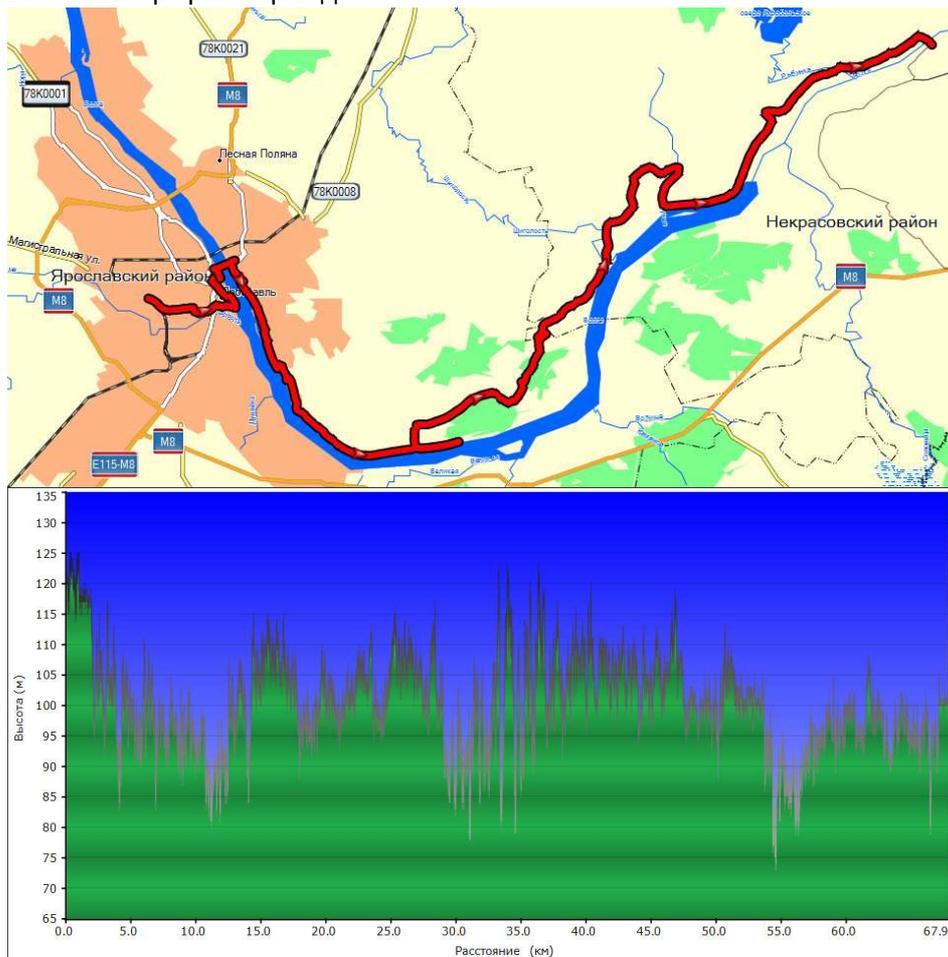
Итог дня: за день было пройдено 84.3 км

асфальт – 35,5 км

грунт - 39.8 км

грейдер - 9 км

Высотный график и трек дня



2 день 13.06.2014, пятница

7:00 – Подъём.

8:35 – 0 км - выехали с места ночёвки вдоль Волги на северо-запад, в сторону Новодашково, грунт.

9:10 - 1.8 км – выехали к Новодашково, повернули налево на асфальт, проехали 500 метров встали возле магазина, рядом с магазином есть колодец.

9:24 - 2.5 км - выехали из Новодашково, повернули налево, асфальт.

9:40 - 10 км – пересекли речку Чёрная, грунт.

9:53 -12.1 км – подъехали к лесу дальше дорога (Чёрной заводи в Уварово) заросла, вернулись назад 1км поехали левее (на полуостров).

10:30 -19.1км - заехали на полуостров, моста там не нашли.

11:23 - 19.1 км - отдохнули, развернулись и поехали обратно.

11:50 - 24.1 км - стоим, Штурман уехал искать дорогу.

12:29 - 24.1 км - не нашли дорогу, продолжаем возвращаться.

12:39 - 26.1 км – выехали на асфальт, возвращаемся в Новодашково.

13:22 – 43 км – Некрасовское, магазин.

14:08 – 50 км – выехали на М-8 повернули налево.в сторону Костромы, двигаемся с небольшими остановками.

15:49 – 76 км – въехали в Кострому по М8.

15:52 - 77 км – повернули с М8 на Московскую улицу г. Костромы.

16:15 – 79.5 км – остановились на обед в столовой, Московская улица дом 51

17:00 – 79.5 км – пообедали, выехали в том же направлении, через 600 метров повернули направо, магазин, закупаем раскладку.

17:20 – 80.1 км – закупились, повернули направо на Ярославскую улицу, далее, на Заволжскую, переехали по мосту на другой берег волги, повернули направо на Советскую улицу.

18:24- 94.6 км – поворот налево с Кинешемского шоссе, на дорогу Кострома – Заволжск.

18:41- 97.1 км - доехали до зелёной стоянки, постояли, развернулись, вернулись 2.5км до развилки, повернули на дорогу Кострома-Красное на Волге.

19:22- 106.1 км - свернули с дороги налево, сразу после деревни Куликово, проехали 700 метров, встали на ночёвку на берегу реки Сендега.

Место ночёвки расположено на расстоянии примерно 200 метров от населённого пункта Куликово, пресная вода есть, речка по колено, берега крутые, дров на нашем берегу мало, но по ту сторону речки есть лес (небольшой), комаров умерено, клещей замечено не было, с утра по месту ночёвки начинают гулять местные жители.

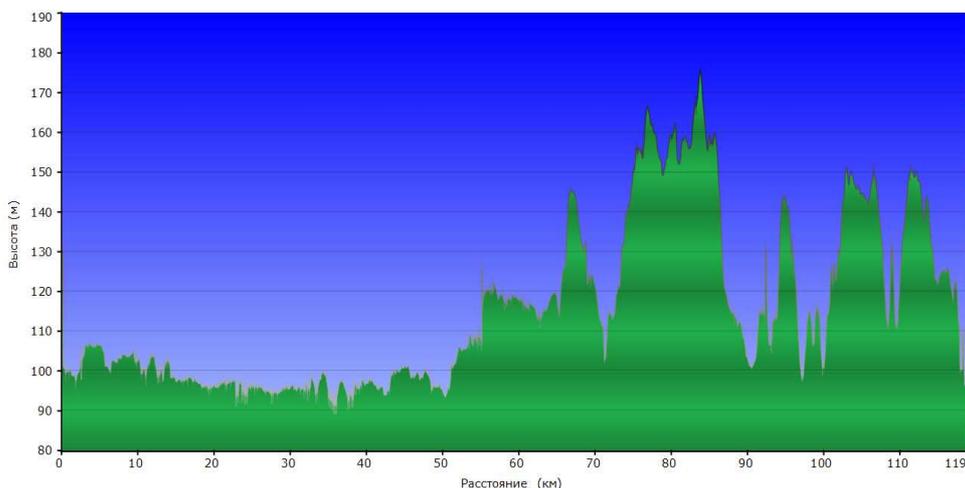
Итог дня: за день было пройдено 106.8 км

асфальт – 89 км

грунт - 17.8 км

Трек и высотный график дня





Здень 14.06.2014, суббота

7:15 – Подъём.

9:08 – 0.7 км – выехали на дорогу Кострома-Красное на Волге, продолжаем двигаться в сторону Красное на Волге.

9:45 – 10.7 км – Халипино, магазин.

10:45 – 20.7 км – въехали в Красное на волге, по Советской улице, остановились возле Ювелирного магазина (там каждый второй ювелирный).

11:20 – 23.7 км- прибыли к паромной переправе, ждём паром.

12:10 – 23.7 км- переправились, выехали по дороге Красное на Волге- Волгореченск.

12:30 – 27.7 км- повернули налево, на дорогу в сторону Степурино.

12:45 – 33.7 км – асфальт очень плохого качества.

12:55 – 35.7 км – Светочева гора, дождь, стоим под навесом.

13:20 – 33.7 км – дождь так и не кончился, едем дальше.

13:40 – 37.7 км – проехали Высокое, грунт (мокрый).

14:20 – 43.7 км- повернули налево выехали на дорогу Приволжск- Плёс, едем в сторону Плёса, асфальт.

14:44 – 50.7 км- въехали в Плёс, улица Корнилова , магазин.

15:20 – 53.7 км- дом-музей Левитана (80 рублей вход, 20 десятка картин, вещи той эпохи, туалета нет).

15:00 – 53.7 км – закончили осмотр.

15:25 – 54.7 км - нашли речное такси, на котором можно переправиться (в двухстах метров от музея Левитана, два мужика и две лодки, 100 руб. с человека.)

16:35 – 54.7 км – переправились, обед.

18:09 – 54.7 км – выехали в сторону Серково.

18:15 – 55.7 км – поворот направо, на дорогу в сторону Подельное.

18:37-58 км – проехали Подельное, грейдер.

18:57-63 км – поворот налево.

19:20 - 67.5 км – стоим на дороге Слава ищем место для ночёвки.

19:44 - 67.5 км – свернули с дороги направо, на грунтовую дорогу, едем в сторону Караваихи.

20:23 - 70.5 км – доехали до Караваихи, спустились с горки к Волге, встали на ночёвку.

Место ночёвки расположено на расстоянии примерно 300 метров от деревни Караваиха, на берегу Волги, берег крутой, дров мало, комаров много, клещей нет, вся поверхность земли в кочках, местных жителей невидно.

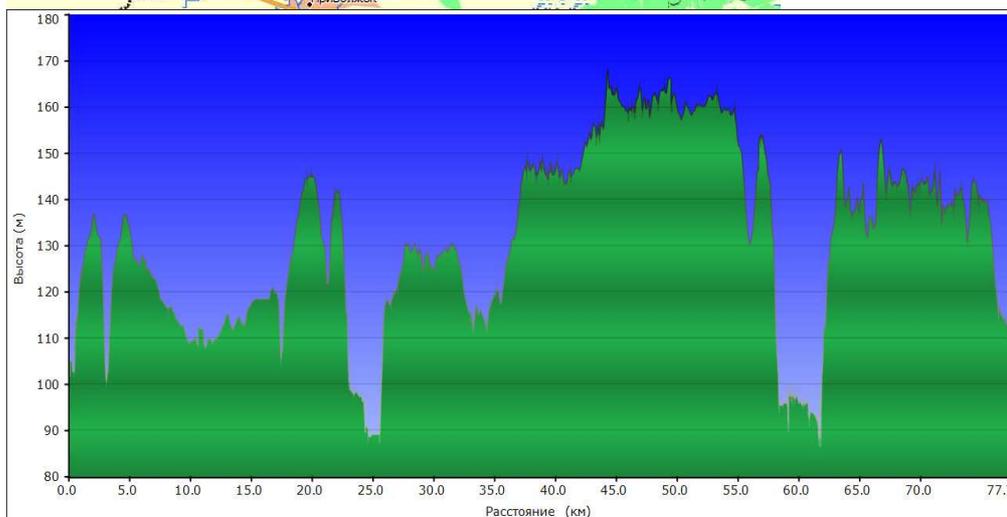
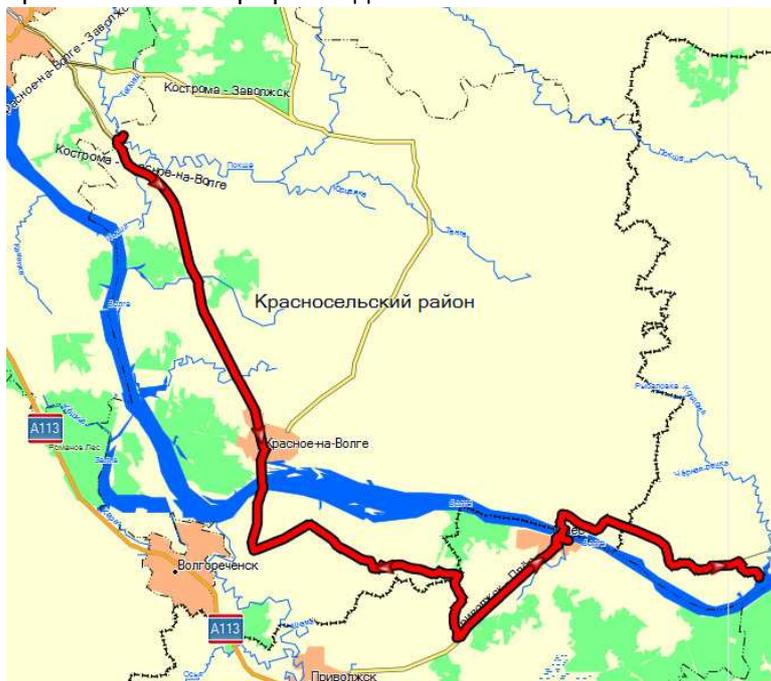
Итог дня: за день было пройдено 70.5 км

асфальт – 51,3 км

грейдер – 9,5

грунт - 9,7 км

Трек и высотный график за день



4 день 15.06.2014, воскресенье

8:00 – Подъём.

9:50 – 0 км – выехали, грунт.

10:10 – 2.5 км - вернулись на дорогу, поехали в том же направлении, что и вчера, грейдер.

10:30 – 5 км - Новлянское, отдыхаем, настраиваем задний переключок Вале.

11:54 – 20 км - проехали Хотеново, повернули налево в сторону, Ильинское.

12: 08– 22.5 км - поворот направо.

12:36 – 28 км - мост через реку Кистега.

13:00- 32 км - поворот направо, на дорогу Ярославль- Заволжск, едем в сторону Емельяново, асфальт.

13:15- 36 км - поворот направо, на дорогу Кострома- Заволжск - Островское.

13:33- 40 км - въехали в Кинешму, круговой поворот, налево на улицу Наволокскую улицу, далее через улицу Щорса, Победы, 50 лет комсомола доехали до вокзала.

14:08 -50 км – прибыли на вокзал.

19:00 – погрузились в поезд выехали.

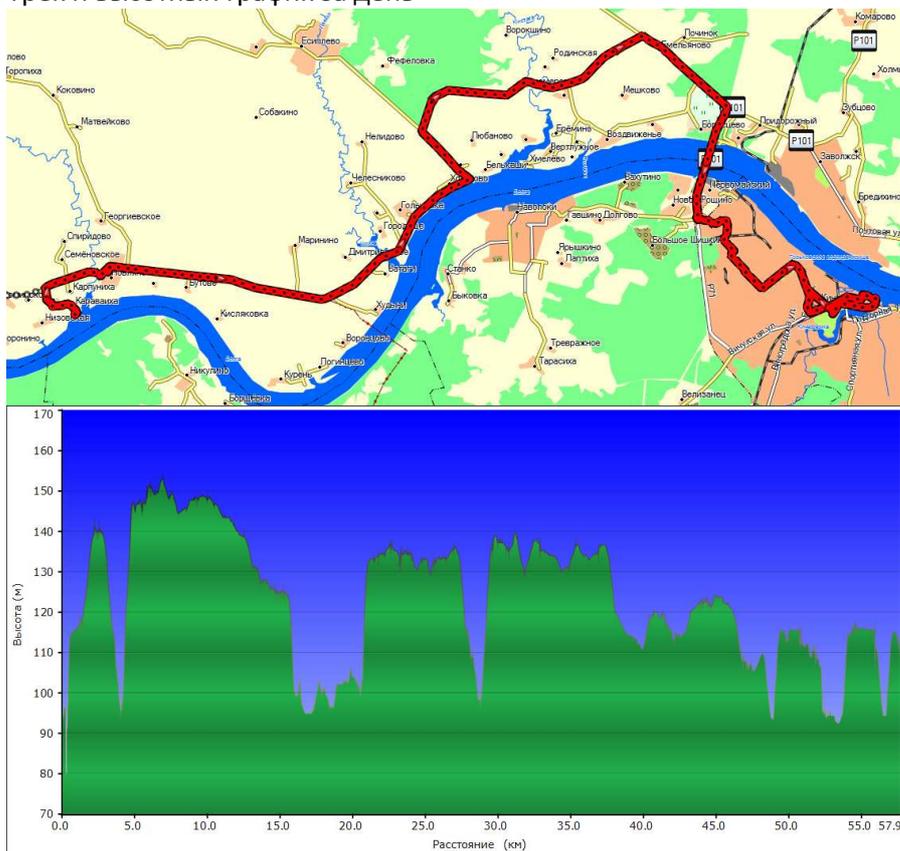
Итог дня: за день было пройдено 50 км

асфальт – 18 км

грейдер – 29,5 км

грунт - 2,5 км

Трек и высотный график за день



Итог: за маршрут было пройдено 304 км

асфальт – 193.6 км

песок плотный, сухой – 30,9 км

грунт , хорошего качества, сухой- 69,8 км

грунт, хорошего качества, мокрый – 9,7 км

Дополнительные сведения о маршруте

Список общественного снаряжения

Таблица 6

Наименование снаряжения	Кол-во, шт	Масса, гр
Палатка 4м	1	4600
Палатка 4+м	1	4500
Палатка 2м	1	2400
Тент 3х3	1	700
Тент 3х4	1	1200
Пустынная печка	1	1200
Кухня+специи	1	600
Каны бл.,7.5 л.	2	2200
Топор	1	700
Топор	1	1000
Пила одноручная	1	400
Пила цепочка	1	230
Горелка+экран	1	630
Горелка	1	405
Газ	4	400
Трос ,замок	1	800
Хознабор*	1	400
Фото	1	500
Аптечка общ	1	2000
Ремнабор	1	4500
Карты,компас,GPS	1	500
Записи хронометриста	1	100
Записи культорга		100
Радиостанции		300

* **ХОЗНАБОР** – ножницы, шило, иглы швейные разных размеров, изолента, стропа капроновая, нитки хлопчатобумажные, лоскуты материи (капрон), булавки, застежка «молния» запасная, резинка.

Выводы:

Для приготовления пищи использовалась пустынная печка, поэтому обходились минимумом дров, хотя их можно было найти практически на всех местах стоянок. В связи с указанными выше причинами, горелки остались невостребованными.

Состав аптечки первой помощи

Таблица 7

№ п/п	Наименование	Кол-во	Примечание
Перевязочные материалы			
1	Бинт стерильный	4 шт.	
2	Вата	1 уп.	
3	Салфетки стерильные	1уп.	
4	Лейкопластырь рулонный	1 шт.	
5	Лейкопластырь бактерицидный	20 шт.	
6	Бинт эластичный	1 шт.	
Антисептики наружного действия			
7	Зеленка	20 мл	при инфицировании кожи и слизистых оболочек, небольшие повреждения кожного покрова (раны, ожоги, порезы)
8	Алазоль	1 бал	Ранозаживляющее средство, против ожогов
9	Йод	10 мл.	
10	Мазь Вишневского	1 тюб.	Гнойные раны
11	Фурацилин	10 таб.	
12	Борная кислота	1 фл.	
13	Солкосерил гель	1 тюб.	
Болеутоляющие и жаропонижающие средства			
14	Ацетилсалициловая кислота	6 таб.	Жаропонижающее
15	Кеторол	20 таб.	Кратковременное купирование болей
16	Цитрамон	10 таб.	Для лечения головной боли различного происхождения, простудных и других заболеваний инфекционно-воспалительной природы
17	Кетонал	20 амп.	обезболивающее
Средства, применяемые при поражении глаз			
18	Сульфацил-натрия, капли	2 фл.	
Сердечно-сосудистые средства			
19	Валокордин	1 фл.	При функциональных расстройствах сердечно-сосудистой системы, стенокардии
20	Нитроглицерин	40 таб.	Стенокардия
21	Валидол	10 таб.	Стенокардия, невроз
22	Экстракт валерианы	10 таб.	Седативное средство
23	Папазол	10 таб.	Артериальная гипертония
Противоаллергические средства			
24	Супрастин	6 таб.	
25	Кларитин	10 таб.	
26	Димедрол	10 амп.	Антигистаминное средство, снотворное
Спазмолитики			
27	Но-Шпа, табл.	60 таб.	
Лекарства, применяемые при болезнях органов дыхания			
28	Каметон	1 фл.	Боль в горле
29	Називин	1 фл.	Насморк
Лекарства, применяемые при болезнях желудка и кишечника			
30	Уголь активированный	60 таб.	
31	Мезим	1 уп.	

32	Имодиум	10 таб.	Противодиарейный препарат
33	Сенаде	10 таб.	
34	Ренни	12 таб.	От изжоги
Противоинфекционные средства			
35	Сульфадиметоксин	10 таб.	Комбинированный антибактериальный, противоинфекционный препарат
36	Ампицилин	10 таб.	
37	Левомецитин	10 таб.	
Разные средства для наружного употребления			
38	Перекись водорода	300 мл	
39	Нашатырный спирт	50 мл	
40	Крем «Спасатель»	1 туб.	Раны, солнечные ожоги
41	Крем «Детский»	1 туб.	
43	Кетопрофен крем	1 туб.	Обезболивающее наружное средство
Разные средства для внутреннего применения			
44	Регидрон	5 пак.	
45	Таблетки от кашля	1 уп.	
Инструменты			
47	Ножницы	1 шт.	
48	Шприцы	10 шт.	
49	Булавки	10 шт.	
50	Напалечники	2 шт.	
51	Градусник	1 шт.	
ПРИМЕЧАНИЕ:			
Основную АПТЕЧКУ просьба держать в прохладном месте при t не выше +15 градусов С*			

Случаев оказания медицинской помощи на маршруте и комментарии медика:

При расстройстве желудка применяли Имодиум, при ушибе предплечья применяли Кетопрофен крем. На маршруте были крупные города с аптеками (в том числе круглосуточными). Витамины группе не выдавались в связи с малой категории сложности маршрута. Общее состояние группы на протяжении всего маршрута было стабильным, серьезных заболеваний/травм на маршруте не было.

Состав ремонтного набора механика

1. набор шестигранников;
2. ключ на 15 (для педалей);
3. съемник шатунов с соответствующим ключом;
4. съемник кассеты + хлыст;
6. выжимка цепи;
7. спицевой ключ + 4 запасных ниппеля разной длины;
8. отвертка маленькая крестовая (настройка переключателей и V-brake);
9. плоскогубцы с кусающей поверхностью;
10. жидкая смазка 200г;
11. густая смазка забитая в 3-х кубовый шприц;
12. велоаптечка(клей, терка, заплатки);
13. материалы для шитья покрышки (толстая ткань, кусок пластиковой бутылки, шило, игла, прочная нитка);
13. монтировки;
14. тонкая стальная проволока;
15. медная проволока;
16. кусок алюминиевой трубки ;

17. нейлоновые стяжки;
18. хомуты металлические;
19. ножовочное полотно по металлу;
20. напильники или надфили треугольный и круглый;
21. запасной универсальный петух;
22. наборы метизов винт- гайка М5 и М6 различной длины;
23. камера;
24. крышка кевларовая с универсальным протектором;
25. запасные эксцентрики передний, задний и подседельный;
26. запасные тросики переключения и тормозные.

Поломки на маршруте и комментарии механика:

На маршруте серьезных поломок не возникало. За весь маршрут было зафиксировано два прокола, которые отремонтировали путем заклейки камер, так как проколы были не на интенсивных участках маршрута. Также для профилактики смазывалась цепь всем участникам и каждый день проверялась степень затяжки крепежных болтов, багажников велосипедов.

Список велосипедов участников

Таблица 8

Участник	Велосипед
Морозов Вячеслав Андреевич	Gaint (2013), навеска любительского уровня (Shimano Alivio), багажник алюминиевый (Topeak)
Трубицына Александра Александровна	Kona (2011), навеска любительского уровня (Shimano Alivio), багажник титановый
Шумский Павел Яковлевич	Kona (2014), навеска профессионального уровня (Shimano XTR), багажник алюминиевый
Кулакова Валентина Алексеевна	Stark (2012), навеска любительского уровня (Sram X5), багажник алюминиевый (Topeak)
Савин Евгений Анатольевич	Kona (2012), навеска средне-профессионального уровня (Shimano XT), багажник титановый
Урлик Максим Васильевич	Merida (2006), навеска начального-профессионального уровня (Shimano Deore), багажник алюминиевый (Topeak)
Дрыга Данила Олегович	
Лещенко Оксана Васильевна	Kona (2012), навеска начального-профессионального уровня (Shimano Deore), багажник алюминиевый (Topeak)
Сизенков Вадим Александрович	Kona (2011), навеска начального-профессионального уровня (Shimano Deore), багажник алюминиевый (Topeak)

Комментарий:

Велосипеды всех участников соответствовали требованиям техники безопасности (рабочие тормоза, наличие грипса на руле) и обладали тактико-техническими характеристиками необходимыми для преодоления спортивных маршрутов первой категории сложности, благодаря этому удалось избежать серьезных поломок и травм.

Стоимость питания и средств передвижения

Таблица 9

Вид затрат	Сумма на одного участника, руб	Сумма на 9 участников
Заброска на маршрут: Электричка Москва-Александров Электричка Александров-Ярославль	222,00 262,00	1998,00 2358,00
Выброска с маршрута: Поезд Кинешма-Москва (плацкарт)	1121,00	10089,00
Переправа через р. Волга: Моторная лодка в п. Красный-Профинтерн Паром в п. Красное-на-Волге Водное такси в г. Плес	100,00 30 руб.+10 руб. 100,00	900,00 360,00 900,00
Закупка продуктов на маршруте	866,22	7795,98
Музей-выставка Левитана в г. Плес	80,00.	

Комментарий:

На всем протяжении маршрута были крупные города с большими и относительно дешевыми продуктовыми магазинами, сложностей в закупке продуктов не возникало. Поскольку расчет всегда осуществлялся наличными средствами, возможность оплаты банковскими картами не рассматривалась. В связи с тем, что некоторые из участников группы уже посещали музей-выставку Левитана в г. Плес покупка билетов осуществлялась не из средств собранных казначеем с группы. В г. Плес была замечена удивительная жадность водителей водного такси. Походив по набережной около 5 минут цену удалось снизить с 250 рублей до 100 рублей с человека (с багажом)

Организация питания на маршруте

Таблица 10

День	Разновидность приема пищи	Разновидность продукта	Норма на одного человека, гр	Норма на группу из девяти человек, гр
1 ДЕНЬ		РИС	60	540
		СГУЩЕНКА	35	315
		КУРАГА В КАШУ	20	180
		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	40	360
		СЫР	40	360
		САХАР	16	144
		ЧАЙ	3	27
		ХАЛВА	50	450
		Итого:	264	2376
	ОБЕД	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1800
		ОВОЩИ	100	900
		ПЕЧЕНЬЕ	50	450
		ХЛЕБ ЧЕРНЫЙ	50	450
		РЫБА КОНСЕРВ	70	630
		Итого:	470	4230

	УЖИН	ЧАЙ	3	27
		САХАР	16	144
		ПРЯНИКИ	50	450
		РИС	70	630
		РЫБА КОНСЕРВ	75	675
		ХЛЕБ ЧЕРН	40	360
		ОВОЩИ	50	450
		Итого:	304	2736
2 ДЕНЬ	ЗАВТРАК	ОВСЯНКА	60	540
		СГУЩЕНКА	35	315
		ИЗЮМ В КАШУ	20	180
		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	40	360
		СЫР	40	360
		САХАР	20	180
		ЧАЙ	3	27
		ЗЕФИР	50	450
		Итого:	268	2412
	ОБЕД	СОК	200	1800
		ОВОЩИ	100	900
		ПЕЧЕНЬЕ	50	450
		ХЛЕБ ЧЕРНЫЙ	50	450
		КОЛБАСА С/К	50	450
		Итого:	450	4050
	УЖИН	САХАР	16	144
		ЧАЙ	3	27
		ШОКОЛАД МОЛ	50	450
		МАКАРОНЫ	70	630
		МЯСО СУШ	25	225
		ХЛЕБ ЧЕРН	40	360
		ОВОЩИ	50	450
		Итого:	254	2286
3 ДЕНЬ	ЗАВТРАК	ПШЕНО	60	540
		СГУЩЕНКА	35	315
		КУРАГА В КАШУ	20	180
		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	40	360
		СЫР	40	360
		САХАР	16	144
		ЧАЙ	3	27
		ПЕЧЕНЬЕ	50	450
		Итого:	264	2376
	ОБЕД	СОК	200	1800
		ХЛЕБ ЧЕРНЫЙ	50	450
		ПАШТЕТ ПЕЧЕНОЧНЫЙ	50	450
		ОВОЩИ	100	900
		КОНФЕТЫ	50	450
		Итого:	450	4050

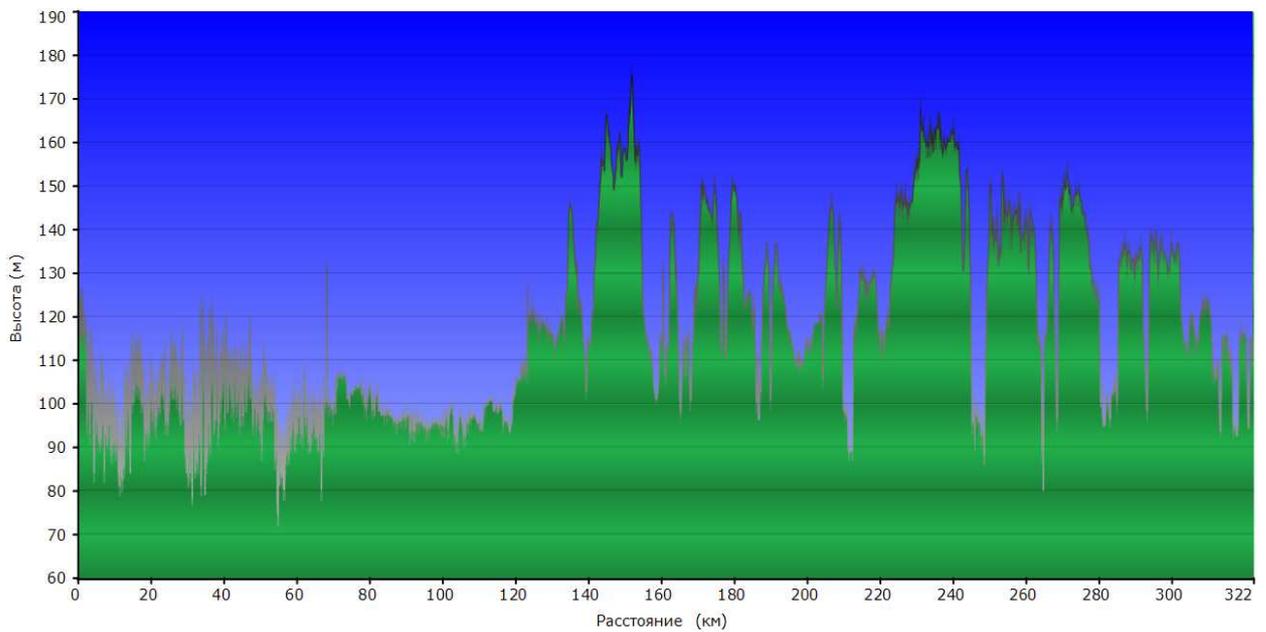
	УЖИН	ЧАЙ	3	27
		САХАР	16	144
		ВАФЛИ	50	450
		КАРПЮР	60	540
		СЕЛЕДКА	75	675
		ХЛЕБ ЧЕРН	40	360
		ОВОЩИ	50	450
		Итого:	294	2646
4 ДЕНЬ	ЗАВТРАК	МАКАРОНЫ	60	540
		КОНФЕТЫ	50	450
		КОЛБАСА С/К	40	360
		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	40	360
		СЫР	40	360
		САХАР	16	144
		ЧАЙ	3	27
		Итого:	249	2241
	ОБЕД	СОК	200	1800
		ХЛЕБ ЧЕРНЫЙ	50	450
		КОЛБАСА С/К	50	450
		ОВОЩИ	100	900
		КОНФЕТЫ	50	450
		Итого:	450	4050
	УЖИН	ЧАЙ	3	27
		САХАР	16	144
		МАРМЕЛАД	50	450
		ГРЕЧКА	70	630
		МЯСО СУШ.	25	225
		ХЛЕБ ЧЕРН.	40	360
		ОВОЩИ	50	450
		Итого:	254	2286

Комментарий:

Сложностей в закупке продуктов не возникало, меню отлично подходило на протяжении всего маршрута. Кол-во продуктов рассчитано правильно, группа была сыта, лишних продуктов не оставалось. За счет низкой категории сложности маршрута и благоприятных условий удавалось обойтись без горячих обедов.

Бальная оценка сложности велосипедного маршрута

Высотный график маршрута



Определение интенсивности прохождения маршрута

Коэффициент эквивалентного пробега

Таблица 11

Тип покрытия	Сумма расстояния участков, км	Доля расстояния	К _{Эп} , покрытия	К _{Эп} , участка
Асфальт	193,6	0,66	1	0,66
Песок, плотный, сухой	30,9	0,096	1,1	0,11
Грунт, хорошего качества, сухой	69,8	0,22	1,1	0,24
Грунт, хорошего качества, мокрый	9,7	0,03	1,1	0,03

Коэффициент эквивалентного пробега К_{Эп}=1,04

L _ф – фактическая протяженность маршрута, км	304
L _н – номинальная протяженность маршрута по ЕВСКМ (таб. №1), км	300
T _ф – фактическая продолжительность прохождения маршрута, дней	5
T _н – продолжительность похода по ЕВСКМ (таб. №1)	6
К _{Эп} – коэффициент эквивалентного пробега	1,04
ЛП – локальные препятствия на маршруте	0
I = (L_ф*К_{Эп} + ЛП)*T_н / T_ф*L_н=(320,6*1,04+0)*6/5*300=1,33	

Образцы дорожных покрытий



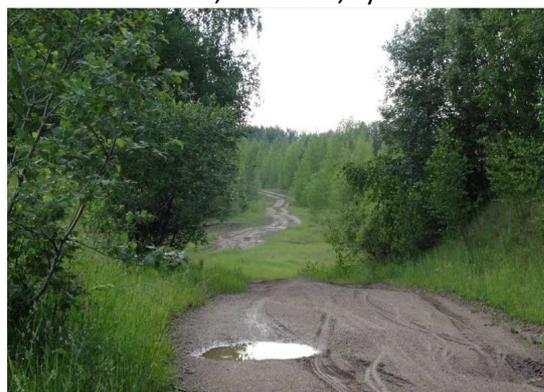
Асфальт



Песок, плотный, сухой



Грунт, хорошего качества, сухой



Грунт, хорошего качества, мокрый

Определение автономности прохождения маршрута

На всем протяжении маршрута была одинаковая автономность. Автономных участков не было, ночевки в гостиницах не было.

A=0,8

Расчет категории трудности протяженных препятствий.

Паспорт протяженного препятствия №1

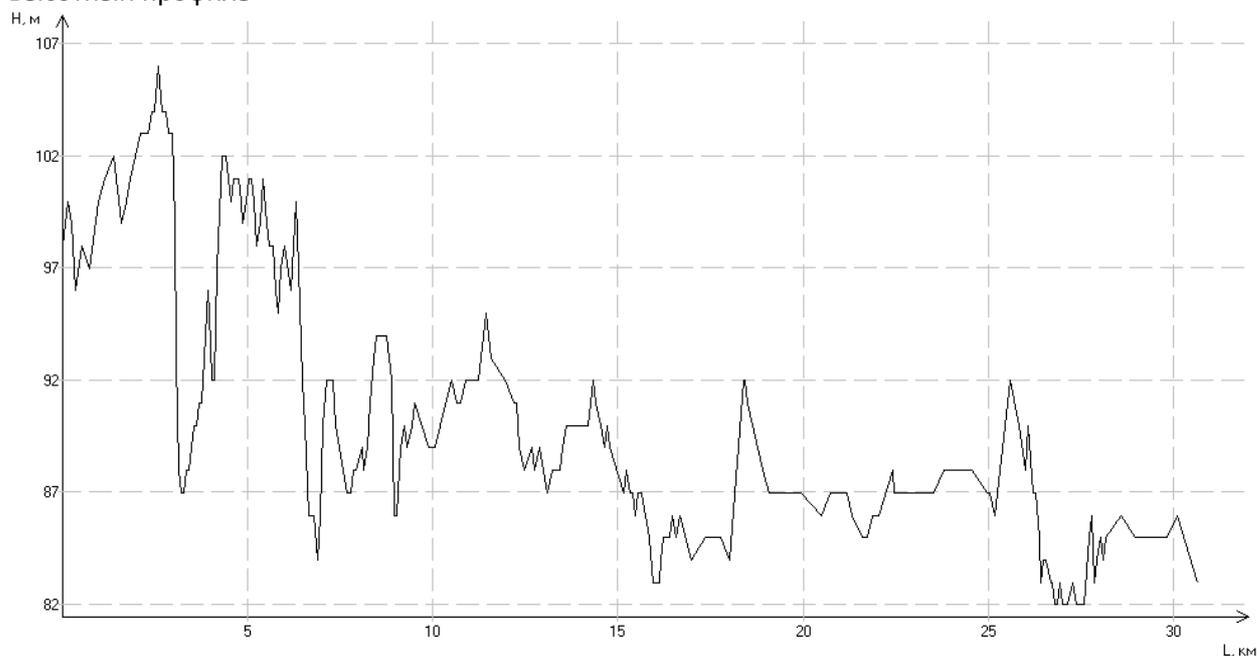
1. Общие сведения

Наименование: ПП1 Дамба.

Район: Ярославская область.

Границы: д. Калинтьевская – д. Рыбницы

Высотный профиль



2. Параметры препятствия.

Препятствие равнинное.

Протяженность препятствия: 30661м.

Покрытие: песок, плотный, сухой.

Минимальная высота: 82м.

Максимальная высота: 106м.

Набор высоты: 125м.

Сброс высоты: 140м.

3. Описание препятствия.

Свернув с дороги, которая ведет в СТ Елочка, попадаешь на лесную дорогу, ведущую в деревню Диево-Городище. Дорога хорошо проезжаема в седле, но местами была разрыта и переделана в противопожарный ров, который в итоге уходит правее, что затрудняет ориентирование. Местами дорога заросла, приходится слезть с велосипеда. При въезде в Диево-Городище дорога принимает вид автомобильной, однако покрытие по прежнему песчаное, что затрудняет передвижение в сухую летнюю погоду. После деревни Старое, дорога переходит в узкую приподнятую колею с неизменно песчаным покрытием и продолжается до деревни Рыбницы.

4. Фотографии препятствия



5. Расчет препятствия.

5.1 Коэффициент протяженности ($K_{пр}$)

Протяженность препятствия 30661м, $K_{пр}=1,31$

5.2 Коэффициент покрытия ($K_{пк}$)

Покрытие: плотный, сухой песок, $K_{пк}=1,6$

5.3 Коэффициент набора высоты ($K_{нв}$)

Суммарный набор высоты 123м, $K_{нв}=1,06$

5.4 Коэффициент крутизны ($K_{кр}$)

Средний уклон спуска 1,23%, средний уклон подъема 1,26%, $K_{кр}=0,99$

5.5 Коэффициент абсолютной высоты ($K_{в}$)

Средневзвешенная высота 89,81, зона 5, равнины, $K_{в}=1$

5.6 Сезонно-географический показатель

Температура во время преодоления препятствия 18°C, климатический фактор, $K=1,07$

Район расположения препятствия благоприятный, географический показатель, $\Gamma=1$

Сезонно-географический показатель, $СГ=1,07$

5.7 Расчет категории трудности

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

$КТ=1,31 * 1,6 * 1,06 * 0,99 * 1,00 * 1,07=2,35$

ПРЕПЯТСТВИЕ СООТВЕТСТВУЕТ II КАТЕГОРИИ ТРУДНОСТИ

Паспорт протяженного препятствия №2

1. Общие сведения

Наименование: ППЗ В Плес .

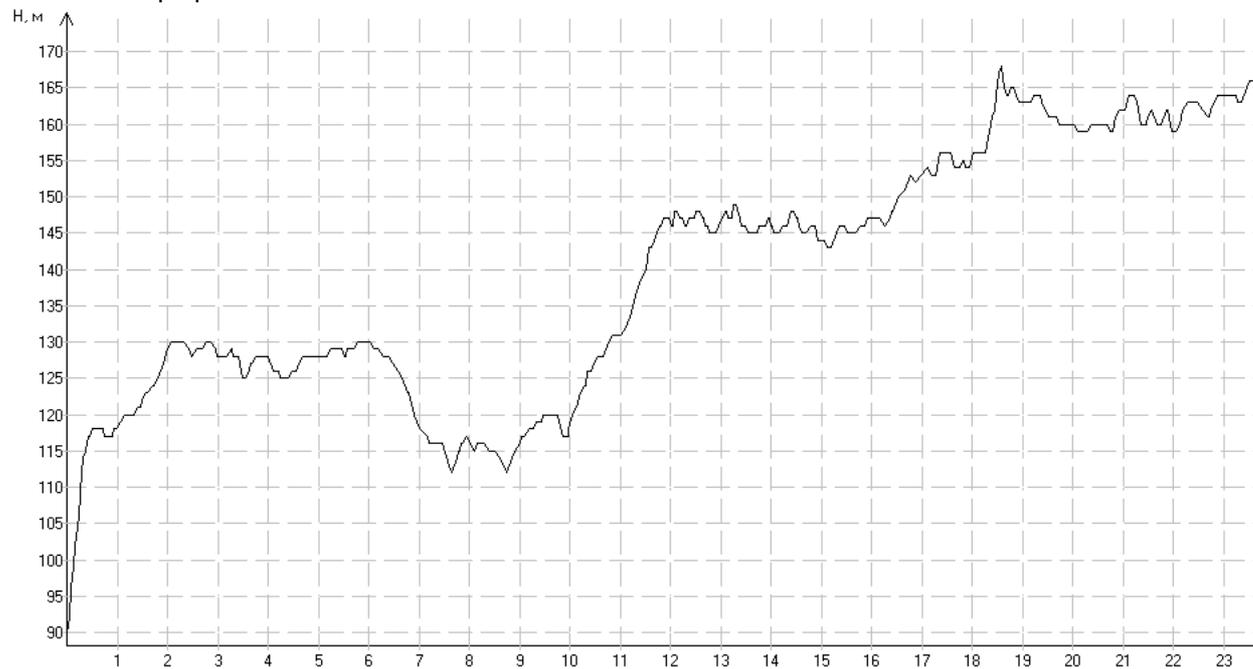
Район: Ивановская область.

Границы: д. Старово – дорога Приволжск - Плес

Карта и трек



Высотный профиль



2. Параметры препятствия.

Препятствие равнинное.

Протяженность препятствия: 23370м.

Покрытие:

гравий/щебень, хор. качества, сухой: 14370м

грунт, хор. качества, мокрый: 9000м.

Минимальная высота: 89м.

Максимальная высота: 168м.

Набор высоты: 173м.

Сброс высоты: 96м.

3. Описание препятствия.

После переправы через реку Волга из поселка Красный-на-Волге в Красные Понжи начинается хорошая грунтовая дорога с редкими выбоинами, которые без проблем объезжаются. После населенного пункта Светочева гора дорога принимает характер лесной, судя по следам местные жители пользуются дорогой исключительно на малых средствах передвижения (мотоциклы, квадроциклы). После того как начался дождь местные жители убеждали, что по этой дороге после дождя на велосипеде не проехать, но практика показала, что дорога даже после проливного дождя хорошо проезжается. В некоторых местах дорога была достаточно скользкой, были зафиксированы случаи падения участников, с травмами которые в последующем мешали полноценному управлению велосипедом.

4. Фотографии препятствия



5. Расчет препятствия.

5.1 Коэффициент протяженности ($K_{пр}$)

Протяженность препятствия 23370м, $K_{пр}=1,23$

5.2 Коэффициент покрытия ($K_{пк}$)

Покрытие:

гравий/щебень, хор. качества, сухой $K_{пкс}=1,2$, протяженность участка 14370м,

грунт, хор. качества, мокрый $K_{пкм}=1,8$ протяженность участка 9000м,

$K_{пкобщ}=1,28$

5.3 Коэффициент набора высоты ($K_{нв}$)

Суммарный набор высоты 170м, $K_{нв}=1,08$

5.4 Коэффициент крутизны ($K_{кр}$)

Средний уклон подъема 1,9%, средний уклон спуска 1,66%, $K_{кр}=1,00$

5.5 Коэффициент абсолютной высоты (K_B)

Средневзвешенная высота 139,04м, зона 5, равнины, $K_B=1$

5.6 Сезонно-географический показатель

Температура во время преодоления препятствия 16°C , климатический фактор, $K=1.01$

Район расположения препятствия благоприятный, географический показатель, $\Gamma=1$

Сезонно-географический показатель, $СГ=1,01$

5.7 Расчет категории трудности

$$KT = K_{\text{пр}} * K_{\text{ПК}} * K_{\text{НВ}} * K_{\text{КР}} * K_B * СГ$$

$$KT = 1,23 * 1,43 * 1,08 * 1,00 * 1,00 * 1,01 = 1,92$$

ПРЕПЯТВИЕ СООТВЕТСТВУЕТ I КАТЕГОРИИ ТРУДНОСТИ

Паспорт протяженного препятствия №3

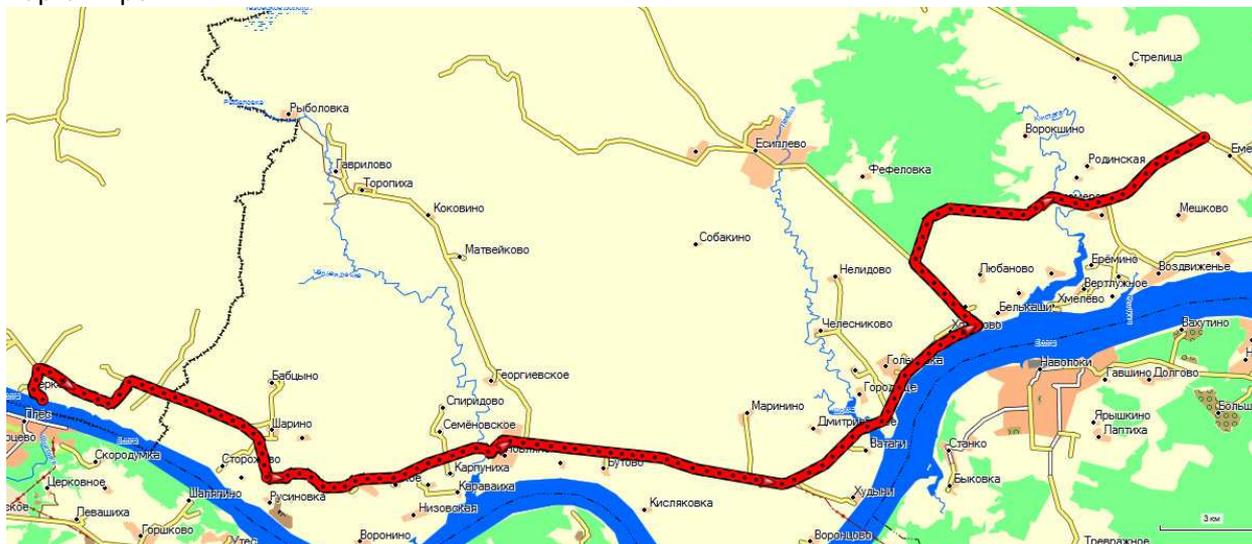
1. Общие сведения

Наименование: ППЗ Грунтовка от Пlesa до поселка Емельяново.

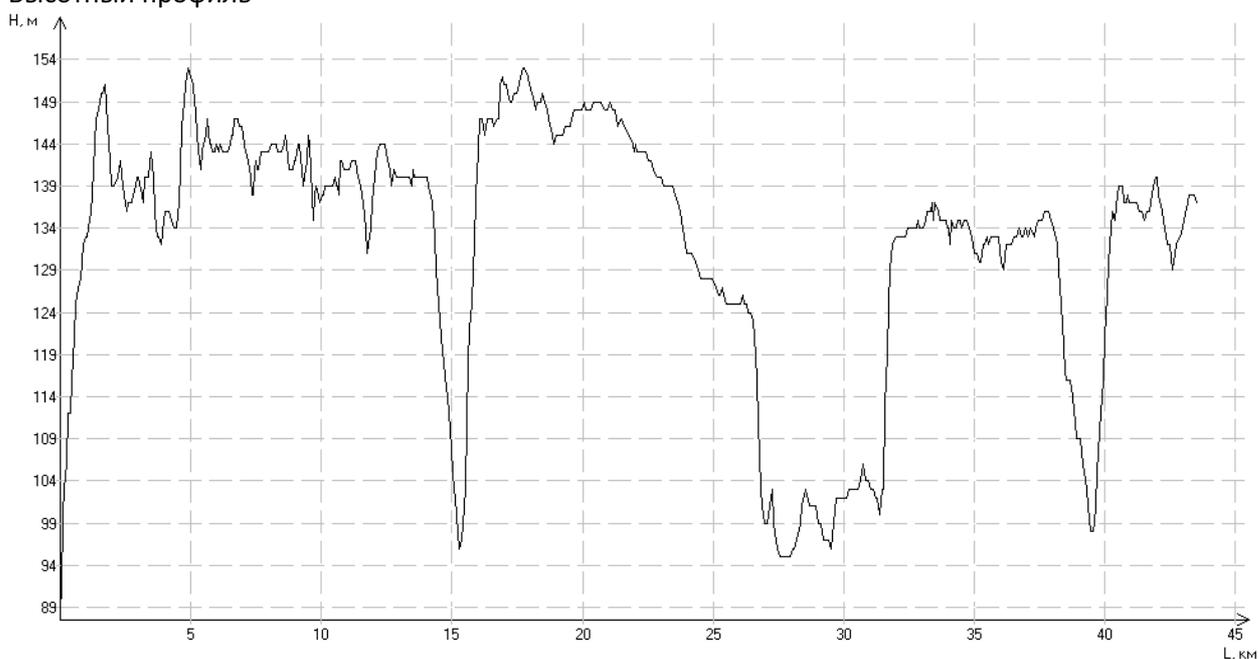
Район: Ивановская область.

Границы: г. Плес – п. Емельяново

Карта и трек



Высотный профиль



2. Параметры препятствия.

Препятствие равнинное.

Протяженность препятствия: 43573м.

Покрытие: гравий/щебень, разбитый

Минимальная высота: 89м.

Максимальная высота: 153м.

Набор высоты: 371м.

Сброс высоты: 323м.

3. Описание препятствия.

После переправы через реку Волга из города Плес попадаешь на грунтовую, разбитую дорогу усеянную кочками, ямами и ухабами, приходится постоянно объезжать. Местные жители активно катаются по этой дороге на мототранспорте. Встречается достаточно много развилок не указанных на карте это связано с тем, что за последние годы в той области были построены дачи и проведены к ним грунтовые дороги, а карты не обновлялись. После деревни Борщевка дорога принимает вид, нормального грейдера и идет до деревни Емельяново.

4. Фотографии препятствия



5. Расчет препятствия.

5.1 Коэффициент протяженности ($K_{\text{пр}}$)

Протяженность препятствия 43573м, $K_{\text{пр}}=1,44$

5.2 Коэффициент покрытия ($K_{\text{пк}}$)

Покрытие:

гравий/щебень, разбитый, мокрый 13573м, $K_{\text{пк}}=1,5$,

гравий/щебень, хор. качества, сухой, 30000м, $K_{\text{пк}}=1,2$.

$K_{\text{пкобщ}}=1,29$

5.3 Коэффициент набора высоты ($K_{\text{нв}}$)

Суммарный набор высоты 369м, $K_{\text{нв}}=1,18$

5.4 Коэффициент крутизны ($K_{\text{кр}}$)

Средний уклон подъема 2,85%, средний уклон спуска 2,14%, $K_{кр}=1,04$
5.5 Коэффициент абсолютной высоты (K_B)
Средневзвешенная высота 134,06, зона 5, равнины, $K_B=1$

5.6 Сезонно-географический показатель

Температура во время преодоления препятствия 18°C , климатический фактор, $K=1,03$

Район расположения препятствия благоприятный, географический показатель, $\Gamma=1$

Сезонно-географический показатель, $\text{СГ}=1,03$

5.7 Расчет категории трудности

$KT=K_{пр} * K_{пк} * K_{нв} * K_{кр} * K_B * \text{СГ}$

$KT=1,44 * 1,29 * 1,18 * 1,04 * 1,00 * 1,03=2,35$

ПРЕПЯТВИЕ СООТВЕТСТВУЕТ II КАТЕГОРИИ ТРУДНОСТИ

Сумма баллов за препятствия:

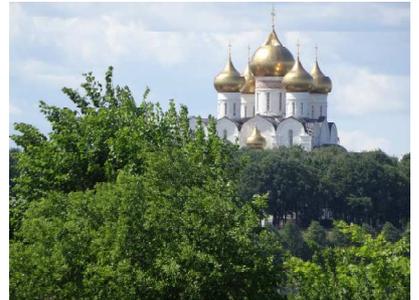
$\text{С}=2,35+1,92+2,35=6,62$

$\text{КС}=\text{С} * \text{I} * \text{А}=6,62 * 1,33 * 0,8=7,04$

Поход соответствует первой категории сложности.

Фотоматериалы к маршруту











Комментарии и выводы

Группой Московского клуба велотуристов был пройден велосипедный спортивный туристский маршрут с 11 по 16 июня 2014 года вдоль реки Волга по Ярославской, Костромской и Ивановской областям. Цели и задачи маршрута полностью выполнены. При подготовке маршрута были использованы как традиционные методы (поиск информации на сайтах организаций, изучение отчетов предыдущих групп), так и ранее не упомянутые (общение с местными жителями в социальных сетях), в частности для того чтобы узнать расписание и возможность переправ через реку Волга. Как показала практика эти сведения были самыми надежными и актуальными.

Было произведено три переправы: в Красном Профинтерне, в Красном-на-Волге и в Плесе. В Красном Профинтерне и Плесе переправа была осуществлена благодаря местным «водным такси». Не рекомендуется планировать переправу в Красном Профинтерне на позднее время (позже 17:00), т.к. местные жители перестают осуществлять перевозки. В Плесе проблемы с переправой нет, судя по количеству туристов и местных «водных такси», перевозки осуществляются вероятно и в ночное время. Особое внимание стоит обратить на стоимость перевозок в Плесе, вполне возможно сбить цену более чем в два раза (с двухсот пятидесяти до ста рублей). Переправа в Красном-на-Волге не представляет трудности, паром курсирует каждый час с 9:00 до 18:00.

Заброска осуществлялась двумя электричками. Практика показала, что это не самый надежный вариант, однако группе это не сильно помешало, и из графика она особо не вышла, за счет незначительного сокращения километража и культурной программы. Рекомендуется заброска группы на поезде Москва-Ярославль.

Маршрут отлично подходит для новичков, так как преобладает дорогами с малой интенсивностью движения, относительной простотой дорожного покрытия и абсолютно пологим рельефом. Также маршрут можно использовать в коммерческой сфере, как экскурсионный за счет обильного количества достопримечательностей, простоты маршрута и отсутствием необходимости пересекать границы и покупать иностранную валюту, что достаточно актуально в 2015 году.

Над отчетом работали:

- Морозов Вячеслав Андреевич – расчет препятствий, верстка отчета
- Трубицына Александра Александровна – достопримечательности на маршруте
- Шумский Павел Яковлевич – стоимость питания и средств передвижения
- Кулакова Валентина Алексеевна – состав аптечки первой помощи
- Савин Евгений Анатольевич – техническое описание прохождения маршрута
- Урлих Максим Васильевич – список общественного снаряжения
- Дрыга Данила Олегович – состав ремонтного набора
- Лещенко Оксана Васильевна – организация питания на маршруте
- Сизенков Вадим Александрович - фотоматериалы