



ОТЧЕТ

**о прохождении велосипедного туристского спортивного маршрута
IV категории сложности по Кольскому полуострову,
совершенном группой Клуба туристов при МГТУ им. Н.Э. Баумана
в период с 3 по 16 августа 2014 года**

Маршрутная книжка №1/5-4 (ФСТ-ОТМ)

Руководитель группы: Полякова Ирина Владимировна

Адрес: г. Москва, Красностуденческий пр-д, д. 2, кв. 216

Тел.: 8-916-835-25-76

E-mail: irina0988@gmail.com

Маршрутно-калификационная комиссия ФСТ-ОТМ рассмотрела отчет и считает, что маршрут может быть зачтен руководителю и всем участникам категорией сложности.

Отчет использовать в библиотеке.....

Судья по виду: (.....)

Председатель МКК: (.....)

Штамп МКК

Оглавление

Справочные сведения (Паспорт спортивного похода)	4
<i>Проводящая организация:</i>	4
<i>Место проведения:</i>	4
Общие справочные сведения о маршруте	4
Подробная нитка маршрута:	4
Схема маршрута:	5
Определяющие препятствия похода	6
Список участников:	7
Характеристика района похода	10
Общая информация	10
Достопримечательности	11
Цели и общая характеристика маршрута	23
Варианты подъезда и отъезда	23
Аварийные выходы с маршрута	24
Изменения маршрута и их причины	24
График движения заявленный	25
График движения фактический	26
Таблица метеонаблюдений	27
Техническое описание маршрута	29
День первый – 3 августа	29
День второй – 4 августа	34
День третий – 5 августа	38
День четвертый – 6 августа	40
День пятый – 7 августа	45
День шестой – 8 августа	49
День седьмой – 9 августа	52
День восьмой – 10 августа	56
День девятый – 11 августа	59
День десятый – 12 августа	64
День одиннадцатый – 13 августа	67
День двенадцатый – 14 августа	70
День тринадцатый – 15 августа	73
День четырнадцатый – 16 августа	76
Дополнительные сведения о походе	79

Бюджет	79
Питание.....	80
1.1.1. Раскладка	82
1.1.2. Пункты пополнения запаса продуктов и воды.....	87
1.1.3. <i>Рецепты</i>	87
Общественное снаряжение	89
Состав аптечки и случаи оказания первой помощи	92
Эксплуатация и ремонт средств передвижения.....	97
Бальная оценка сложности велосипедного похода	103
Расчет категории трудности протяженных препятствий.....	103
1.1.1.	П
П №1, ж\д ст. Хибинь – начало подъема на Ю. Рисчорр	103
1.1.2. ПП №2 Начало подъема на Юж. Рисчорр –пер. Ю. Рисчорр – р.Каскаснойок	104
1.1.3. ПП №3 пер. Намуайв – оз. Умба	107
1.1.4. ПП №4 Ревда (Ульма)-пер. Геологов - начало дороги «1000 ручьев».....	108
1.1.5. ПП №5 Начало дороги «1000 ручьев» - развилка 72 км	110
1.1.6. ПП №6 Кировск-пер. Рамзай-ж\д ст. Хибинь.....	113
1.1.7. ПП №7 Пос. Октябрьский- пос. Инга.....	114
1.1.8. ПП №8 пос. Инга – р. Ригоручей.....	116
1.1.9. ПП №9 Пос. Кашкаранцы- до выезда на грейдер до пос. Варзуга.....	118
Определение интенсивности прохождения маршрута	119
1.1.10. <i>Коэффициент эквивалентного пробега Кэп</i>	119
1.1.11. Интенсивность	121
1.1.12. Автономность	121
1.1.13. Сумма баллов за препятствия:	121
Высотный график маршрута.....	122
Треки по дням	123
Перевальные записки, снятые группой	124

Справочные сведения (Паспорт спортивного похода)

Проводящая организация:

Клуб туристов при МГТУ им. Баумана

105094, г. Москва, ул. Госпитальная набережная, 4\2

<http://www.tkmgtu.ru/>

Место проведения:

Российская Федерация, Кольский п-ов

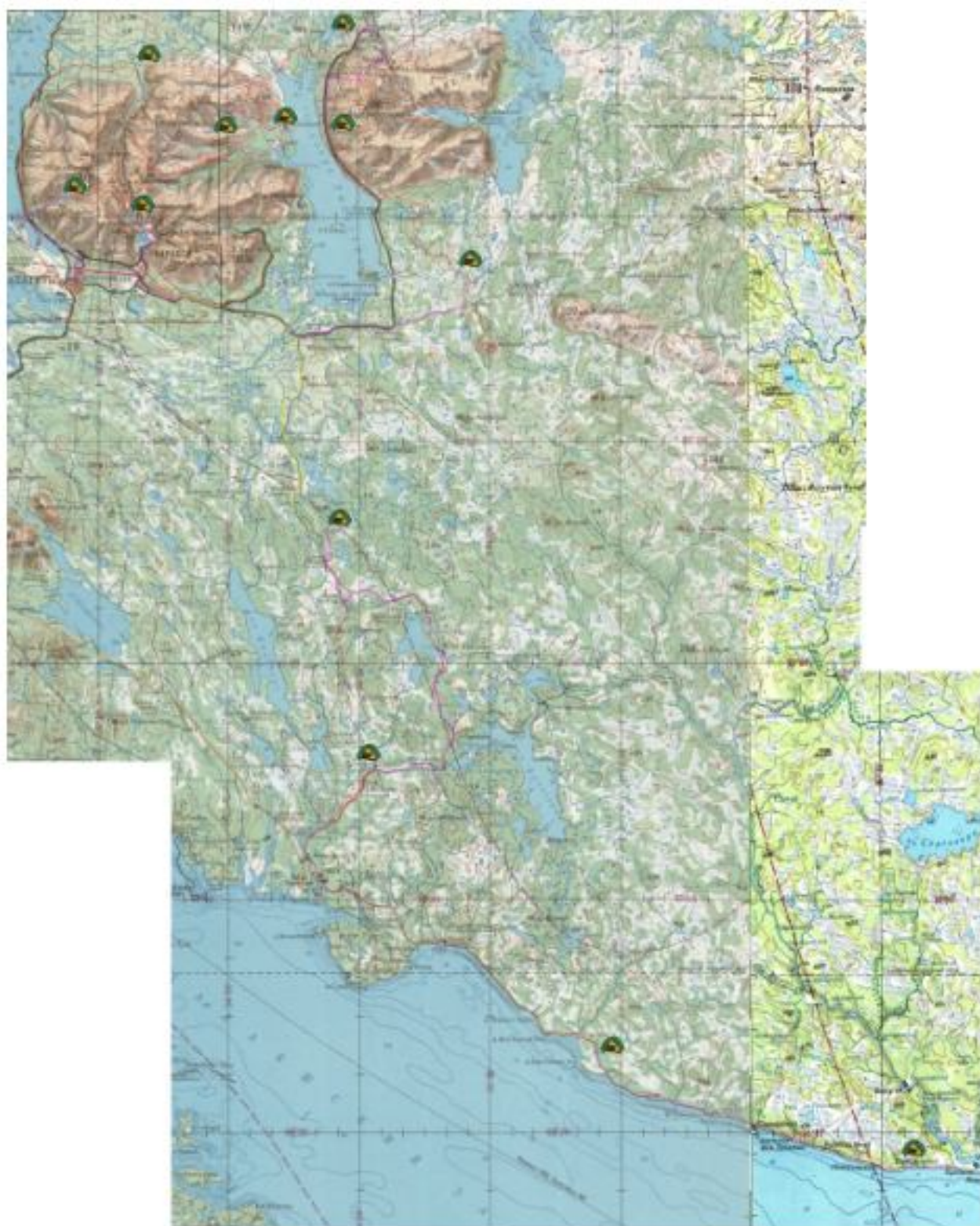
Общие справочные сведения о маршруте

Дисциплина маршрута	Категория сложности	Протяженность активной части маршрута, км	Продолжительность		Сроки проведения
			Общая	Ходовых дней	
Велосипедный поход	4	720	14	14	03.08.2014-16.08.2014

Подробная нитка маршрута:

Хибины – Имандра – р. Бассейная Куна - Большая Куна – База ПСС Куэльпорр –Верховья р. Рисйок - пер. Южный Рисчорр - оз. Академическое – пер. Куропачий – залив Тульилухт – Нижний Ньюрьявр – Верхний Ньюрьявр – пер. Намуайв – р. Кальйок –мыс Литт – р. Сура – Ревда – пер. Геологов – р. Сенгизйок – Пос. Пунча – Трасса М509 – Умбозеро – Октябрьский – Коашва – Рудник Восточный – р. Вуонимйок – пер. Юкспоррлак – Юкспоррийок – мал. Вудьявр - Мал. Вудьявр – р. Паачвумйок – пер. Рамзай – оз. Тахьявр – р. Мал. Белая – Апатиты – пос. Октябрьский – пос. Березовка – аэродром Хариусный – Ингозеро – Бол. Эпеш – пос. Инга – пос. Муна – пос. Вост. Мунозеро – р. Печема – п. Умба – р. Хлебная – пос. Оленица – р. Сиговка - Кашкаранцы – берег Белого моря – р. Варзуга - пос. Варзуга

Схема маршрута:



Определяющие препятствия похода

№	Вид препятствия	Категория трудности	Длина препятствия, км	Характеристика препятствия (характер, высота, название и т.п)
1.	вело	4	60	ж\д ст. Хибинь – начало подъема на Ю. Рисчорр
2.	Вело\пеше	4	27	начало подъема на Юж. Рисчорр –пер. Ю. Рисчорр – р.Каскаснюок
3.	вело	4	16	пер. Намуайв – оз. Умба
4.	вело	4	20	Ревда (Ульма)-пер. Геологов - начало дороги «1000 ручьев»
5.	вело	4	60	Начало дороги «1000 ручьев» - развилка 72 км
6.	Вело\пеше	4	30	Кировск-пер. Рамзай-ж\д ст. Хибинь
7.	вело	3	60	Пос. Октябрьский- пос. Инга
8.	вело	3	80	пос. Инга – р. Ригоручей
9.	вело	3	43	Пос. Кашкаранцы- до выезда на грейдер до пос. Варзуга

Список участников:

Фамилия Имя Отчество	Год рождения	Место жительства	Туристский опыт	Обязанности в группе
Полякова Ирина Владимировна 	1988	г. Москва	6ВеУ (Фанские горы, Памир); 5ВеР (Тянь-Шань) 5ВеР (Китай)	Руководитель
Лоскутников Андрей Игоревич 	1989	г. Москва	5ВеУ (Тянь-Шань)	Штурман, летописец
Загуменова Ирина Владимировна 	1984	г. Москва	5ВеУ (Тянь-Шань)	Завснар
Архипов Алексей Юрьевич 	1980	г. Москва	2 с эл. 4ВеУ (Кавказ)	Хронометрист

Фамилия Имя Отчество	Год рождения	Место жительства	Туристский опыт	Обязанности в группе
Рождественская Мария Владимировна 	1987	г. Москва	2 с эл. 4BeУ (Кавказ)	Завхоз, фотограф, казначей
Лазарев Антон Александрович 	1993	г. Москва	2 с эл. 4BeУ (Кавказ)	Медик
Малютин Артём Юрьевич 	1991	г. Москва	2 с эл. 4BeУ (Кавказ)	Штурман

Фамилия Имя Отчество	Год рождения	Место жительства	Туристский опыт	Обязанности в группе
Васильев Сергей Игоревич 	1988	МО, г. Жуковский	2 с эл. 4ВеУ (Кавказ)	Механик
Глазунова Наталья Владимировна 	1976	г. Москва	2 с эл. 4ВеУ (Кавказ)	Фотограф, метеоролог
Иванов Иван Александрович 	1988	г. Москва	2 с эл. 4ВеУ (Кавказ)	Видеооператор

Характеристика района похода

Общая информация

Кольский п-ов расположен на самом северо-западе материковой части России. Название полуострову дала речка Кола, несущая свои воды к Баренцеву морю. Кстати, на картах начала XX века и сам полуостров именовался Колой. В старину вдоль побережья селились поморы, во внутренних частях полуострова – саамы, у Кандалакшского залива – карелы. Полярный круг пересекает полуостров почти у основания – в районе Кандалакшского залива Белого моря. Таким образом, в пределах Заполярья лежит почти весь Кольский полуостров (площадь около 100 тыс. кв. км). Примерно 80% его территории занято тайгой и лесотундрой с берёзовым криволесьем, и лишь прибрежная полоса Баренцева моря – настоящая тундра.



Вся поверхность Кольского полуострова неоднократно покрывалась ледниками, наступавшими из Скандинавии, а в бассейне реки Поной существовал и «местный» ледниковый щит. Ледники оставили в рельефе полуострова многочисленные следы. Это и морены, и характерные штрихи на скалах, и валуны, принесённые издалека. По таким отметинам можно восстановить события глубокого прошлого. Последний ледниковый покров растаял примерно 10 тыс. лет назад; освободившись от гигантской нагрузки, полуостров стал относительно быстро (на несколько миллиметров в год) подниматься.

В центральной части Кольского полуострова расположены горные массивы, или тундры, как их здесь называют: Мончетундра, Сальные, Волчьи, Ловозерские и, конечно, Хибинские тундры, или просто Хибины. Хибинские тундры – самое высокое место на Кольском полуострове – до 1200 м над уровнем моря. Они окаймлены с севера и юга лесотундрой, а с запада и востока – прекрасными голубыми озерами Имандра и Умбозеро. Горный массив можно сравнить с караваем хлеба, разрезанным в разных направлениях речными долинами. Хибины – столовые горы с выровненными вершинами-плато, обрывистыми скальными склонами, быстрыми горными

речками и ручьями. Их красота сдержанно-сурова, она оставляет неизгладимых след в памяти каждого, кто побывал в Хибинах хотя бы однажды. Кстати, в каждой из тундр есть свой шаман, который отвечает за



Фрагмент карты «*Tabula Russie*» 1614

«На плато Расвумчорр не приходит весна...» Строки некогда популярной песни Юрия Визбора как нельзя лучше могут рассказать о климате Хибин, да и всего Кольского полуострова. Весны в крае действительно нужно дожидаться очень долго. Иногда лишь к середине июня начинают лопаться почки на деревьях, робко проглядывает из-под тающего снега мать-и-мачеха. Короткое, полтора-два месяца, «комариное» лето иногда выдаётся тёплым (в этом году лето выдалось очень жарким, весь июль и август средняя температура днем редко опускалась ниже 25 градусов тепла, большая часть мелких речек практически исчезла, превратившись в лужи с еле двигающейся под камнями водой). В полярный день, когда солнце не прячется за горизонтом (это можно увидеть только с возвышенных участков или с вершин плато), природа словно спешит поскорее наверстать упущенное. Зацветают брусника и голубика (местные называют ее «ганабобель»), появляются нежные цветки полярного мака. К осени день становится заметно короче и темнее, зато на прощание тундра дарит изумительные по красоте сочетания красок: алые листья карликовой берёзки, белый ягель, разноцветные куртины ягод – шикши, черники, голубики, брусники, красные резные листья рябины.

Достопримечательности

Перевал Рамзая

Перевал – ущелье длиной 300 м и с высокими стенами. Здесь в 1997 г. установлена мемориальная доска в честь В. Рамзая (финский геолог-исследователь Хибин). Гигантская трещина в массиве Тахтарвумчорр, которая соединяет верховья Малой Белой и Поачйока (впадающего в Малый Вудъявр).



Из Кировска через пер. Рамзая можно попасть к ж\д ст. Хибинь. Из ущелья в долину Малой Белой ведет некрутой короткий спуск. На этом

спуске хороший обзор перевалов Зап. Петрелиуса и Вост. Петрелиуса. Длина ущелья достигает примерно 650 м, а высота 300 м. Когда нет снежника, по огромным камням, которыми усыпано дно, идти через перевал неудобно.



Заметить наклон в сторону долины реки Почйок можно во второй половине ущелья. Вначале по сыпучим краям ручья проходит длинный пологий спуск. Тропа выходит на плато, после участка извилистого русла, а в конце плато ручей поворачивает направо. Далее начинается лесная зона, в которую входит тропа и поднимается на крутой сыпучий склон. В долине Поачвум склоны лавиноопасны. Невысокие и небольшие по площади (всего 35 на 40 км) Хибины являются одним из самых лавиноопасных районов России. Весной снег максимально насыщен талой водой и дождевой влагой, тогда со склонов гор сходят водоснежные потоки.

Ревда

«Ревтом» саамы называли рехкающего во время брачного сезона оленя. Кстати, именно олень изображен на гербе этого поселка. Поселок Ревда располагается в Ловозерском районе Мурманской области. Свое название поселок получил от одноименного озера, расположенного поблизости. В



переводе с саамского – Ревда - означает «яма, место сбора оленей и лосей в период осеннего гона». Поселок был основан в 1950 году в связи с началом добычи и переработки лопаритовой руды. На данный момент население поселка составляет около 8000 человек. Градообразующим предприятием является Ловозерский горно-обогатительный комбинат, в состав которого входят два подземных рудника «Карнасурт» и «Умбозеро».

Вот уже 56 лет комбинат осуществляет добычу лопаритовой руды, её обогащение и получение лопаритового концентрата - сырья для производства редких и редкоземельных металлов: тантал (электроника, химическое оборудование, оптика, акустика, хирургия, квантовые генераторы); ниобий

(легированные стали, электроника, химическое оборудование, оптика, сверхпроводники, атомная промышленность); титан; редкоземельные металлы (катализаторы, стекло, металлургия, керамика, люминофоры, магниты, лазеры).

15 мая 1992 года решением X сессии XXI созыва Ревдского поселкового Совета народных депутатов был утвержден герб поселка городского типа Ревды, образованного в 1950 году.

Для любителей индустриального туризма в окрестностях Ревды есть заброшенный профилакторий.

Перевал Геологов

На любой карте Ловозерских Тундр можно увидеть перемычку между цирком в верховьях ручья Азимут и Вторым (западным) цирком Раслака. Эта неширокая перемычка (150-200 м) и есть перевал Геологов. Но пройти его из долины в долину нельзя из-за отвесных стен цирков, а зимой еще из-за огромных снежных карнизов. Из цирка ручья Азимут, большого двойного цирка, в южной части которого лежит крупное озеро Горное, можно было бы по центру цирка подняться на склон Кедыквырпахка, северной горы массива Ангвундас-чорр, а затем спуститься на седловину перевала, но спуститься в цирк Раслака с седловины невозможно.



Перевал Геологов проходится в поперечном направлении, между вершинами Аллуайв и Кедыквырпахк, но только в хорошую погоду, так как перемычка перевала узкая, а с обеих сторон обрывы с карнизами. Кроме того, склоны Кедыквырпахка

зимой почти всегда обледенелые, и при сильном ветре на них трудно удержаться. Подняться на массив Ангвундасчорр можно или долиной Чинглусуая, или долиной Тулбионуая - первого правого притока Эльморайока. Второй путь выводит ближе к перевалу. Спуститься с Аллуайва можно либо в цирк Раслака в северной его части, недалеко от поселка Ильма, либо по пологому северному отрогу Аллуайва к поселку Ревда.

Перевал Геологов совсем не похож на перевал. Это - перемычка между цирком в верховьях ручья Азимут и Западным цирком Раслака. Ширина метров 150. Из цирка в цирк этот перевал непроходим. Его ходят поперк, т.е. с вершины Аллуайв на вершину Кедыквырпахк. В этом случае переход по перевалу похож на комфортную прогулку. Имеется в виду переход летом. Ведь, по нему идет старая дорога. Слева и справа, правда, крутые обрывы, но дорога далека от них. Красив не сам перевал, а вид на цирки по бокам

Дорога 1000 ручьёв



И название дано не зря. Вся дорога практически на половине своей дистанции проходит по узкой полоске земли зажатой между Умбозером и Ловозерскими тундрами. В некоторых местах грунтовка выходит на полотно железной дороги и идет практически по шпалам.

Пару слов об истории этой «железки». Этот 100 километровый участок, соединяющий станцию «Титан» Мурманской ЖД с поселком Ревда, есть не что иное, как единственная действующая часть печально знаменитой «стройки № 509». Гигантский проект по строительству железнодорожной магистрали до незамерзающего порта Иоканьга через весь Кольский полуостров возложили, как водится, на заключенных. Ударная работа, и к 1953 году дорога была проведена до 100-го километра. Затем строительство было остановлено. И лишь один участок успел дойти до логического

завершения. А именно, та самая ветка до Ревды. По непроверенной информации ветка до Ревды строилась без соблюдения стандартов, в ускоренном темпе и планировалась только лишь для завоза многотонного оборудования для запуска ГОКа (Ловозерский горно-обогатительный комбинат). Использовать ее для



Памятный знак

вывоза продукции, а уж тем более для пассажирского движения, не планировалось. Но как это часто бывает, жизнь внесла свои коррективы, и в последующие годы ветка активно использовалась гражданскими поездами. В 90-е годы ветка окончательно перестала обслуживаться. Именно тогда дорога официально была закрыта для движения поездов. Т. е. их как бы и нет, но на самом деле движение не останавливалось. Насыпь постепенно размывалась теми самыми тысячами ручьями. Перевозки по дороге становились действительно экстремальным занятием. Часто происходили аварии, тепловозы сходили с рельс, с насыпи падали вагоны. До сих пор в точке 67.47,720 – 34.22,816 на боку лежит то, что раньше было маневровым тепловозом. По рассказу очевидца, состав 4 года назад сошел с рельс и наклонился, попытка его вытащить краном успехом не увенчалась, и его просто скинули на бок с насыпи. Так он и лежит там, уже изрядно порезанный металлостами. Еще в 2007 г железная дорога была цела, сейчас ее практически всю разобрали.

Аэродром Хариусный

Асфальтовая ВПП вытянута почти строго с севера на юг. Ее длина составляет 3000 метров, а ширина - 100 метров (как МКАД!!!). Параллельно основной полосе проходит «рулежка» чуть более скромных размеров. Между ними полоса леса шириной метров 250. «Рулежка» и ВПП соединены четырьмя



перемычками. На южном и северном конце ВПП нарисованы числа. Это магнитный курс взлета - для сверки и установки курсовой системы перед взлетом. На «рулежке» три заасфальтированных кармана с промаркированными местами для стоянки бортов. Всего 27 мест. В местах стоянок ширина «рулежки» достигает вообще колоссальной ширины - 200 метров. Такое мегасооружение могло означать одно - это один из запасных аэродромов стратегической авиации. Поиски в Интернете в открытых источниках подтверждают эту информацию. Это действительно запасной полевой аэродром 987 Морского ракетно-авиационного полка (МРАП), который базируется в знаменитом Североморске-3. Аэродром носит гордое

название Хариусный. Наверное, не надо рассказывать, чем там занимались в свободное от полетов время. Этот асфальт принимал на себя 79 легендарных тонн ТУ-16, того самого стратегического бомбардировщика, одна из модификаций которого перевозила ядерные боеголовки.

И эта куча асфальта окружена непроходимыми лесами. При этом не наблюдается никаких следов жизни. Только заброшенная вышка, с которой управляли взлетом/посадкой, и несколько хозяйственных построек, все в состоянии полной запущенности. Карманы для стоянки уже начинают зарастать деревьями.

Умба

Умба - поселок городского типа, административный центр Терского района Мурманской области. Население около 5,5 тыс. 110 км от Кандалакши.

Современный поселок Умба состоит из двух разных поселений: новой и старой части. Старая часть - жителями называемая «Умба-деревня» - ведет начало от старинного поморского села (упоминается в летописях с 1466 года) и располагается на одноименной реке. К востоку от Умбы-деревни располагается новая часть поселка. Она происходит от рабочего поселения «Лесной» на берегах губ Большой и Малой Пирь-губы. Оно было основано в 1898 г. промышленником Беляевым. Ранее основная часть поселка располагалась на острове Пирь между двух губ – Большой и Малой. Впоследствии между материком и островом образовался перешеек, и остров стал полуостровом.

Сейчас (2014 г.) Умба живет в основном рыбой, ягодами-грибами, подсобными хозяйствами и довольно активно пытается развивать туризм.

В поселке Умба мы посетили мастерскую и салон-магазин сувениров «Аметистовый берег». В сувенирном магазине большой выбор изделий из натуральных камней, поморские козули, подборка книг о Терском берегу, видеофильмы, сувениры из оленьего рога. Владельцы магазина – потомственные горные инженеры, рассказали нам о глендонитах - или беломорских рогульках – это загадочные минеральные образования необычной формы, напоминающие многолучевые звезды. Впервые глендонит был обнаружен в Гренландии, неподалеку от фьорда Икка (этим он обязан еще одному своему названию – «Икаит»). Глендонитом этот удивительный минерал был назван по наименованию одного из районов

Западной Австралии — Гленденбрука, где глендонит был обнаружен в древних карбонатных (коралловых) осадках. В России местонахождение глендонита находится близ села Оленица на Терском берегу Кольского полуострова. Глендонит не только очень оригинально выглядит, но и отличается своими благоприятными эзотерическими свойствами. Бытует мнение, что он успокаивает нервную систему, избавляет от бессонницы, беспричинных страхов, снимает утомление, раздражение и гнев. Это по-настоящему семейный камень, который помогает предотвратить любые конфликты в семейной жизни. Кулон из глендонита поможет пережить кризис, настроиться на позитив, принесет удачу и защитит от дурного глаза.

http://www.kandalaksha-reserve.org/kandalaksha_around/umba/umba_ametist.htm

Знак «Северный полярный круг»



Когда вы увидите стеллу с надписью "Полярный круг" можно считать что вы его почти достигли. Если ориентироваться по доступным картам настоящий полярный круг находится на 700 метров севернее, но это не существенно. Вокруг самой стеллы и на стелле привязано

огромное количество ленточек. Скорей всего эти ленточки завязываются на счастье молодоженов, но есть и еще версии.

Знак находится на трассе Умба-Варзуга в точке с координатами:

N: 66 33,42 E 34 59,66.

Кашкаранцы

Кашкаранцы - село в Терском районе Мурманской области. Расположено на берегу Белого моря. Сообщение с другими населенными пунктами автомобильным транспортом. При советской власти Кашкаранцы стали "Кашкаранским рыболовецким колхозом им. Сталина", во времена оттепели переименованным в "Передовик". Сегодня в Кашкаранцах постоянного населения почти нет, в основном летние дачники. Работы нет. Местные жители промышляют ловлей рыбы и сбором ягод.

Обособленный городок вокруг Кашкаранского маяка довольно благополучен по сравнению с остальным селом. Здесь есть свой дизель-

генератор, круглый год живут и работают шесть семей. Посторонним ходить не положено, объект Министерства обороны как никак. Рядом метеостанция, которой 20 июня 2011 г исполнилось 65 лет.

С давнего времени (не позднее в 1669 г.) существовала часовня в честь Тихвинской иконы Божией Матери, построенная иноками Соловецкого монастыря, жившими здесь на приказе при рыбных ловлях. В 1866 г. обращена в церковь через пристройку алтаря. В 1894 г. эта церковь сгорела до основания, от неизвестной причины. Вместо сгоревшей в 1895 г. построена новая. Рассказывают, что деньги на ее постройку дал польский купец Конрад Галтер, который на своем судне потерпел крушение в шторм, чудом достиг кашкаранского берега и был спасен жителями села. В советское время (1932) церковь закрыли, здание использовали под сельский клуб. В 2002 г. церковь возвращена епархии и отреставрирована.



Часовня преподобного Безымянного инок Терского

Часовня на тоне Точильной, в 8 км от села. Так же известна как часовня преподобного Безымянного инок Терского (Кашкаранского). С этой часовней связана легенда. Однажды к берегу прибило тело инок. На нем было монашеское одеяние. Местные жители, решив похоронить его по всем



подобающим обычаям, обошли все окрестные часовни и храмы, а также храмы, расположенные по течению. Но нигде не пропадал инок. Тогда в том месте, где обнаружили тело, выстроили маленькую часовенку, а инок захоронили. И стали с тех

пор чудеса случаться - то больные исцеляются, то слепые прозреют. Той часовне дали имя Безымянного инокa терского. Часовня и по сей день стоит, и открыта она всегда. Любой путник может зайти туда. Там он всегда найдет свечу и спички. Также там до сих пор находятся мощи преподобного инокa.

Родник, который находится близ часовни Безымянного инокa Терского. Считается целебным. Местные жители рассказывают, что родник появился сразу после того, как была построена часовня.

Кузоменские пески

Кузомень - (карельск. Kuuziniemi - букв."еловый мыс") - поморское село в Терском районе Мурманской области, 17 августа 2012 года отмечалось 345-летие поселения.



Как временное поселение рыбацкая тoня известна с конца XVI века, как постоянное поселение - со второй половины XVII века. Кузомень жила семгой и торговлей. Сюда приходили норвежские, датские и голландские суда. Кузомляне ходили

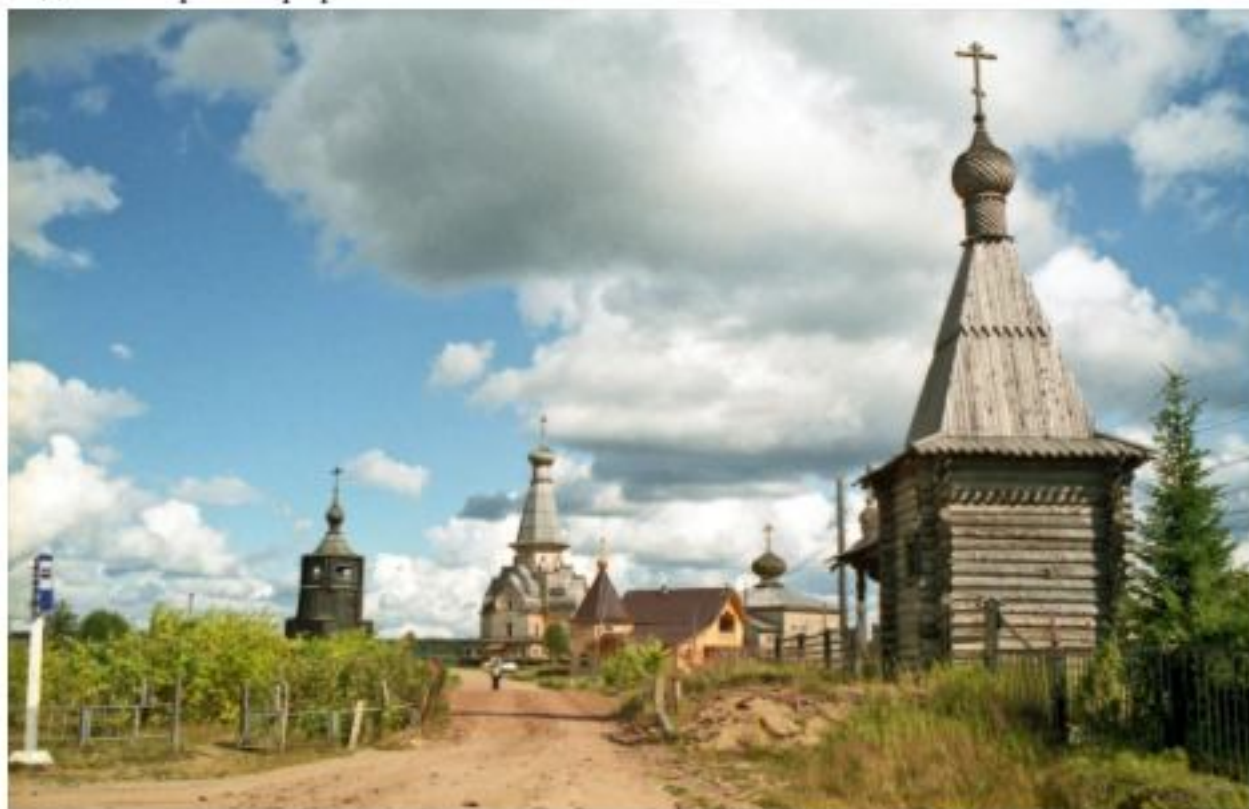
на Грумант (Шпицберген), за Камень и в Югру (на Урал и в Зауралье), на Колгуев, Вайгач, и на Новую Землю. В 1862 году в селе была открыта сельская школа. С 1871 года село было связано с губернским центром пароходным сообщением. В начале XX века был проведен телеграф. В 1910 году в Кузомени насчитывалось 143 крестьянских двора, в которых проживало 780 человек.

Бывший «еловый мыс» последние десятилетия представляет из себя пустыню, известную как «Кузоменские пески». Кузоменские пески - произведение человека. Ученые полагают, что им около 150 лет. Пески здесь образовались за счет вырубкИ леса, сочетавшейся с перевыпасом скота и лесными пожарами. Сейчас до леса - несколько километров по песку. Деревьев на мысу и в деревне нет, хотя следы постепенного зарастания видны - где через лишайники, где через злаки, где чахлые сосенки. На песке следы собак, лошадей и медведей.

Варзуга

На юге Кольского полуострова находится древнее поморское поселение Варзуга, известное по летописям с XIV века. Село расположено на двух берегах одноименной реки недалеко от ее впадения в Белое море. Мостов через реку нет, все сообщение происходит на лодках и судах. Варзуга – место удивительной красоты, кажется, здесь время остановилось и сохранило древний поморский дух, культуру и дикую природу.

Село знаменито своими архитектурными памятниками - деревянными церквями, построенными по традициям Русского Севера без единого гвоздя. Главная жемчужина Варзуги - Успенская церковь. Традиционная северная —тройка: церковь летняя, церковь зимняя, колокольня. В центре Церковь Успенья Пресвятой Богородицы (Успенская церковь) 1674 года постройки, недавно отреставрирована.



Успенская церковь представляет собой деревянный шатровый храм, и как многие храмы Русского Севера, сооружена «без единого гвоздя». Посвящена Успению Пресвятой Богородицы. Высота основного объёма Успенской церкви 13 метров, высота всей остальной надстройки — 21 метр. Такое соотношение размеров определяется «золотым сечением». В плане здание церкви имеет вид равноконечного креста. Площадь, отведённая для молящихся, составляет 70 квадратных метров. Иконостас Успенской церкви, включавший 84 иконы, был освящён 3 августа 1677 года, спустя 3 года после

окончания строительства церкви. Особый интерес представляет деревянная резьба иконостаса с многочисленными фигурками летящих ангелов. В церкви имеется расписанное потолочное перекрытие — небо. Небо Успенской церкви — единственное, сохранившееся на территории Мурманской области. Церковь, признанная памятником русского деревянного зодчества XVII века, в 1973 году была реставрирована. В ходе этой последней реставрации была обновлена вся её верхняя часть. В 1996 году храм был возвращён Русской Православной Церкви, и в нём возобновлено богослужение.

Строители стремились обеспечить зданию долговечность. Церковь срублена из наиболее стойкой местной древесины — сосны. Чтобы нижние ряды бревен менее гнили, для них отбирали особо смолистые деревья, пазы делали снизу, между бревнами клали два слоя бересты. Крутопокатые поверхности кровель — от главки до низу — обеспечивали быстрый стек влаги. Бревенчатый остов здания не намокал: он закрыт тесовой обшивкой, которую в случае обветшания можно было заменить новой. Отсутствие печей резко уменьшало опасность возникновения пожара. Крестообразно сделанные прирубы усиливали устойчивость здания. Мастер Климент, строитель Успенской церкви в Варзуге, превосходно знал приемы и традиции поморского зодчества. Его творение в несколько измененном виде сохранилось до нашего времени, и является главной достопримечательностью древнего села:



Колокольня Успенского комплекса была построена одновременно с Успенской церковью. Фотографии сохранили ее внешний облик: на четверик поставлен шестерик, завершенный шатром. Колокольня была разрушена в 1939 году. Новая колокольня была выстроена к 1 августа 2001 года. К храмовому празднику села — Успению Пресвятой Богородицы (15/28 августа) — были подняты на звонницу новые колокола, отлитые на Урале. Звонница имеет семь колоколов и два титановых била, воспроизводящих звучание колоколов в 2000 пудов и 300 пудов (32 тонны и 4,8 тонны соответственно). Новая колокольня возведена не в том же виде и не на том же месте, что и старая, причем при ее строительстве применен

нетрадиционный для русского зодчества прием: четверик поставлен на восьмерик.

Церковь во имя святителя Афанасия Великого основана соловецкими монахами в конце XV века. Нынешнее здание церкви возведено в 1854 году. Церковь была закрыта в 1932 году. В ней находились ясли, позже мастерская по шитью лодок, а еще позже клуб. При этом была уничтожена глава церкви. Храм возвращен приходу и восстановлен в 1999 году. Вторым престолом церкви посвящен преподобным Зосиме и Савватию, Соловецким чудотворцам. В храме проводятся регулярные богослужения

Церковь Николая Чудотворца расположена на левом, Никольском берегу реки Варзуги. Первой приходской церковью Варзуги, «состоявшей под владением монастыря», как пишет архимандрит Досифей в своем «Описании Соловецкого монастыря» 1836 г., стал храм во имя Святого Чудотворца Николая с приделом Успения Пресвятой Богородицы. Местный краевед И. Ф. Ушаков пишет, что Никольская церковь была первым православным храмом на Кольском полуострове. Нынешнее здание церкви построено, предположительно, в XVIII в. В советское время храм был закрыт, с него снесены все семь глав. С 30-х гг. XX в. он используется как колхозный магазин, причем вход в него прорублен через алтарь. В память о храме с западной стороны установлена икона Святого Николая.

Петропавловская церковь - Церковь во имя Святых апостолов Петра и Павла построена в 1864 г. и продолжала действовать в советское время дольше других церквей. Как и другие церкви села, в советское время была обезглавлена. Ныне возвращена Церкви, в ней по церковным праздникам проводятся богослужения.

Варзуга действительно – уникальный памятник деревянного зодчества, бережно и трепетно охраняемый местными жителями, которые очень любят своё древнее поселение, чтут традиции и знают историю своего села.

Цели и общая характеристика маршрута

Основная часть группы на Кольском полуострове раньше не была, поэтому поход планировался в традиционном обзорном стиле. Постарались побывать в ключевых точках района, посмотреть и Хибины, и Ловозерские тундры, прокатиться по берегу Белого моря.

Значительные участки повторяли маршрут 2012 года, пройденный под моим руководством другой группой. В плане разведки были два интересных момента:

1. Хотелось найти нормальную дорогу к перевалу Рамзая со стороны оз. Мал. Вудъявр, выход на которую при прохождении перевала в обратном направлении мы пропустили в 2012 году. Дорогу нашли, выход на нее с тропы, идущей к перевалу, действительно оказался очень незаметным. Нужно точно знать, что искать и где именно. Надеюсь, что наличие трека поможет группам, планирующим прохождение перевала Рамзая, не повторить нашей ошибки.
2. Интересовала дорога по хребту от пер. Ю. Рисчорр, описание которой в отчетах отсутствовало, хотя на космоснимках дорога просматривалась явно. Участок оказался крайне интересным и красивым, хотя сам подъем на перевал сложен для преодоления с велосипедом. Тропа от перевала на хребет идет по достаточно крутой и местами не очень устойчивой сыпуче. Требуется наличие треккинг-ботинок.

Не очень удачным решением оказалось кольцо через пер. Рамзая. Вариант сквозного преодоления препятствий, реализованный в 2012 году, значительно интереснее, поскольку существенно сокращает проезд по дорогам с асфальтовым покрытием и позволяет избежать заездов в большие населенные пункты. В дальнейшем такого построения маршрута постараемся избегать.

Варианты подъезда и отъезда

Основной вариант заброски – железнодорожным транспортом по дороге на Мурманск.

Для выброски из Варзуги мы заказывали машину из Умбы. На группу из 10 человек у нас была «буханка» (вместимость – 8 человек) с прицепом под все велосипеды + легковая машина для двух не поместившихся в

«буханку» человек. Стоимость «буханки» с прицепом от Варзуги до Кандалакши – 10000р., легковой машины – 5000 р.

Договаривались, как и в 2012 году, с Игорем Пироговым. Оказалось, что он занимается как внутренними перевозками, так и турами в Финляндию. Контакты можно посмотреть на его сайте: transferfinland.3dn.ru. Вновь остались очень довольны. Машина пришла точно в оговоренное время, доехали хорошо.

Аварийные выходы с маршрута

Аварийных ситуаций на маршруте не возникло. На случай возникновения аварийной ситуации были предусмотрены выходы по упрощенному маршруту.

Изменения маршрута и их причины

Маршрут пройден полностью, изменений не было.

График движения заявленный

Даты	Дни пути	Участки маршрута	Км	Способы передвижения
03.08	1	Апатиты – Хибинь – Имандра – р. Бассейная Куна	61	вело
04.08	2	Большая Куна – База ПСС Кузьпорр – верховья р. Рисйок	17,8	вело
05.08	3	Верховья р. Рисйок - пер. Южный Рисчорт - оз. Академическое – пер. Куропачий – залив Тульилухт – Нижний Ньюрьявр – Верхний Ньюрьявр	36,6	вело/ пеше
06.08	4	Верхний Ньюрьявр – пер. Намуайв – р. Кальйок –мыс Литт – р. Сура – Ревда	43	вело
07.08	5	Ревда – пер. Геологов – р. Сенгизйок	36	вело
08.08	6	р. Сенгизйок – Пос. Пунча – Трасса М509 - Умбозеро	69	вело
09.08	7	Умбозеро – Октябрьский – Коашва – Рудник Восточный – р. Вуонимйок	48	вело
10.08	8	р. Вуонимйок – пер. Юкспорлак – Юкспорйок – мал. Вудьявр	20	вело/ пеше
11.08	9	Мал. Вудьявр – р. Паачвумйок – пер. Рамзай – оз. Тахьявр – р. Мал. Белая - Апатиты	40,1	вело/ пеше
12.08	10	Апатиты – пос. Октябрьский – пос. Березовка – аэродром Хариусный – Ингозеро – Бол. Эпеш	83,5	вело
13.08	11	Бол. Эпеш – пос. Инга – пос. Муна – пос. Вост. Мунозеро – р. Печема	81,8	вело
14.08	12	Р. Печема – п. Умба – р. Хлебная – пос. Оленица – р. Сиговка	93,4	вело
15.08	13	Р. Сиговка – Кашкаранны – берег Белого моря – р. Варзуга	75	вело
16.08	14	Р. Варзуга – пос. Варзуга	16,4	вело
ИТОГО			721,6 км	
График движения по запасному маршруту				
04.08	2	р. Бассейная Куна – База ПСС Кузьпорр – пер. Умбозерский – залив Тульилухт – Нижний Ньюрьявр – Верхний Ньюрьявр	44,2	вело
06.08	4	Нижний Ньюрьявр – мыс Литт – р. Сура - Ревда	37,8	вело
09.08	7	Умбозеро – Октябрьский – Титан – Юкспорйок – мал. Вудьявр	48	вело
14.08	12	Р. Печема – п. Умба – оз. Колвицкое - оз. Макры-Ламбина	99,5	вело
15.08	13	оз. Макры-Ламбина	-	дневка

16.08	14	оз. Макры-Ламбина – Колвица - Кандалакша	39,1	вело
-------	----	--	------	------

График движения фактический

Даты	Дни пути	Участки маршрута	Км	Способы передвижения
03.08	1	Хибины – Имандра – р. Бассейная Куна	47,4	вело
04.08	2	Большая Куна – База ПСС Кузьморр – верховья р. Рисйок - пер. Южный Рисчорр - оз. Академическое – р. Каскаснойок	38,1	вело
05.08	3	р. Каскаснойок – залив Тульилухт – Нижний Ньюрьявр – Верхний Ньюрьявр	16,4	вело/ пеше
06.08	4	Верхний Ньюрьявр – пер. Намуайв – р. Кальйок – мыс Литт – р. Сура – Ревда	48,8	вело
07.08	5	Ревда – пер. Геологов – р. Сенгизйок	37,5	вело
08.08	6	р. Сенгизйок – Пос. Пуича – окр. Оз. Олекчъявр	45,4	вело
09.08	7	окр. Оз. Олекчъявр - Трасса М509 - Умбозеро – Октябрьский – Коашва – Рудник Восточный – р. Вуонимйок- р. Паачвумйок	86,1	вело
10.08	8	р. Паачвумйок – пер. Рамзай – оз. Тахъявр – р. Мал. Белая	16,1	вело/ пеше
11.08	9	р. Мал. Белая – Апатиты- р.Айкуайвенйок	49,9	вело
12.08	10	р.Айкуайвенйок – пос. Октябрьский – пос. Березовка – аэродром Хариусный – Ингозеро – Бол. Эпеш	66,2	вело
13.08	11	Бол. Эпеш – пос. Инга – пос. Муна – пос. Вост. Мунозеро – р. Печема	81,3	вело
14.08	12	Р. Печема – п. Умба – р. Хлебная – пос. Оленица – р. Сиговка	92,7	вело
15.08	13	Р. Сиговка – Кашкаранны – берег Белого моря – ур. Подтурок	70,6	вело
16.08	14	Ур. Подтурок – пос. Варзуга	20,3	вело
ИТОГО			716,8 км	

Таблица метеонаблюдений

Дата	Время	Температура в тени (°C)	Ветер м/с, направление	Облачность	Осадки	Примечание
03.08.2014 	8:05	24	3-5 м/с, западный	ясно, слабая	нет	
	14:30	26	3 м/с, северо-восточный	ясно, безоблачно	нет	
	8:05	26	безветрено (с порывами до 2 м/с, северо-западный)	ясно, слабая	нет	
04.08.2014 	6:40	22	2м/с, северо-западный (с порывами ветра до 12м/с)	безоблачно	нет	
	13:25	29	6-8 м/с, восточный	облачно	нет	на перевале с порывами до 35м/с
	20:45	23	30-36 м/с, северо-восточный	переменная облачность	нет	
05.08.2014 	8:30	24	безветрено	ясно, безоблачно	нет	
	13:35	31	3-6 м/с, юго-западный	ясно, слабая	нет	
	20:45	30	безветрено	ясно, безоблачно	нет	
06.08.2014 	7:05	18	безветрено	ясно, безоблачно	туман, роса	
	13:24	31	6-8 м/с, восточный	переменная облачность	нет	
	20:33	30	безветрено	ясно, безоблачно	нет	
07.08.2014 	9:33	24	безветрено	переменная облачность	нет	
	14:11	31	3-7 м/с, восточный	переменная облачность	нет	
	22:33	22	безветрено	ясно, малооблачно	нет	
08.08.2014 	9:30	21	безветрено	ясно, безоблачно	туман, роса	
	13:45	29	безветрено	ясно, малооблачно	нет	
	20:50	24	безветрено	переменная облачность	нет	
09.08.2014 	7:45	15	2-5 м/с, южный	сплошная облачность	нет	
	13:47	17	2-6 м/с, восточный	сплошная облачность	мелкий дождь	
	20:15	14	безветрено	сплошная облачность	туман	
10.08.2014 	7:35	15	безветрено	ясно, безоблачно	туман, роса	
	13:45	8	безветрено	ясно, малооблачно	нет	
	19:45	12	безветрено	переменная облачность	нет	
11.08.2014 	8:00	9	безветрено	сплошная облачность	влажно (после дождя)	
	14:03	13	1 м/с, западный	сплошная облачность	нет	
	20:09	14	безветрено	сплошная облачность	моросит дождь	

Дата	Время	Температура в тени (°C)	Ветер м/с, направление	Облачность	Осадки	Примечание
12.08.2014 	9:30	13	безветрено	сплошная облачность	роса	
	13:10	25	2-6 м/с, юго-восточный	переменная облачность	нет	
	20:18	19	1-2 м/с, юго-восточный	сплошная облачность	моросит дождь	позже был сильный дождь
13.08.2014 	6:30	16	безветрено	переменная облачность	влажно (после дождя)	
	13:22	21	безветрено	сплошная облачность	нет	
	20:55	19	безветрено	ясно, безоблачно	нет	
14.08.2014 	7:16	14	безветрено	ясно, малооблачно	нет	
	14:10	21	1-2 м/с, восточный	переменная облачность	нет	
	19:50	20	безветрено	ясно, малооблачно	нет	
15.08.2014 	6:50	9	безветрено	сильная облачность	нет	
	14:20	23	1-4 м/с, западный	сплошная облачность	нет	
	21:10	17	1-2 м/с, северо-западный	сплошная облачность	моросит дождь	
16.08.2014 	6:55	17	5-7 м/с, северо-западный	сплошная облачность	нет	
	14:00	24	1-3 м/с, западный	переменная облачность	нет	

Техническое описание маршрута

День первый – 3 августа

8:00 – сошли с поезда на станции «Хибины». Платформы здесь нет, стоянка поезда короткая. Солнечное сухое утро.

Перешили железнодорожные пути и стали собирать велосипеды.



Ст. Хибины. Поход начался!

9:00 – 0км – отъехали от ж/д путей по грунтовой каменистой дороге в направлении В., т.е. направо от направления движения нашего поезда.

9:05 – 0,89км(0,89км) – на развилке дорог повернули налево. (С). Переходим реку Малая Белая шириной около 10 метров с сильным течением по навесному пешеходному мосту (слева от основной дороги).

9:12 – 0,13км(1,02км) – за мостом вышли на асфальтированную неширокую дорожку вдоль реки. Двигаемся на СВ.

9:15 – 0,13км(1,15км) – свернули налево (З) на грунтовую каменистую дорогу хвойном лесу. Далее дорога превращается в лесовозку с колеями и редкими лужами. Некоторые колени, видимо, намеренно засыпаны крупными камнями. Многократно дорога выводит нас к ЛЭП идущей в том же направлении что и дорога.



Мост через р. Мала Белая



10:15 – 7,58км(8,73км) – после перехода реки вброд десятиминутный привал.

11:20 – 5км(13,73км) – пятнадцатиминутный привал с перекусом.

11:45 – 2,56км(16,29км) – на спуске дороги встретился небольшой участок заваленный камнями – спешиваемся.

11:53 – 1км(17,29км) – слева два небольших пруда (10х30м) под ЛЭП. На развилке после прудов едем по правой (левая – на подъем). После этой развилки дорога грунтовая каменистая с вкраплением больших валунов – ехать можно, но приходится выбирать дорогу, лавировать.

12:02 – 0,96км(18,25км) – на развилке под ЛЭП поворачиваем направо (СВ). (Левая дорога идет под ЛЭП, левая удаляется от неё).

12:15 – 1,08км(19,33км) – впереди показалось озеро; на развилке дорог остановились на привал и за тем движемся по левой дороге.

12:40 – 0,89км(20,22км) – на дороге еще один опасный участок – крупные камни и локальный

крутой спуск – прошли его пешком. На местности он обозначен восклицательным знаком, нарисованным красной краской на камнях непосредственно перед спуском.

12:42 – 0,37км(20,59км) – на развилке грунтовых дорог едем по левой.



12:50 – 1,39км(21,98км) – выехали к железнодорожным путям, впереди река Гольцовка шириной около десяти метров, пересекаем реку по железнодорожному мосту. На мосту Антон попал колесом между плит моста – потратили некоторое время чтобы его от туда вытащить, колесу мешал выйти щебень, которым засыпаны шпалу ж/д путей – пришлось спустить колесо. В момент доставания велосипеда был сломан багажник; спустившись с моста на противоположный берег реки, стали ремонтировать его с помощью подручных средств – палок найденных поблизости.

13:17 - 0,09км(22,07км)– продолжаем движение вдоль ж/д путей, пути слева от нас, затем дорога удаляется от путей и мы едем по просеке в лесу; дорога грунтовая укатанная с камнями.

13:24 – 1,13км(23,20км) – въезжаем в небольшой населённый пункт – село



Первая поломка...

Имандра, дома деревянные одноэтажные, есть продуктовый магазин со скудным ассортиментом. Слева от дороги ж/д пути, а за ними до горизонта простирается вода – это озеро Большая Имандра.

13:35 – 1,26км(24,46км) – справа от дороги магазин со скудным ассортиментом (ОАО «Железнодорожная Торговая Компания» магазин №21, режим работы: вт., чт., пт., сб.: 10-18 обед 14-15; ср., вс.: 11-15.20; пн. – выходной). Выехали из с. Имандра; дорога идет вдоль ж/д путей - грунтовая зарастающая.

13:42 – 1,52км(25,98км) – подъехали к заливу озера, преграждающему нам путь, и повернули направо (В) в лес, едем вдоль берега по зарастающей грунтовой дороге.

13:45 – 0,23км(26,21км) – на развилке дорог едем по левой (С).



13:50 – 0,04км(26,25км) – перешли небольшую реку вброд и на развилке едем прямо, т.е. по правой дороге.

13:53 – 0,94км(27,19км) – на развилке дорог едем по правой, более узкой. Сразу за развилкой на нашем пути дощатый мост через реку, река пересохшая.

13:55 – 0,05км(27,24км) – на развилке дорог поворачиваем налево, едем по более широкой. Дорога проходит под ЛЭП.

13:58 – 0,19км(27,43км) – на нашем пути подряд две речки: первую переходим по мостику, вторую – вброд. Ширина рек около пяти метров, глубина – максимально 30 см. Далее едем на ЮВ по зарастающей грунтовой дороге с камнями.

14:03 – 0,6км(28,03км) – пересекаем курумник шириной десять метров.

14:30-15:04 – 1,62км(29,65км) – обед.

15:14 – 1,01км(30,66км) – пересекаем курумник шириной около десяти метров.

15:17 – 0,16км(30,82км) – на развилке дорог поворачиваем направо (Ю).

15:40 – 1,68км(32,50км) – протяженный, но проезжаемый курумник – каменистые участки чередуются с плоскими грунтовыми; ширина препятствия 100м. Далее дорога уходит в лес и представляет собой размытую грунтовую дорогу с глубокими колеями и лужами, часто приходится спешиваться и обходить их.

15:45 – 0,32км(32,82км) – грязный участок окончился, далее сухая грунтовая дорога с камнями.

15:55 – 1,02км(33,84км) – переехали реку вброд, ширина реки около десяти метров, глубина - максимально 25см, дно каменистое.

16:43 – 5,66км(39,50км) – переехали речку с каменистым дном, ширина реки – три метра, глубина – 20 см.



Бродим реку



Место стоянки

17:10-17:55 – 4,08км(43,58км) – перед нами широкая река (15м) с бурным течением – переходим вброд. Глубина около 50 см. На противоположном берегу устроили привал с перекусом.

18:30 – 2,84км(46,42км) – встали на стоянку на берегу реки Кунийок.

22.00 – отбой.

Данные за день 3 августа:

Высота*: 215м.;

Счетчик пути*: 47,37км.;

Максимальная скорость*: 24,4км./ч.;

Время в пути*: 05:32ч.;

Средняя скорость в движении*: 8,6км./ч.;

Время остановок*: 03:17ч.;

Средняя общая скорость*: 5,4км./ч.

Диапазон высот: 224м (с 65м по289 м);**

Всего подъемов (в высоте): 2071м.;**

Всего спуска (в высоте): 1982м.**

***- данные с GPS-навигатора.**

**** - данные с www.gpsies.com**

За день пройдено: 46,42км (по велокомпьютеру) – из них:

по грунтовой укатанной с камнями(сухой) – 24,46км ;

по зарастающей грунтовой с камнями (сухой) – 21,96км.



День второй – 4 августа

06:00 – подъем. Утро солнечное и теплое.



Черничный завтрак

08:15 – (46,42км) – выходим из лагеря, движемся по той же грунтовой зарастающей дороге с камнями, направление Ю.

08:25 – 1,08км(47,50км) – вышли на песчаный берег озера. Песок мелкий и глубокий, ехать получается не везде. Движемся вдоль берега, оставляя озеро по правой руке.

08:52 – 0,93км(48,43км) – удаляемся от берега, дорога сменилась на грунтовую с большими камнями.

08:57 – 0,47км(48,90км) – дорога опять вывела нас на берег. Берег пересекают множество небольших ручьев впадающих в озеро, какие-то из них проезжаемы. На берегу много мест для стоянки, но в настоящий момент большинство из них занято.

09:20-09:30 – 0,54км(49,44км) – перешли в нескольких местах заливы озера вброд, максимальная глубина 50см.

09:30 – 0,01км(49,45км) – далее едем по грунтовой дороге с камнями. Едем по открытому пространству, это вырубленный погоревший лес, стволы лежат на земле.

09:40 – 1,17км(50,62км) – на развилке дорог едем по правой – это дорога на перевал Умбозерский. Начался живой лес.

10:10 – 2,76км(53,38км) – справа от дороги несколько одноэтажных строений





МЧС «Куэльпорр»



Водопад

за невысокой оградой – это база МЧС «Куэльпорр». Прямо у дороги инсталляция сложенная из различных деталей с написанными на них названиями клубов и групп, проходивших здесь в разное время.

10:16 – 0,32км(53,70км) – на перекрестке поворачиваем налево, на подъем, куда указывает табличка «Красивый водопад».

10:22 – 0,63км(54,01км) – остановились у указателя направо «Красивый водопад 400м», составили у дерева неподалеку от дороги велосипеды и пошли смотреть водопад, прихватив с собой бутылки для питьевой воды.

11:32 – после осмотра и перекуса на водопаде двигаемся дальше по грунтовой дороге с камнями на подъем.

13:34 – 1,22км(55,23км) – пересекаем курумник шириной 20 м.

13:50 – 0,65км(55,88км) – остановились пообедать возле речки перед подъемом на перевал.

14:30 – отобедав, переобувшись и одев велорюкзаки на плечи, начинаем подъем на перевал. Каменистая тропа.

16:15 – 0,89км(56,77км) – мы на перевале Южный Рисчорр. Снимаем лежащую в контейнере перевальную записку и оставляем свою. Перекусив и передохнув двигаемся дальше ан подъем – на хребет. Здесь камни более



Подъем на пер. Ю. Рисчорр



Перевал взят!



Еще один взлет...

сыпучие, двигаться приходится с большей дистанцией.

17:30 – 0,78км(57,55км) – поднялись на хребет. Передохнув 20 минут движемся в направлении Ю. Здесь сильный ветер.

17:56 – 0,23км(57,78км) – вышли на каменистую дорогу; камни крупные, не всегда получается ехать. (поправка в показания велокомпьютера: - 1,82км)

18:25 – 0,93км(58,71км) – справа от дороги бьет еле заметный ключ, и ручеек от него стекает по склону – воды очень мало, но всё же она есть.

19:04 – 0,73км(59,44км) – после небольшого отдыха начинаем спуск.

19:20 – 0,85км(60,29км) – слева в долине показалось большое озеро – это озеро Академическое.

19:28 – 0,84км(61,13км) – на развилке каменистых дорог едем по правой (В).

19:50 – 1,27км(62,40км) – на нашем пути снежник, из-под которого вытекает небольшая речка. Переходим его.

20:13 – 1,1км(63,50км) – выехали на Т-образный перекресток каменистых дорог – дорога плавно поворачивает на право (вторая дорога подходит слева – это объездная дорога, уходящая влево на развилке 2,3 км назад).

21:21 – 2,29км(65,79км) – после получасового простоя в связи с проколом у Антона, двигаемся дальше в поиске места стоянки. Постепенно дорога



Спуск с Ю. Рисчорра

сменилась на грунтовую с камнями. Появляются деревья.

22:00 – 3,2км(68,99км) – прокол у Ирины Загуменовой.

22:55 – 4,96км(73,95км) – на развилке дорог повернули налево к реке Каскасиунйок. Здесь оказалась оборудованная стоянка с кострищем, до воды около пятидесяти метров. Здесь и встали на ночевку. На



следующий день выяснилось, что на противоположном берегу так же есть место под лагерь и есть родник (слева от дороги).

01:00 – отбой.

Данные за день 4 августа:

Высота*: 239м.;

Счетчик пути*: 38,09км.;

Максимальная скорость*: 27,2км./ч.;

Время в пути*: 06:57ч.;

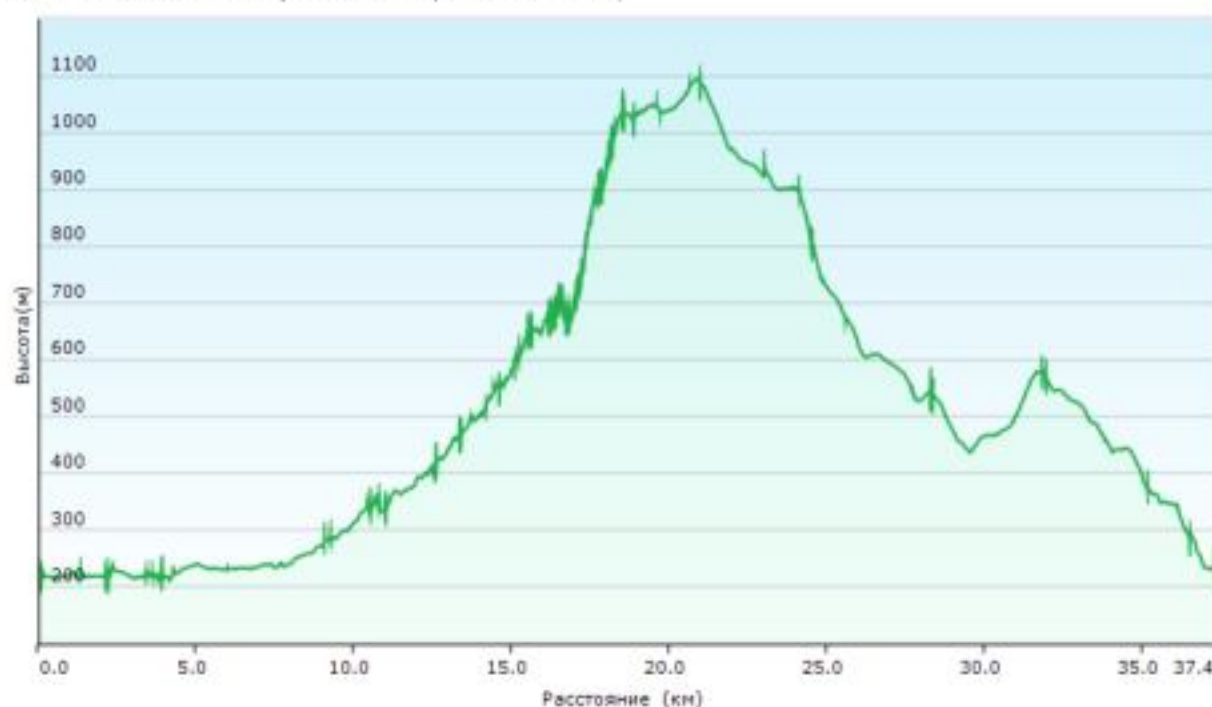
Средняя скорость в движении*: 5,5км./ч.;

Время остановок*: 07:17ч.;

Средняя общая скорость*: 2,7км./ч.

Диапазон высот: 884м (с 211м по 1095м);**

Всего подъемов (в высоте): 1617м.;**



Всего спуска (в высоте): 1606м.**

***- данные с GPS-навигатора.**

**** - данные с www.gpsies.com**

За день пройдено: 27,53км (по велокомпьютеру) – из них:

по грунтовой укатанной с камнями (сухой) – 14,59км;

по зарастающей грунтовой с камнями (сухой) – 1,55км.;

по песчаной с глубоким песком (сухой) – 1,48км.;

по каменистой – 9,91км.

День третий – 5 августа



Утро на р. Каскасиунйок



Брод р. Каскасиунйок

08:00 – подъем. Солнечно и сухо.

09:50 – (73,95км) – выходим из лагеря. Начинаем движение в направлении С. И первым делом переходим в брод реки Каскасиунйок. Река не глубокая, максимальная глубина 30см, течение сильное, ширина реки 15 метров.

10:15 – 0,22км(74,17км) – все переправились, и мы продолжаем движение.

10:38 – 0,88км(75,05км) – справа от дороги небольшое озеро с пологими берегами – возможно неплохое место для стоянки.

11:20-11:35 – 0,14км(81,02км) – привал на берегу реки, идущей вдоль дороги справа.



11:52 – 1,94км(82,96км) – выехали к большому водоему – это залив Тульилухт озера Умбозера. Берег песчаный, песок мелкий и глубокий, ширина берега три метра. Едем вдоль берега на север, залив остается справа от нас.

12:10 – 0,93км(83,89км) – на нашем пути локальный залив шириной 20 м – пересекли его вброд.

12:38 – 0,57км(84,46км) – после десятиминутного отдыха двигаемся дальше, удаляемся от воды на восток, и через 50 метров дорога поворачивает на север. Дорога грунтовая каменистая.

12:52 – 2,08км(86,54км) – на развилке поворачиваем налево (С3).

12:57 – 0,95км(87,49км) – на развилке дорог едем прямо, т.е. по левой дороге.

13:00 – 0,54км(88,03км) – на развилке дорог поворачиваем налево (3).

13:05 – 0,63км(88,66км) – справа от дороги виднеется озеро Верхний Ньоръявр и есть подъезд к нему – возможно, хорошее место для стоянки. На берегу и слева от дороги растут деревья, в основном лиственные.

13:07 – 0,2км(88,86км) – на берегу озера оборудованная стоянка – ставим лагерь, у нас полуднёвка! Расстояние от дороги до берега около двадцати метров. Берег крутой, вход в воду с мелкими камнями, плавный.

Варим обед, купаемся, читаем вслух, объедаемся черникой и голубикой, опять купаемся!!!)

22:00 – отбой.

Данные за день 5 августа:

Высота*: 179м.;

Счетчик пути*: 16,4км.;

Максимальная скорость*: 23,3км./ч.;

Время в пути*: 01:57ч.;

Средняя скорость в движении*: 8,3 км./ч.;

Время остановок*: 09:51ч.;

Средняя общая скорость*: 1,4км./ч.

Диапазон высот: 95м (с 148м по 243м);**

Всего подъемов (в высоте): 809м.;**

Всего спуска (в высоте): 877м.**



*- данные с GPS-навигатора.

** - данные с www.gpsies.com

За день пройдено: 14,91км (по велокомпьютеру) – из них:

по грунтовой укатанной с камнями (сухой) – 13,41км;

по песчаной с глубоким песком (сухой) – 1,5км.;



День четвертый – 6 августа

06:00 – подъем. Утро солнечное, небо ясное.

08:25 – (88,86км) – выходим из лагеря на дорогу, едем вдоль берега (ЮЗ).

08:40 – 1,1 км(89,97км) – на развилке едем по правой, вдоль берега.

08:55 – 1,31 км(91,28км) – на Т-образном перекрестке повернули направо.

09:00 – 0,54 км(91,82км) – справа появилась неширокая речка. Наш путь пересекает курумник шириной метра три. Дорога становится зарастающей



Подъезд к пер. Намуайв



*Подъем на пер. Намуайв
грунтовой с камнями.*



Встреча с группой А.Кузова

09:09 – 0,23км(92,05км) – перешли реку вброд, ширина около четырех метров, не глубокая. Далее каменистый подъем. Спешились, ехать нет возможности.

09:56 – 0,62км(92,67км) – развилка с двумя металлическими ржавыми



указателями: один указывает направо «БР N 110», и второй прямо «Кальйок БРN9». Мы идем прямо. Солнце печет.

10:50 – 0,74км(93,41км) – встретили группу Алексея Кузова, идущую навстречу нам. Поговорив с ними и сфотографировавшись, продолжаем двигаться на подъем.

11:55 – 0,9км(94,31км) – поднялись на перевал. Передохнув немного, движемся на спуск, идется, но надо быть предельно внимательным и аккуратным.



Спуск с пер. Намуайв



12:38 – 0,9км(95,21км) – пересекаем неглубокую речку шириной три метра. Далее дорога затоплена водой из разлившейся реки. Затем дорога удаляется от реки и становится сухой грунтовой каменистой.

13:20 – 1,39км(96,6км) – подъехав к реки Кальйок, повернули направо – едем вдоль реки (река слева от дороги) на северо-восток по зарастающей грунтовой дороге с камнями. Ветви молодых берез, растущих вдоль дороги, мешают быстро ехать.

13:49 – поломка: порвалась спица у Ирины Поляковой.

14:10 – 2,67км(99,27км) – дорога уперлась в реку, ширина реки в этом месте около десяти метров, максимальная глубина 30 см – переходим вброд.

14:34 – 2,84км(102,11км) – впереди открывается вид на Умбозеро, дорога круто спускается к нему. Здесь, еще до спуска, справа от дороги, среди деревьев ровная площадка с кострищем – возможное место стоянки. Мы спускаемся к озеру, берег песчаный, мелкий белый песок, ширина пляжа 4-5м. Далее едем или идем вдоль берега по песку, озеро справа от нас.

14:41 – 0,26км(102,37км) – переходим на другой берег озера по косе шириной около двадцати метров.





15:00 – 0,41км(102,78км) – перешли вброд пролив между озерами Умбозеро и Нижнеечудозеро; ширина пролива 30м, максимальная глубина 150см. Дно каменистое и противоположный берег тоже. Переодевшись, пообедали.

15:54 – продолжаем движение после обеда. Ширина песчаного берега 10м, здесь тяжело ехать, еще в 10м от берега есть зарастающая тропинка, по которой ехать гораздо легче.

16:15 – 0,69км(103,47км) – далее дорога уходит от берега и превращается в грунтовую каменистую, достаточно широкую.

16:20 – 0,28км(103,75км) – пересекли речку шириной 2 м, не глубокую. Далее дорога с наличием множества локальных водных препятствий в виде затопленных участков, которые приходится обносить.

16:55-17:05 – 1,51км(105,29км) – перекус.

17:45-18:15 – 4,81км(110,1км) – переходим реку Сура по бревенчатому мосту. На противоположном берегу делаем привал с перекусом

18:45 – 3,72км(113,82км) – на Т-образном перекрестке грунтовых дорог повернули направо. Вскоре слева появляется озеро.

18:57 – 1,15км(114,97км) – на развилке дорог поехали по левой.

19:02 – 1,03км(116,0км) – на Т-образном перекрестке с асфальтированной дорогой хорошего качества повернули направо.

19:21 – обнаружен прокол у Темы, заменена камера, и мы продолжаем движение.

19:35 – 2,22км(118,22км) – на Т-образном перекрестке повернули налево; асфальт хорошего качества.

19:53 – 6,05км(124,27км) – въехали в город Ревда.

19:58 – 0,42км(124,69км) – на перекрестке повернули налево. Остановились у магазина «Простор» (время работы: 11:00-21:00 без выходных). Здесь произвели закупку на предстоящий автономный участок маршрута.

В Ревде нас ожидали непредвиденные обстоятельства в виде съемок какого-то фильма и отсутствия, в связи с этим, мест в гостиницах. Приехали мы исключительно «удачно» - +/- день и гостиницы оказались бы

свободными. Пришлось изобретать место ночевки в ближайших окрестностях. По совету местных отправляемся искать озеро заброшенного профилактория.

21:25 – отъехали от магазина налево (СЗ) по асфальтированной дороге.

21:30 – 0,36км(125,05км) – асфальт окончился, и началась гравийная дорога.

22:20 – 2,27км(127,32км) – После непродолжительной разведки было решено вставать на ночевку возле озера за территорией заброшенного профилактория. Повернув налево после заброшенного корпуса, встали на стоянку в лесу на берегу



озера. Место не очень удобное – но от дороги скрытное. На противоположном берегу «зона отдыха» со всеми вытекающими.

0:00 – отбой.

Данные за день 6 августа:

Высота*: 234м.;

Счетчик пути*: 48,79км.;

Максимальная скорость*: 33,7км./ч.;

Время в пути*: 07:08ч.;

Средняя скорость в движении*: 6,8км./ч.;

Время остановок*: 05:24ч.;

Средняя общая скорость*: 3,9км./ч.



Диапазон высот:** 540м (с 153м по 692м);

Всего подъемов (в высоте):** 1406м.;

Всего спуска (в высоте):** 1332м.

***- данные с GPS-навигатора.**

**** - данные с www.gpsies.com**

За день пройдено: 38,46км (по велокомпьютеру) – из них:

по грунтовой укатанной с камнями (сухой) – 22,39км;

по зарастающей грунтовой с камнями (сухой) – 0,23км.;

по песчаной с глубоким песком (сухой) – 1,36км.;

по каменистой – 3,16 км.,

гравийная дорога – 2,27км;

по асфальтированной – 9,05км.

День пятый – 7 августа

08:00 – подъем.

10:00 – (127,32км) – выходим из лагеря сначала на асфальтированную дорогу, за воротами начинается гравийная дорога. Едим в обратном направлении к магазину «Простор».

10:15 – 1,87км(129,19км) – гравийная дорога сменилась асфальтом. Напротив магазина повернули налево на улицу Вебера.

10:17 – км(130,28км) – повернули направо на улицу Победы. Справа аптека (режим работы: пн.-пт.: 11.00-18.00, сб.: 11.00-16.00, вс.- выходной). Слева от дороги, напротив аптеки продуктовый магазин «Фантазия» (режим работы: 10.00-24.00 без перерыва). Далее справа торговый центр (ул. Победы 25, режим работы: пн.-пт.: 11.00-19.00, сб.: 11.00-18.00, вс.: 11.00-17.00) и отделение Сбербанка. Слева от дороги магазин автозапчастей «Спектр» (ул. Победы 32А, режим работы: пн.-пт.: 10.00-18.00 перерыв 14.00-15.00, сб.: 11.00-17.00 без перерыва, вс.: выходной) – здесь можно приобрести газ в цанговых баллонах.

10:45 – 2,34км(132,62км) – остановились у отделения Почты России во дворе дома 8 по улице Кузина. Здесь можно попользоваться интернетом. Так же, по рассказам, интернет есть в библиотеке, которая находится на улице Победы, напротив аптеки.

11:30 – 0,22км(132,84км) – отъехали от почты, выйдя из двора, повернули направо (С) и, проехав сто метров по асфальту, свернули налево на грунтовую тропинку – здесь находится родник. Заправились водой и вышли на асфальтированную дорогу, на ул. Metallургов, повернули направо. Доехали до перекрестка с ул. Победы и остановились у аптеки.



У родника в г. Ревда



Кто сказал, что за полярным кругом холодно?!

12:00 – 0,49км(133,33км) – отъезжаем от аптеки по ул. Победы в направлении Юг, т.е. направо.

12:02 – 0,48км(133,81км) – на перекрестке свернули с главной дороги налево. Здесь асфальт худшего качества, с выбоинами и заплатками.

12:05 – 0,47км(134,28км) – выезжаем из г. Ревда.

12:34 – 4,79км(138,6км) – свернули с асфальтированной дороги направо (ЮЗ) на каменистую дорогу в подъем. Ехать тяжело – крупные камни, иногда приходится спешиваться. Очень жарко.

13:35 – 1,6км(140,2км) – на подъеме развилка двух дорог, идем по правой.

14:15 – десятиминутный перерыв с перекусом.

15:30 – 2,65км(143,18км) – после пятнадцатиминутного перерыва двигаемся дальше.

16:10 – 1,48км(144,66км) – поднялись на перевал Геологов. Оставив велосипеды двигаемся дальше пешком, что бы посмотреть окрестности. Пройдя между западным и восточным цирками Раслака, нашли подходящую скалу с видом на Сейдозеро, тут и отобедали.

18:28 – вернулись к велосипедам, и движемся в обратном направлении, на



К перевалу!



Перевал Геологов



На перевале Геологов



Спуск

спуск.

18:52 – 1,89км(146,55км) – на изгибе серпантина сворачиваем налево на незаметную, практически, заросшую тропинку, идущую на спуск в направлении СЗ. Идем по нагромождению камней, поросших мхом, дорога не прослеживается. Впереди, вдали виднеется вода – это Умбозеро.

20:10 – 2,77км(149,32км) – десятиминутный перерыв с перекусом.

20:30 – 0,72км(150,04км) – выехали на Т-образный перекресток с укатанной грунтовой дорогой с крупными камнями и повернули налево.

20:35 – 0,35км(150,39км) – на Т-образном перекрестке с асфальтированной дорогой повернули направо. Озеро остается слева от нас, в долине.

20:36 – 0,14км(150,53км) – свернули с асфальтированной дороги налево, на укатанную грунтовую дорогу.

20:43 – 1,88км(152,41км) – на Т-образном перекрестке выехали на укатанную грунтовую дорогу с мелкими камнями, повернули налево.

21:17 – 4,85км(157,26км) – переходим вброд реку шириной десять метров, глубиной 30см; дно каменистое, камни крупные.

21:40 – 2,31км(159,57км) – еще одна река на нашем пути: ширина восемь метров, глубина 20 см в самом мелком месте, дно каменистое – переходим вброд.

22:00 – 2,49км(162,06км) – брод: ширина – 10м, глубина – 20см, дно каменистое. В этой реке вода пригодная для питья, из двух предыдущих пить не рекомендуется – выше по их течению заброшенные рудники.



22:10 – 0,03км(162,09км) – встали на ночевку на берегу этой реки: выше по течению, метрах в тридцати от дороги есть площадка с кострищем и достаточно удобным подходом к воде.

0:00 – отбой.

Данные за день 7 августа:

Высота*: 228м.;

Счетчик пути*: 37,47км.;

Максимальная скорость*: 25,9км./ч.;

Время в пути*: 07:00ч.;

Средняя скорость в движении*: 5,3км./ч.;

Время остановок*: 03,37ч.;

Средняя общая скорость*: 3,5км./ч.

Диапазон высот: 932м (с 192м по 1123м);**

Всего подъемов (в высоте): 1362м.;**

Всего спуска (в высоте): 1386м.**

***- данные с GPS-навигатора.**

**** - данные с www.gpsies.com**

За день пройдено: 34,77км (по велокомпьютеру) – из них:

по гравийная дорога (сухой) – 1,87км;

по асфальтированной (сухой) – 9,55км.;

грунтовой укатанной с камнями (сухой) – 11,91км;

по каменистой – 11,44км.,



День шестой – 8 августа

08:00 – подъем.

10:10 – (162,12км) – выходим с места ночевки на грунтовую дорогу. Продолжаем движение в направлении Ю.

11:17 – 4,6км(166,72км) – поломка: протерлась покрышка у Сергея В. Заменена, продолжаем движение. (поправка к показаниям велокомпьютера: 0,23км).



Место ночевки



Трасса 509

11:54 – 5,04км(171,76) – на развилке дорог едем по правой и сразу пересекаем старые ж/д пути, от которых остались только шпалы. Продолжаем движение вдоль этих путей в направлении ЮВ. Ехать затруднительно: по шпалам очень трясёт, а сама насыпь песчаная, в некоторых местах песок глубокий.

12:05 – 0,74км(172,5км) – съехали с путей вправо на параллельную им грунтовую дорогу. Вынужденная остановка – прокол – исправлено, движемся дальше.

12:35 – 0,92км(173,42км) – перекус. Дорога пересекла ж/д пути и идет теперь вдоль них слева.

12:45 – 1,63км(175,05км) – на развилке дорог повернули налево.

12:50 – 0,55км(175,6км) – на Т-образном перекрестке грунтовых дорог





повернули налево.

13:15 – 1,69км(177,29км) – дорога вернулась к тем же разобранным ж/д путям – продолжаем движение по ним. Дорога песчаная. Направление В.

13:16 – 0,17км(177,46км) – на развилке съезжаем с ж/д путей влево и продолжаем движение по грунтовой дороге вдоль насыпи.

13:35 – 2,31км(179,77км) – на развилке повернули налево, перпендикулярно ж/д путям. Десятиминутный привал.

15:10 – 10,4км(190,17км) – на Т-образном перекрестке поворачиваем налево. Здесь, на берегу небольшого озера устраиваем обед.

16:05 – 0,05км(190,22км) – возвращаемся на развилку и продолжаем движение на ЮЗ, т.е. от прежнего направления на развилке поворачиваем направо.

16:16 – 1,62км(191,84км) – на перекрестке повернули направо.

16:19 – 0,02км(191,86км) – развернулись и вернулись на перекресток, на право поворачивать не надо было – едем прямо, направление ЮЗ.

16:54 – 6,41км(198,27км) – на развилке повернули налево. Десятиминутный привал.

17:30 – 1,98км(200,25км) – переезжаем узкую речку по бревенчатому мосту.

17:48 – 3,33км(203,58км) – пересекаем реку по дощатому мосту (два параллельных узких моста, каждый для одного колеса автомобиля).

17:57 – 0,43км(204,01км) – на развилке дорог едем по правой.



Грибное меню



18:30 – 4,72км(208,73км) – свернули от дороги влево – становимся на ночевку на берегу озера. Озеро не глубокое, берег пологий, есть несколько кострищ. По пути набрали полный клапан грибов – вечером жульен! На кисель набрали на месте, место под стоянку нужно выедасть)

23:00 – отбой.

Данные за день 8 августа:

Высота*: 189м.;

Счетчик пути*: 45,36км.;

Максимальная скорость*: 26,4км./ч.;

Время в пути*: 04:53ч.;

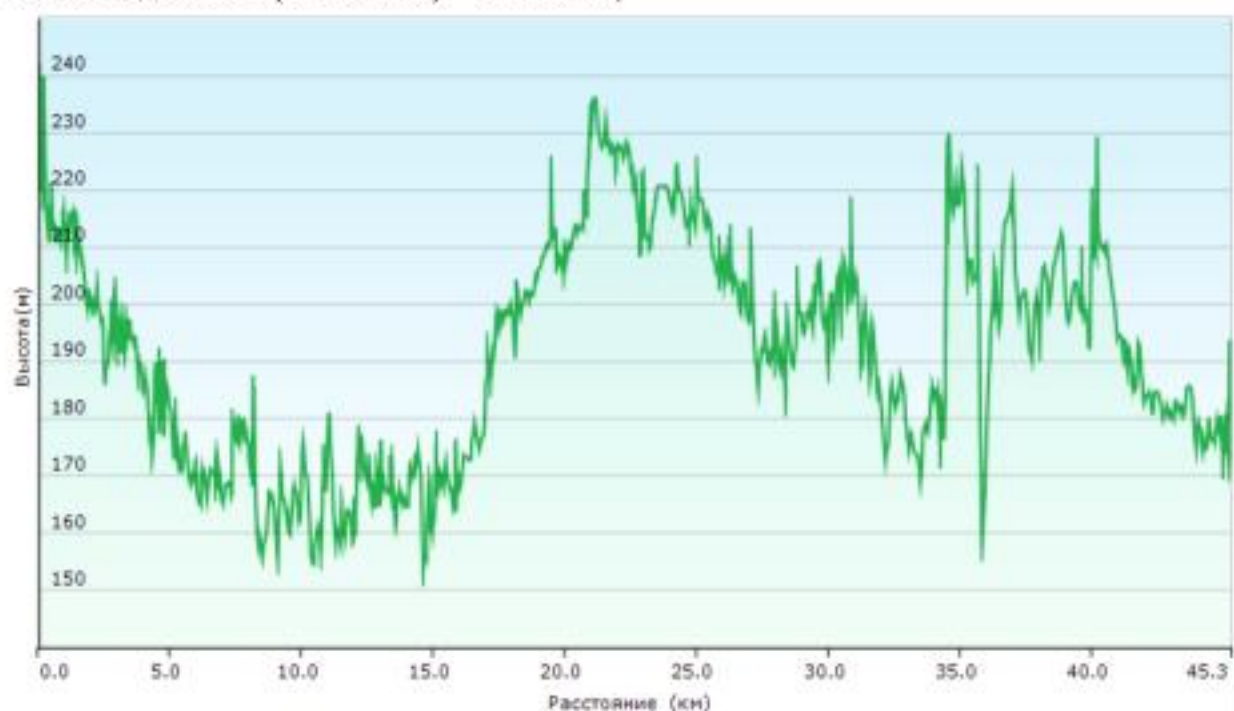
Средняя скорость в движении*: 9,3км./ч.;

Время остановок*: 02:54ч.;

Средняя общая скорость*: 5,8км./ч.

Диапазон высот: 86м (с 153м по 240м);**

Всего подъемов (в высоте): 1069м.;**



Всего спуска (в высоте): 1113м.**

***- данные с GPS-навигатора.**

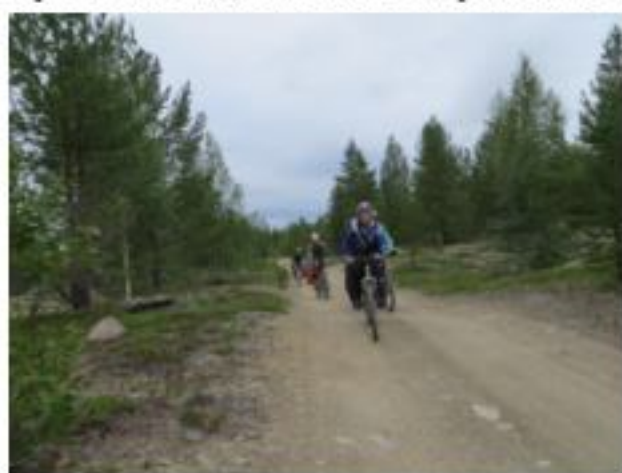
**** - данные с www.gpsies.com**

**За день пройдено: 46,61 км (по велокомпьютеру) – из них:
грунтовой укатанной с камнями (сухой) – 45,7км;
по песчаной – 0,91км.,**

День седьмой – 9 августа

07:00 –подъем.

09:22 – (208,78км) – выходим из лагеря на грунтовую дорогу с камнями.
Продолжаем движение. Направление ЮВ.



09:50 – 6,57км(215,35км) – на Т-образный перекрестке повернули направо.
На перекрестке установлен крест.

10:15 – 2,06км(217,41км) – десятиминутный привал.

10:40 – 2,91км(220,32км) – на развилке дорог едем прямо, т.е. по левой.

10:42 – 0,34км(220,66км) – переехали реку шириной 15 метров по
бревенчатому мосту.

11:04 – 3,91км(224,57км) – на развилке дорог едем прямо, т.е. по правой.

11:13 – 1,86км(226,43км) – на развилке дорог едем прямо – по правой.

11:47 – 2,81км(229,24км) – на развилке дорог едем по левой.

11:50 – 0,2км(229,44км) – на развилке дорог едем по правой.

12:03 – 1,92км(231,36км) – на развилке едем по левой.

12:32-12:46 – 2,48км(233,84км) – привал.

13:59 – 8,24км(242,08км) – на развилке продолжаем двигаться прямо, т.е. по
правой. Слева от нас поселок Октябрьский; на развилке слева заброшенный
бревенчатый дом.

14:10 – 0,49км(242,57км) – прокол у Иры П. Заменяли камеру – движемся
дальше.

14:23 – 0,49км(243,06км) – выехали на Т-образный перекресток и свернули



Фото с зайцем



Фото с подосиновиками

направо, пересекли заброшенную железную дорог и сразу повернули налево – общее направление движение прежнее – Запад.

14:30 – 1,11км(244,17км) – пересекли ж/д насыпь еще раз в обратном направлении, теперь она справа от нас. Сразу же после этого, на развилке дорог повернули направо (3).

14:33 – 0,54км(244,71км) – на Т-образном перекрестке повернули направо. Дорога более широкая, грунтовая с песком.

14:39 – 1,42км(246,13км) – укатанная грунтовая дорога сменилась на асфальтированную хорошего качества.

14:41 – 0,62км(246,75км) – не доезжая ста метров до моста через реку Умба, сворачиваем направо на грунтовую каменистую, идущую параллельно асфальтированной.

14:42 – км(246,91км) – остановились возле реки между двумя мостами автомобильным и железнодорожным – устроили обед. На север, под ж/д мостом уходит тропа в лес – возможно, там есть подходящие для стоянки места.

15:05 – 0,27км(247,18км) – вернулись на асфальтированную дорогу.

Продолжаем движение в прежнем направлении (СЗ) переезжаем реку Умба.

15:50 – 9,47км(256,65км) – поломка: у Маши в заднем переключателе





развалился ролик – взяли ролик из запасного переключателя.

16:13 – 3,42км(260,07км) – переезжаем действующую однопутную железную дорогу. Переезд без шлагбаумов, но со световым сигналом.

16:14 – 0,15км(260,22км) – на Т-образном перекрестке поворачиваем налево. Дорога из бетонных плит.

16:15 – 0,4км(260,62км) – пересекаем речку Ловчоррйок.

16:40 – 5,62км(266,24км) – пересекаем по мосту реку Айкуайвенйок.

17:10 – 5,09км(271,33км) – дорога из плит сменилась на асфальт хорошего качества.

17:14 – 1,57км(272,9км) – на перекрестке проезжаем прямо, под ж/д мостом.

17:23 – км(275,53км) – выезжаем на Т-образный перекресток (направо - Кировск, налево - Апатиты), повернули направо. При подъезде к Кировску на щите указано, что туристический информационный центр находится по адресу проспект Ленина,7.

17:30 – 2,04км(277,57км) – въезжаем в Кировск. Город находится на возвышении, из далека кажется, что дома размещены ярусами, за ними видны горы.

17:40 – 0,96км(278,53км) – подъехали к продуктовому магазину «Солнечный» справа от дороги (ул. Солнечная,2, режим работы: пн.-пт.: 9.00-21.00, сб.,вс.: 11.00-21.00). Закупили продукты на предстоящий автономный участок маршрута.

18:10 – отъехали от магазина, едем по проспекту Ленина в направлении СЗ, на подъем. На проспекте Ленина 33 расположено отделение Сбербанка; по адресу проспект Ленина 28 расположена Апатитско-кировская клиническая больница. На пересечении проспекта Ленина и ул. Юбилейной – справа отделение Почты России, слева – еще одно отделение Сбербанка России.

18:25 – 3,04км(281,57км) – на пешеходном перекрестке, напротив торгового комплекса «Олимпийский» развернулись и проехали в обратном направлении до перекрестка, где свернули во дворы направо. Справа серые невысокие дома, а слева – обрыв и внизу виднеется завод. Это оказалась



К месту почевки!



Наш лагерь

неверная дорога – возвращаемся на перекресток и поворачиваем направо, едем в обратном направлении (ЮЗ, проспект Ленина).

18:33 – 1,13км(282,7км) – на перекрестке со светофором повернули направо. Впереди видны заводские строения, а за ними озеро и горы.

18:47 – 4,57км(287,27км) – на развилке трех дорог съезжаем вниз налево.

18:55 – 1,66км(288,93км) – слева от дороги расположен Полярно-альпийский ботанический сад-институт им. Н. А. Аврорина (ПАБСИ).

18:55 – 0,18км(289,11км) – асфальтированная дорога закончилась и началась укатанная гравийная.

19:20 – 2,26км(291,37км) – на развилке едем по основной дороге направо.

19:25 – 0,61км(291,98км) – свернули с дороги налево на зарастающую грунтовую дорогу, уходящую на Запад.

19:40 – 1,86км(293,84км) – перешли вброд мелкую речку с активным течением, ширина реки пять метров, глубина 15см, дно каменистое. На противоположном берегу разбили лагерь. Здесь много деревьев, но в основном они лиственные (береза), достаточно много сухих можжевельников кустов. Вода в реке чистая. Обедаемся грибами –получилось 7.5 кг чищенных грибов.....

23:00 – отбой

Данные за день 9 августа:

Высота*: 377м.;

Счетчик пути*: 86,07км.;

Максимальная скорость*: 37,2км./ч.;

Время в пути*: 06:27ч.;

Средняя скорость в движении*: 13,3км./ч.;

Время остановок*: 04:05ч.;

Средняя общая скорость*: 8,2км./ч.

Диапазон высот: 255м (с 147м по 402м);**

Всего подъемов (в высоте): 1103м.;**

Всего спуска (в высоте): 909м.**

***- данные с GPS-навигатора.**

**** - данные с www.gpsies.com**

За день пройдено: 85,06 км (по велокомпьютеру) – из них:

грунтовой укатанной с камнями (сухой) – 39,64км;

по асфальту хорошего качества – 31,44км.,

по бетонным плитам – 11,11км.;

по гравийной укатанной дороге – 2,87км.



День восьмой – 10 августа

07:00 –подъем. Пасмурно.

09:50 – (293,91км) – выезжаем с места стоянки, переходим ту же речку вброд и выходим на гравийную дорогу – едем на Запад. Сразу же встречаем речку на своем пути и переходим её вброд.





10:00 – 0,65км(294,56км) – дорога превратилась в зарастающую грунтовую с крупными камнями.

10:28 – 1,12км(295,68км) – дорога превратилась в каменистую. Уже позади два крутых подъема, в которые пришлось идти.

10:38 – 0,54км(296,22км) – возле узкой речки, под деревцем кострище на ровной площадке – при необходимости это могло бы быть не плохим местом для стоянки, дров нет. После десятиминутного перерыва двигаемся дальше, идем вдоль реки, частично по ней (не глубокая).

11:00 – 0,14км(296,36км) – дорога свернула от реки, мы идем по сухому.

11:14 – 0,12км(296,48км) – дорога перешла в тропу идущую по склону, поэтому одеваем велорюкзаки на плечи и идем.

12:00 – 0,18км(296,66км) – пятнадцатиминутный привал. Далее только пешком, велосипед порой приходится нести. На пути несколько завалов, которые обходим по тропе на склоне.

13:30-13:55 – 0,12км(296,78км) – привал, поломка – срезало болт, крепящий багажник к раме у Ирины 3.

15:30 – 0,24км(297,02км) – мы на перевале Рамзай. Обед. Холодно и ветрено.

16:17 – после обеда продолжаем двигаться по ущелью.

17:20 – 5,5км(302,52км) – спустились в долину. Одеваем рюкзаки на велосипеды, далее можно ехать. Зарастающая грунтовая тропа. Вскоре слева





появилась река. (поправка в показания велокомпьютера: +4,72)

18:35 – 2,58км(305,1км) – десятиминутный перерыв.

19:06 – 0,47км(305,57км) – на развилке тропинок в березовой роще мы едем по левой (Ю). Тропинка почти исчезла, её не видно, но мы продолжаем идти в том же направлении чтобы выйти на более широкую дорогу.

19:10 – 0,03км(305,6км) – вышли на укатанную грунтовую дорогу с камнями, и едем по ней на Юго-Запад. На пути встретилось несколько крутых каменистых спусков.

19:39 – 2,15км(307,75км) – слева от дороги нашли подходящее для ночевки место, метрах в десяти от этого места, внизу шумит река. На площадке есть кострища.

22:00 – отбой.

Данные за день 10 августа:

Высота*: 384м.;

Счетчик пути*: 16,10км.;

Максимальная скорость*: 17,6км./ч.;

Время в пути*: 04:19ч.;

Средняя скорость в движении*: 3,7км./ч.;

Время остановок*: 05:09ч.;

Средняя общая скорость*: 1,7км./ч.

Диапазон высот: 446м (с 362м по 808м);**

Всего подъемов (в высоте): 1106м.;**

Всего спуска (в высоте): 1104м.**

***- данные с GPS-навигатора.**

**** - данные с www.gpsies.com**

За день пройдено: 13,84км (по велокомпьютеру) – из них:

по гравийной укатанной дороге – 0,65км.

по каменной дороге – 0,8км.;

по каменной тропе – 6,04км;

по зарастающей грунтовой – 4,2км.,

по укатанной грунтовой – 2,15км.;



День девятый – 11 августа

07:00 –подъем.

09:48 – (307,77км) – выходим с места стоянки на грунтовую каменную дорогу и продолжаем движение в направлении Запад. Сразу же переходим в брод реку шириной метров десять. На этом берегу, метрах в пяти от воды, слева от дороги обнаружено еще одно оборудованное место для стоянки.

10:20 – 3,25км(311,02км) – переходим вброд реку шириной метров 30 м, глубиной 25см, дно – мелкий камень.

10:55 – 1,6км(312,62км) – десятиминутный привал.

11:04 – 0,86км(313,48км) – слева от дороги фонтан, а справа оборудованное место для стоянки; справа шумит река Малая Белая. Фонтан – это, видимо, активный ключ, заключенный в трубу.



11:10 – 0,34км(313,82км) – справа от дороги еще один фонтан.

11:17 – 0,33км(314,15км) – еще один фонтан слева от дороги – вертикальная труба с вентилем. Справа река.

11:34 – 1,33км(315,48км) – на Т-образном перекрестке повернули налево. Дорога местами раскисла от влаги. По бокам от дороги лежат обрезки деревьев – впереди видна техника для вырубki. Подъехав к месту работы этих машин, повернули направо (ЮЗ). Далее дорога грунтовая с колеями, местами затопленная водой.

11:42 – 0,87км(316,35км) – на развилке дорог едем прямо, т.е. по правой.

11:44 – 0,41км(316,76км) – на перекрестке повернули налево (ЮВ), проехав под ЛЭП. Моросит дождь дорога мокрая.

11:45 – 0,12км(316,88км) – на развилке поворачиваем направо, въезжаем в деревню Хибины. Дома одноэтажные, деревянные и каменные.

11:48 – 0,8км(317,68км) – выехали из д. Хибины. Дорога грунтовая укатанная с камнями, сухая.

12:14 – 2,02км(319,7км) – десятиминутный привал с перекусом.

12:27 – 2,29км(321,99км) – проезжаем небольшой населенный пункт, название неизвестно.

12:30 – 0,81км(322,8км) – на Т-образном перекрестке повернули налево. С грунтовой дороги выехали на асфальт.





12:46 – 3,84км(326,64км) – на дороге КПП с двумя шлагбаумами; вывеска «ОАО Апатит ФНОФ-2 охраняемый объект». Проезжаем сбоку от шлагбаумов.

12:57 – 1,38км(328,02км) – асфальтированная дорога сменилась бетонными плитами. Проезжаем по территории завода.

13:03 – 1,1км(329,12км) – на перекрестке проезжаем по главной дороге и поворачиваем направо. Впереди второй КПП – так же объезжаем шлагбаумы.

13:04 – 0,43км(329,55км) – на перекрестке поворачиваем направо. Дорога асфальтированная.

13:05 – 0,83км(330,38км) – на Т-образном перекрестке повернули налево. Далее переезжаем по мосту сначала широкую реку, затем ж/д пути.

13:10 – 1,36км(331,74км) – въезжаем в город Апатиты. На перекрестке с круговым движением едем прямо.

13:20 – 1,97км(333,71км) – на перекрестке со светофором проезжаем прямо. Едем по ул. Адмирала Ферсмана. Слева продуктовый магазин «Семья», справа «Визит».

13:27 – 0,56км(334,27км) – выехали на площадь с круговым движением и повернули налево, на ул. Бредова.

13:45 – 0,5км(334,77км) – нашли место, будем располагаться в процессе





закупки продуктов – это кафе «Джага» (ул. Ферсмана 18), недалеко продуктовый магазин «7Я» (ул.Ферсмана 19а). В Апатитах в спортивном магазине можно найти запчасти для велосипеда, такие как колесо в сборе. Т.к. у Темы были замечены трещины в ободе, такое приобретение стало просто необходимым.

17:30 – 0,34км(335,11км) – отъехали от кафе в сторону, откуда приехали, на перекрестке с круговым движением повернули налево (С).

17:37 – 0,88км(335,99км) – проезжаем по двум мостам.

17:53 – 1,88км(337,87км) – на перекрестке с круговым движением поехали направо.

17:54 – 0,18км(338,05км) – выехали из г. Апатиты.

18:13 – 5,54км(343,59км) – въезжаем в Кировский район (синяя табличка справа от дороги).

18:23 – 2,87км
(346,46км) –
въезжаем в г.
Кировск – справа от
дороги желтый
монумент; внизу
квадрат с
перекрещенными
молотками, выше



надпись Кировск, еще выше три колоска уходящих вверх.

18:50 – 0,95км(347,41км) – на перекрестке повернули направо.

19:01 – 2,67км(350,08км) – проезжаем под ж/д мостом (здесь мы уже были девятого августа).

19:08 – 1,69км(351,77км) – асфальт сменился на бетонные плиты.

19:24 – 5,19км(356,96км) – пересекаем реку Айкуайвенйок.

19:45 – 0,09км(357,05км) – после разведки, свернули направо под мост и метрах в 150 от него возле заросшей дороги среди деревьев встали на ночевку. До реки метров 30, автодорога слышна, но автомобили проезжают редко. Деревьев много, но сухие надо поискать, видимо это место популярно.

Руководитель приготовил нам вкусняшку – что-то курино-омлетно-вкусное без названия.

23:00 – отбой.



Данные за день 11 августа:

Высота*: 272м.;

Счетчик пути*: 49,88км.;

Максимальная скорость*: 39,5км./ч.;

Время в пути*: 03:59ч.;

Средняя скорость в движении*: 12,5км./ч.;

Время остановок*: 02:13ч.;

Средняя общая скорость*: 8,0км./ч.

Диапазон высот: 241м (с 146м по 387м);**

Всего подъемов (в высоте): 717м.;**

Всего спуска (в высоте): 830м.**

***- данные с GPS-навигатора.**

**** - данные с www.gpsies.com**



За день пройдено: 49,28км (по велокомпьютеру) – из них:
по укатанной грунтовой с камнями сухой – 14,11км.;
по укатанной грунтовой с камнями мокрой – 0,92км.
по асфальтированной дороге хорошего качества сухой – 27,44км.;
по дороге из плит – 6,81км.

День десятый – 12 августа

07:00 – подъем. Пасмурно.

09:32 – (357,05км) – выезжаем с места ночевки.

09:54 – 0,15км(357,2км) – вышли на дорогу из бетонных плит и продолжаем движение в направлении Восток.

10:13 – 5,42км(362,62км) – пересекаем по мосту реку Ловчорройок.

10:14 – 0,57км(363,19км) – повернули направо по указателю на пос. Октябрьский, до него 18км. После поворота началась асфальтированная дорога. Сразу же пересекаем ж/д пути по переезду.

11:00 – 11,08км(374,27км) – десятиминутный перерыв.



11:10 – 1,7км(375,97км) – переезжаем по мосту реку Умба. Выглянуло солнце.

11:12 – 1,02км(376,99км) – асфальтированная дорога окончилась, далее едем по укатанной грунтовой дороге с вкраплением камней.

11:21 – 1,99км(378,98км) – на развилке повернули направо (Ю).

12:02 – 4,8км(383,78км) – привал на десять минут.

12:14 – 2,92км(386,7км) – на развилке едем по правой.

12:24 – 0,98км(387,68км) – на Т-образном перекрестке повернули направо. Песчаная дорога с глубиной песка более двух сантиметров, с крупными камнями.

12:38 – 3,37км(391,05км) – на развилке дорог едем по правой.

12:45 – 1,53км(392,58км) – на развилке едем по левой.

12:49 – 0,81км(393,39км) – выехали на широкую асфальтированную полосу с разметкой простирающуюся в даль – это взлетно-посадочная полоса аэродрома Хариусный, ширина её около 30метров. Едем на ЮВ. Выписываем пируэты по полосе рулежки! Почти сразу произошел прокол колеса у Маши.

13:21 – 0,34км(393,73км) – прокол устранен, продолжаем движение.



13:32 – 2,98км(396,71км) – доехали до перекрёстка асфальтовых полос и повернули направо, съехали с асфальта на укатанную песчаную дорогу.

13:35 – 0,7км(397,41км) – на Т-образном перекрестке поворачиваем направо.

14:07 – 5,38км(402,79км) – на развилке дорог едем по левой.

14:28 – 2,06км(404,85км) – на развилке дорог едем по правой.

14:46 – 2,81км(407,66км) – слева от нас озеро. На развилке едем прямо, т.е. по правой, более широкой.

15:18 – 4,34км(412км) – на развилке дорог едем по правой.

15:28 – 1,83км(413,83км) – на развилке дорог едем по левой.

15:32 – 0,58км(414,41км) – слева озеро, от него направо уходит река – переходим через реку по бревенчатому мосту. Сразу за мостом поворачиваем на грунтовую тропинку вправо и становимся на привал для горячего обеда. Здесь на склоне собрали много черники, а Ирины ударили рыбу в реке, вытащили щучку.

17:10 – выехали с места обеда. Ира З. с тоской провожает взглядом реку с перекатами, времени обеда не хватило проверить все рыбные места. Но пакет с рыбой бережно упаковала в клапан. Продолжаем движение в направлении В. Сразу после подъема в горку поворачиваем направо, на Ю.

17:30 – 2,52км(416,93км) – на развилке едем по правой.

17:35 – 1,05км(417,98км) – на развилке поворачиваем направо.



Рыбное место!



Обедаем с компотом

18:15 – 3,41км(421,39км) – поворачиваем налево, к озеру. 18:25 – 0,3км(421,69км) – встали на ночевку. Здесь оказалось оборудованное место: каркас для тента, пни, как столы и стулья, кострище. С обеих сторон озеро. Набежали тучи, и заморосил дождь. Поставили палатки и окопали их. Ирины натаскали окуней и к вечеру их закоптили. Кроме того, на ужин был суп из собранных по пути грибов.

23:00 – отбой.

Данные за день 12 августа:

Высота*: 120м.;

Счетчик пути*: 66,22км.;

Максимальная скорость*:

27,1км./ч.;

Время в пути*: 05:06ч.;

Средняя скорость в движении*: 13,0км./ч.;

Время остановок*: 02:10ч.;

Средняя общая скорость*: 9,1км./ч.

Диапазон высот: 181м (с 96м по 277м);**

Всего подъемов (в высоте): 879м.;**

Всего спуска (в высоте): 1026м.**

***- данные с GPS-навигатора.**

**** - данные с www.gpsies.com**

За день пройдено: 64,64км (по велокомпьютеру) – из них:

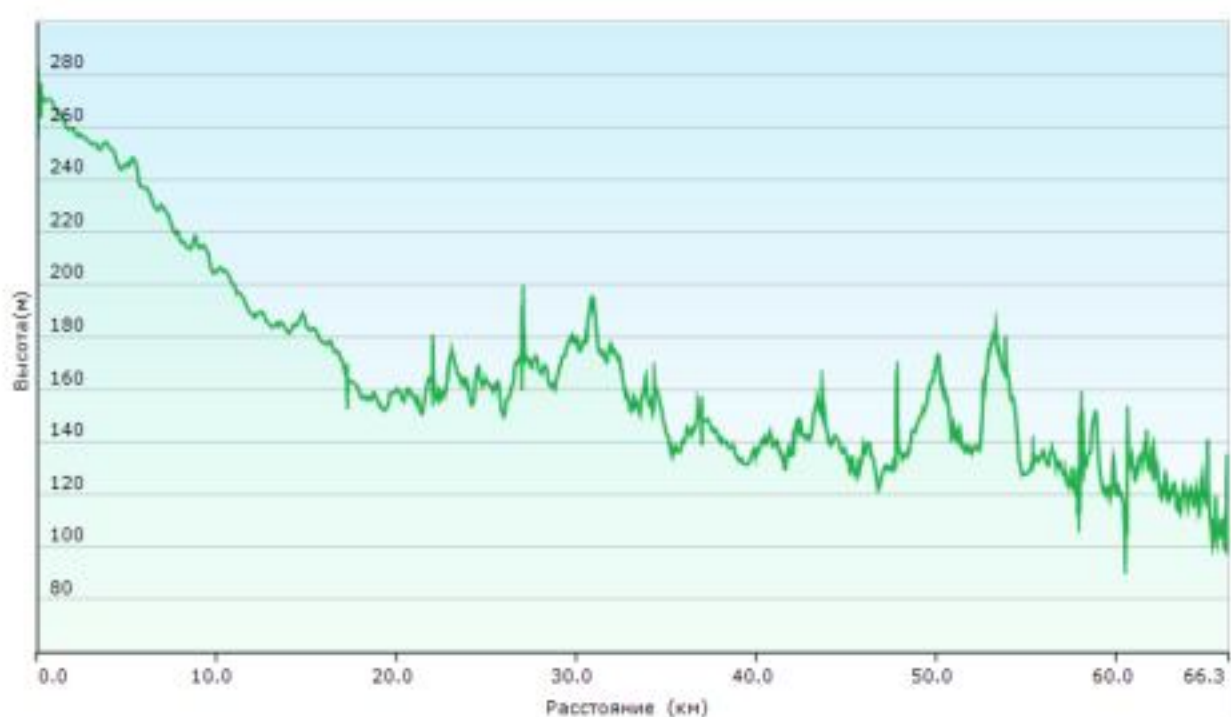
по укатанной грунтовой с камнями сухой – 10,84км.;

по дороге из плит – 5,99км.;

по асфальтированной дороге хорошего качества сухой – 17,12км.;

по укатанной песчаной сухой – 30,69км.





День одиннадцатый – 13 августа

06:00 – подъем. Солнечно.

08:35 – (422км) – выходим с места стоянки. Вернулись на прежнюю дорогу и на развилке трех дорог едем по правой (ЮЗ). Дорога песчаная с неглубоким песком.

08:50 – 0,8км(422,8км) – на Т-образном перекрестке повернули направо.

08:54 – 0,57км(423,37км) – переехали речку по бревенчатому мосту. Ширина реки пять метров.

09:17 – 4,52км(427,89км) – на развилке едем по правой, более накатанной. За сто метров до развилки на дереве была деревянная табличка «п. Инга».

09:19 – 0,39км(428,28км) – въезжаем в поселок Инга. Дома здесь одноэтажные бревенчатые.

09:30 – 2,58км(430,86км) – на нашем пути речка шириной 10 метров: можно





перейти вброд, на дне крупные камни или перейти по мостику, сделанному из тонких стволов деревьев, не очень удобный.

10:20 – 1,18км(432,04км) – десятиминутный привал. Как только собрались ехать дальше, был обнаружен прокол.

10:48 – 5,05км(437,09км) – на развилке трех дорог едем по средней, менее накатанной, направление ЮВ.

11:25 – 3,1км(440,19км) – десятиминутный привал.

12:33 – 9,11км(449,3км) – перешли реку вброд. Десятиминутный привал. Дорога укатанная грунтовая с камнями.

13:50 – 10км(459,3км) – перешли реку вброд: ширина реки 15м, глубина 30см максимально, дно каменистое, большие камни – проезжается в седле.

14:10 – 4,66км(463,96км) – на Т-образном перекрестке повернули направо. Проезжаем полуразрушенную деревню.

14:35-15:23 – 4,5км(468,46км) – обед на берегу озера Мунозеро, двигаемся дальше.

15:38 – 2,84км(471,3км) – на развилке едем по правой, менее накатанной.

16:30 – 6,15км(477,45км) – десятиминутный привал.

16:50 – 4,15км(481,6км) – на Т-образном перекрестке поворачиваем направо.

17:40 – 6,35км(487,95км) – десятиминутный привал с перекусом.

17:46 – 1,59км(489,54км) – переехали по дощатому мосту реку шириной пять метров.

18:16 – 4,73км(494,27км) – пересекли неширокую реку по бревенчатому мосту.

18:45 – 3,7км(497,97км) – десятиминутный привал.

19:30 – 5,65км(503,62км) – свернули с накатанной дороги вправо и встали на ночевку на берегу реки Вяла.

23:00 – отбой.



Данные за день 13 августа:

Высота*: 78м.;

Счетчик пути*: 81,29км.;

Максимальная скорость*: 25.6км./ч.;

Время в пути*: 07:02ч.;

Средняя скорость в движении*: 11,5км./ч.;

Время остановок*: 03:39ч.;

Средняя общая скорость*: 7,6км./ч.

Диапазон высот:** 150м (с 60м по 211м);

Всего подъемов (в высоте):** 1538м.;

Всего спуска (в высоте):** 1580м.

*- данные с GPS-навигатора.

** - данные с www.gpsies.com



**За день пройдено: 81,62км (по велокомпьютеру) – из них:
по укатанной грунтовой с камнями сухой – 54,32км.;
по укатанной песчаной сухой – 27,3км.**

День двенадцатый – 14 августа

06:00 – подъем. Ясно, солнечно.

08:17 – (503,66км) – выходим с места стоянки на укатанную грунтовую дорогу.

08:25 – 0,19км(503,85км) – переехали реку Печема по дощатому мосту.

08:47 – 4,55км(508,4км) – пересекли небольшую речку по дощатому мосту,



ширина реки около четырех метров.

09:05 – 4,71км(513,11км) – пересекли реку Укко по дощатому мосту. На том берегу развилка дорог, на которой мы едем прямо, т.е. по правой.

09:30 – 2,13км(515,24км) – десятиминутный привал.

09:41 – 3,12км(518,36км) – переезжаем по дощатому мосту с металлическими ограждениями реку Рума (Ригоручей). Ширина реки десять метров. Сразу за рекой, метрах в десяти от неё, справа от дороги небольшое деревянное сооружение – это родник с чистой и вкусной водой.

10:22 – 7,04км(525,4км) – на Т-образном перекрестке сворачиваем налево. Далее едем по асфальтированной дороге хорошего качества. После





пятнадцатиминутного перерыва двигаемся дальше в направлении Восток.

10:49 – 2,19км(527,59км) – въезжаем в поселок городского типа Умба, основан 1466г. – о чем говорит нам чёрно-белая стела. Здесь есть несколько продуктовых магазинов, хозяйственный магазин, почтовое отделение и магазин сувениров.

10:59-12:00 – делаем закупку и гуляем по поселку.

12:00 – 1,73км(529,32км) – отъезжаем от магазина.

12:08 – 0,62км(529,94км) – на перекрестке поворачиваем направо (СВ).

12:34 – 6,2км(536,14км) – выезжаем из п.г.т. Умба.

13:05 – 4,93км(541,07км) – десятиминутный привал. Начинается дождь.

13:49 – 13,36км(554,43км) – пересекаем по асфальтированному мосту реку Черная.

14:20 – 2,73км(557,16км) – десятиминутный привал. Дождь окончился, солнечно.

14:23 – 0,76км(557,92км) – переезжаем реку Кузрека. Справа от нас море.

14:41 – 4,79км(562,71км) – подъехав к мосту через реку Хлебная и съезжаем влево от дороги, что бы устроить горячий обед и передохнуть на высоком берегу этой реки.

16:36 – 0,14км(562,85км) – вернулись на асфальтированную дорогу и продолжаем движение в направлении Восток. Переезжаем через реку





Хлебная.

17:00 – 7,83км(570,68км) – пересекли Полярный круг - слева от дороги щит, гласящий об этом.

18:16 – 19,14км(589,99км) – Пересекаем по мосту реку Оленица. Асфальтированная дорога закончилась, далее – укатанная грунтовая с камнями.

18:24 – 2,01км(592км) – дорога стала песчаной укатанной с камнями, песок менее 2 см.

18:45 – 1,69км(593,69км) – десятиминутный привал.

19:00 – 2,04км(595,73км) – встали на ночевку на берегу реки Сиговка слева от дороги. Река обмелевшая, местами полностью скрывается под камнями. Течение очень слабое, вода темная. Сухих деревьев для костра достаточно.

22:00 – отбой.

Данные за день 14 августа:

Высота*: 32м.;

Счетчик пути*: 92,72км.;

Максимальная скорость*: 40,7км./ч.;

Время в пути*: 05:37ч.;

Средняя скорость в движении*: 16,5км./ч.;

Время остановок*: 02:16ч.;

Средняя общая скорость*: 11,7км./ч.

Диапазон высот: 95м (с -2м по 93м);**

Всего подъемов (в высоте): 947м.;**

Всего спуска (в высоте): 993м.**

***- данные с GPS-навигатора.**

**** - данные с www.gpsies.com**

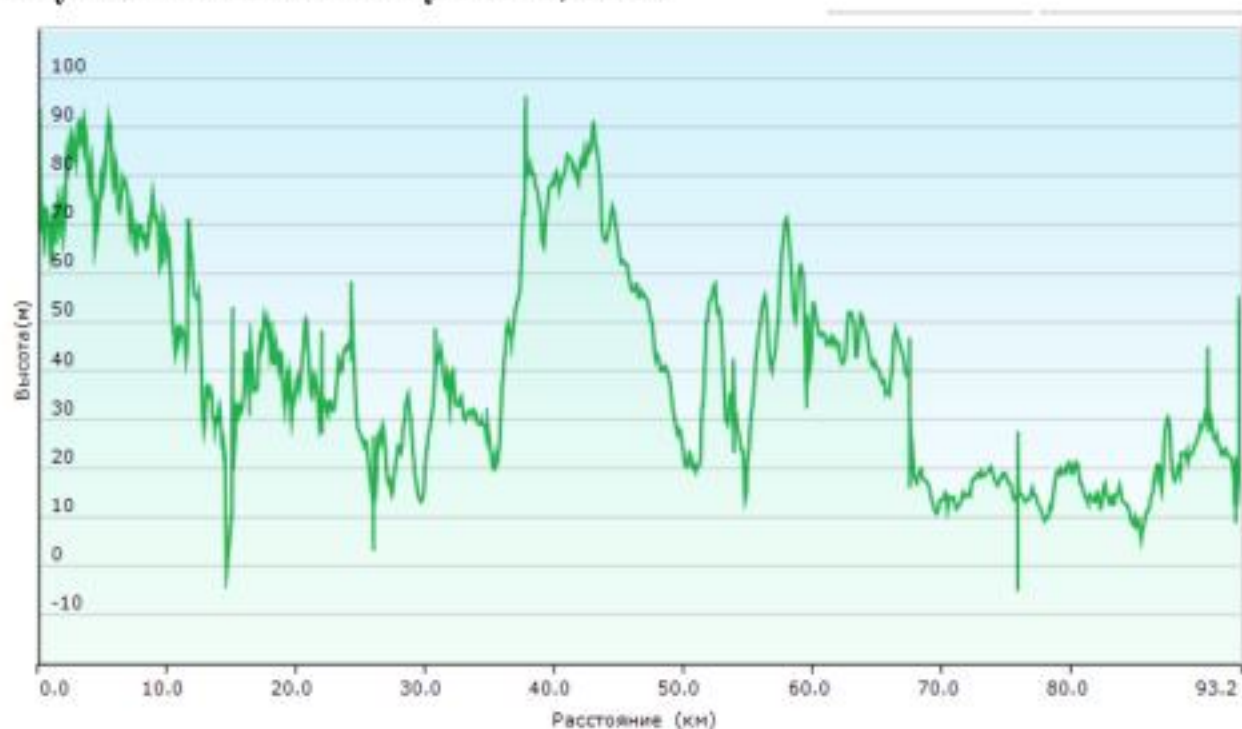
За день пройдено: 92,07км (по велокомпьютеру) – из них:

по укатанной грунтовой с камнями сухой – 23,75км.;

по асфальтированной дороге хорошего качества сухой – 47,74км.;

по асфальтированной дороге хорошего качества мокрой – 16,85км.;

по укатанной песчаной сухой – 3,73км.



День тринадцатый – 15 августа

06:00 – подъем.

8:45 – (595,8км) – выехали с места стоянки на песчаную дорогу с камнями и продолжаем движение в направлении Юг.

09:48 – 13,61км(609,41км) – десятиминутный привал.

09:57 – 2,41км(611,82км) – переезжаем по мосту реку Сальница. Мост асфальтированный.

11:10 – 11,96км(623,78км) – десятиминутный привал.

11:28 – 3,78км(627,56км) – въезжаем в село Кашкаранцы. Справа от нас море и в него выходит мыс с маяком. На развилке дорог сворачиваем направо в это





село. Здесь есть церковь, магазин (время работы 10.00-14.00 без обеда). Мы застали передвижное отделение почты – грузовой автомобиль с прилавком, здесь можно купить открытки, конверты, марки и отправить письма.

12:10 – отъезжаем от магазина, возвращаемся на развилку, продолжаем движение в прежнем направлении (В).

12:14 – 0,32км(627,88км) – Выезжаем из с. Кашкаранцы. На развилке дорог едем по правой.

12:15 – 0,35км(628,23км) – на развилке дорог едем по левой. Дорога стала песчаной зарастающей. Едем вдоль берега – Белое море справа от нас.

12:45 – 4,11км(632,34км) – остановились на обед на оборудованной площадке справа от дороги, не далеко от берега моря. Рядом деревянная часовня. Если пройти по тропинке в направлении СВВ, то можно найти родник.

16:26 – отъезжаем с места обеда. Продолжаем ехать вдоль берега.

17:35 – 14,09км(646,43км) – перешли речку впадающую в море шириной 15 м вброд, и набрали в ней воды.

17:49 – 0,12км(646,55км) – от реки поднялись по дороге вверх в направлении Северо-Восток и на Т-образном перекрестке повернули направо (В). Дорога разбитая грунтовая с крупными камнями, почти сразу она сменилась на песчаную с глубоким песком.

18:06 – 4,87км(650,3км) – дорога сменилась на грунтовую каменистую.

18:41 – 3,63км(653,93км) – десятиминутный привал.





18:45 – 0,97км(654,9км) – после того, как проехали небольшой лесок, свернули ближе к берегу. Дорога сменилась на песчаную с камнями.

18:51 – 0,57км(655,47км) – на нашем пути залив моря шириной 10м – перешли его вброд, глубина 30см.

19:00 – 1,83км(657,3км) – песок стал глубоким, иногда приходится спешиваться.

19:14 – 0,52км(657,82км) – еще один узкий залив, ширина 3м, но достаточно глубокий. На берегу найдены несколько бревен, из них сделан мост, и мы перебрались на противоположную сторону. Далее идем непосредственно вдоль воды.

20:21 – 4,5км(662,32км) – становимся на ночевку в нескольких десятках



метров от моря. Кругом песчаная пустыня, деревьев нет, но очень много плавника любого размера. Вода есть в речке, впадающей в море.

23:00 – отбой.

Данные за день 15 августа:

Высота*: 9м.;

Счетчик пути*: 70,55км.;

Максимальная скорость*: 24,3км./ч.;

Время в пути*: 06:25ч.;

Средняя скорость в движении*: 11,0км./ч.;

Время остановок*: 06:18ч.;

Средняя общая скорость*: 5,5км./ч.

Диапазон высот: 50м (с -4м по 46м);**

Всего подъемов (в высоте): 521м.;**

Всего спуска (в высоте): 547м.**

***- данные с GPS-навигатора.**

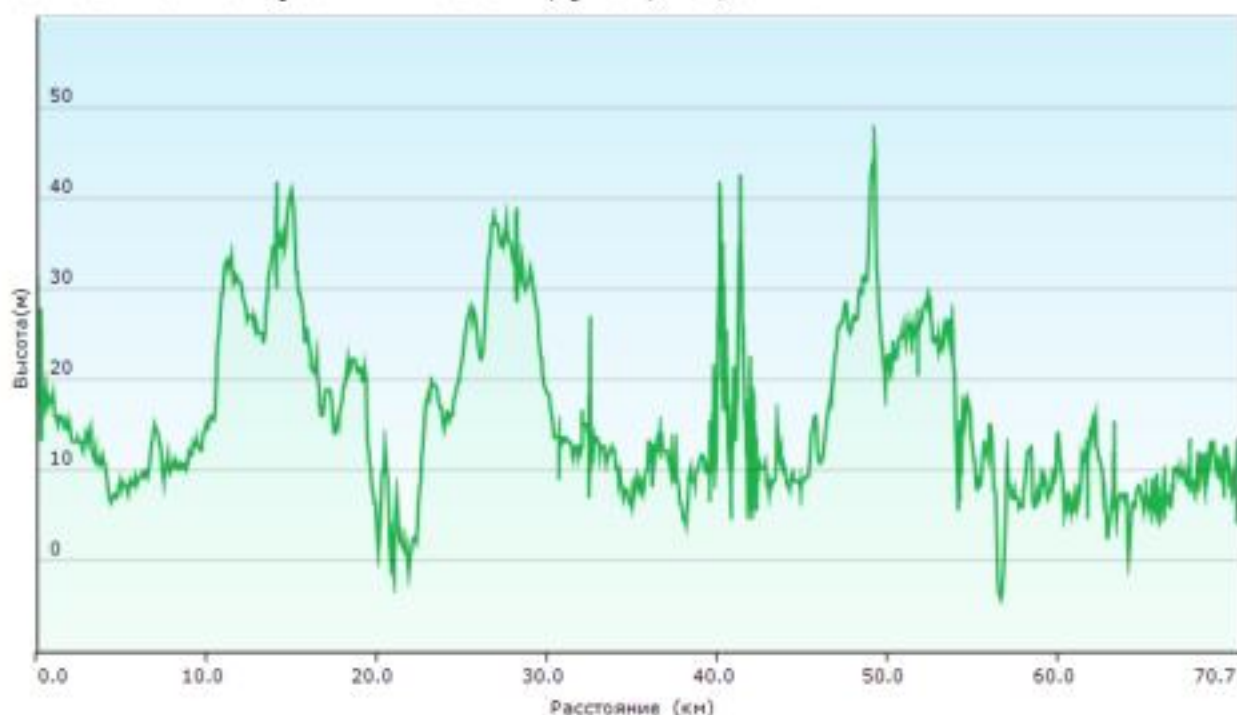
**** - данные с www.gpsies.com**

За день пройдено: 66,52км (по велокомпьютеру) – из них:

по укатанной грунтовой с камнями сухой – 4,6км.;

по укатанной песчаной с неглубоким песком (сухой) – 56,9км.;

по песчаной с глубоким песком (сухой) – 5,02км.



День четырнадцатый – 16 августа

06:00 –подъем. Туман, но вскоре выходит солнце.

09:01 – (662,32км) – выходим с места ночевки на берег моря и движемся на Восток. Песок глубокий: частично едет, иногда приходится идти.

09:48 – 2,36км(664,68км) – повернули от берега налево (СЗ) и едем по песчаной дороге с глубоким песком.

11:39 – 7,81км(672,49км) – на развилке дорог едем по левой, песок окончился, и началась грунтовая укатанная дорога с камнями.

12:02-12:30 – 4,07км(676,56км) – на Т-образном перекрестке поворачиваем направо. Сделали привал с перекусом.

12:50 – 4,93км(681,49км) – въезжаем в село Варзуга.

13:00 – 0,42км(681,91км) – подъехали к автобусной остановке; справа виднеется комплекс из нескольких деревянных церквей.

Собственно здесь и оканчивается наш поход... Дальше мы гуляем по Варзуге, грузимся в грузовой автомобиль с прицепом, который доставит часть группы в Кандалакшу, а другую часть высадит в середине своего пути, но это уже совсем другая история!))))



Данные за день 16 августа:

Высота*: 103м.;

Счетчик пути*: 20,3км.;

Максимальная скорость*: 26км./ч.;

Время в пути*: 04:15ч.;

Средняя скорость в движении*: 7,8км./ч.;

Время остановок*: 01:39ч.;

Средняя общая скорость*: 4,8км./ч.

Диапазон высот**: 98м (с 5м по 103м);

Всего подъемов (в высоте)**: 342м.;

Всего спуска (в высоте)**: 319м.

*- данные с GPS-навигатора.

** - данные с www.gpsies.com

За день пройдено: 19,59км (по велокомпьютеру) – из них:

по укатанной грунтовой с камнями сухой – 9,42км.;

по песчаной с глубоким песком (сухой) – 10,17км.



Дополнительные сведения о походе

Бюджет

Расходы	На 1-го человека, руб.	На группу 10 человек, руб.
Билет на поезд Москва-Оленегорск (плацкарт)	2 793	27 930
Билет на поезд Кандалакша-Москва (плацкарт)	2 666	26 660
Питание (закупка продуктов в Москве)	1 806	18 060
Питание (закупка продуктов на маршруте)	2 158	21 580
Аптечка	235	2 350
Батарейки для GPS	218	2 180
пленки для фотоаппарата	152	1 520
Ремнабор (в т.ч. смазка для цепи, покрышка)	380	3 800
Выброска машинами велосипедов, рюкзаков и участников из Варзуги в Кандалакшу	1 500	15 000
ИТОГО	11 908	119 080

Валюта страны России – 643 Российский рубль (RUB).

В поход каждый участник группы брал около 10 000 рублей (без учета железнодорожных билетов) на продукты питания, экскурсии, сувениры, проживания, а также на случай непредвиденных ситуаций и ЧП.

В поход в данный регион рекомендуется брать наличные денежные средства, так как оплата банковскими картами не везде возможна.

По поводу выброски машиной из Варзуги в Кандалакшу договаривались заранее. Нас взялся подвезти Игорь Пирогов (телефон 7-911-340-72-32). За 15 000 рублей с ним получилось договориться на УАЗ «Буханку» (8 человек) с прицепом и легковой автомобиль (2 человека). В прицеп поместилось 10 велосипедов и 10 велорюкзаков. Координаты данного человека были взяты из отчета Потапенко Андрея Михайловича по данному региону 2011 года.

Питание

Двухнедельный маршрут (14 ходовых дней) предполагал автономные участки продолжительностью 4 – 5 дней. Закупка продуктов на маршруте планировалась и осуществлялась в населенных пунктах: Ревде и Апатитах.

Раскладка от Хибин до Ревды закупалась и упаковывалась полностью в Москве – 4 ходовых дня.

Раскладка на участок от Ревды до Апатит закупали в Ревде (кроме сушеного мяса) – 5 ходовых дней.

Раскладка на участок от Апатит до Варзуги закупалась в Апатитах (кроме сушеного мяса) – 5 ходовых дней.

На всем маршруте также использовали подножный корм, а именно ягоды - черника, голубика, в небольшом количестве морошка (на болтах), шикша; грибы – подберезовики, подосиновики, маслята.

В Апатитах мы позволили себе обед в пиццерии.

Питание в походе состояло из завтрака, холодного обеда, ужина и двух перекусов. Раскладка была продумана на 5 дней с последующим повтором. Также была отдельная раскладка на поезд.

Группа включала 10 человек. Средний вес на человека в день составил около 700 грамм. Калорийность - 2870 ккал. В целях экономии веса вместо тушенки брали сушеное мясо домашнего приготовления, вместо хлеба использовались хлебцы и сухари.

По возможности в населенных пунктах на ужин текущего дня и завтрак следующего дня покупался свежий хлеб и тушенка (в представленных таблицах для наглядности везде указаны мясо сушеное и хлебцы). Также для разнообразия питания в дополнение к основной раскладке периодически покупалось кофе, сливки, кетчуп, майонез.

В качестве резервных блюд в Москве были заготовлены супы – борщ и куриный суп, рецепты которых приведены в конце раздела.

Стоит также отметить, что ежедневные орехи и сухофрукты на перекусы со временем стали надоедать группе, а в местных магазинах не всегда есть достаточное количество и ассортимент этих продуктов. В связи с этим некоторые перекусы были заменены на другие продукты, например, батончики «Нуга в шоколаде», сухарики в индивидуальных пакетиках, сушеная картошка, M&M (эммдемс), шоколадки.

Зная, что этот северный край богат на дары природы – ягоды и грибы, мы заранее подготовились и взяли с собой дополнительные ингредиенты для приготовления грибного жульена, черничного киселя и ягодного десерта (рецепты в конце данного раздела), а именно растительное масло, сухое молоко, крахмал, сахар, сгущенное молоко.

Голубика – мелкий кустарник высотой до 1 метра с серыми гладкими изогнутыми ветвями. Листья длиной до 3 см. Плоды — синие с сизым налётом, сочные съедобные ягоды длиной до 1,2 см.



ГОЛУБИКА

Иногда голубику называют пьяника или гонобобель за то, что она якобы пьянит и гонит боль в голову. Но на самом деле виновник этих явлений багульник, часто растущий по соседству с голубикой.

Ягоды собирают для употребления в сыром и переработанном виде. Из них делают варенье, а также используют для приготовления вина. Диетический и низкокалорийный продукт, в 100 г которого содержится 39 кКал. Голубика

показана людям, страдающим ожирением (Белки – 1 г, Жиры – 0,5 г, Углеводы – 6,6 г).

Голубику сложно собрать, не повредив, и еще сложнее сохранить. На Севере голубику традиционно хранят в берестяных коробах, залит рыбьим жиром и закопав в мох. В основном, голубику едят в свежем виде, потому что именно в свежих ягодах концентрация полезных веществ самая высокая.

Черника – многолетний кустарник высотой 15 – 30 см. Стебли прямостоячие, разветвленные, гладкие. Листья эллиптические, гладкие, светло-зеленые, кожистые, длиной 10 – 30 мм, покрыты редкими волосками и пильчатозубчатыми краями. Ягоды сочные, черные, с синеватым налетом, блестящие, мякоть темно-красная, сочная, мягкая, с множеством семян. Черника является низкокалорийным продуктом. В 100 г сырой черники всего 57 кКал (Белки – 1,1 г, Жиры – 0,6 г, Углеводы – 7,6 г).

На Руси чернику называли "молодильной ягодой". Считали, что она омолаживает организм. Наши предки знали целебную силу черники.



ЧЕРНИКА

Морошка – небольшое многолетнее травянистое растение. Стебель простой, прямостоячий. 10 – 15 см высоты, оканчивается одиночным белым цветком. Листья морщинистые сердцевиднопочковидные, с лопастным



МОРОШКА

краем. Плод – сборная костянка, вначале красноватая, а при созревании янтарно-желтая. Растет на торфяных болотах и рямах, по сырым моховым и мохово-лишайниковым тундрам. Имен у морошки великое множество. В древности ее называли болотный янтарь, очи болотного, болотный стражник. Среди сегодняшних ее названий есть и такие, как северный апельсин, арктическая малина, моховая смородина.

В 100 г морошки содержится 28 кКал (Белки – 0,8 г, Жиры – 0 г, Углеводы – 9,8 г).

В морошке в два раза больше витамина С, в десять раз больше витамина А и в два раза больше минеральных веществ, чем в апельсинах.

Раскладка

День первый

Продукт	Норма на человека (г)	Вес на группу (г)	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность
Завтрак						
Пшеничная крупа	70	700	8,9	0,8	49,4	240
Молоко сухое	20	200	5,2	5	7,8	95
Цукаты	15	150	0,3	0,2	10,7	45
Масло топленое	15	150	0,1	14,7	0,1	133
Хлебцы или сухари	30	300	3,6	1,2	18	105
Сыр жирный	35	350	8	13,5	0	149
Вафли	30	300	0,9	9	19,2	162
Чай	3	30	-	-	-	-
Сахар в чай и кашу	30	300	0	0	30	120
Итого на завтрак	248	2480	27	44,4	135,2	1049
Обед						
Колбаса сырокопченая	50	500	12,4	20,8	0	236
Хлебцы или сухари	30	300	3,6	1,2	18	105
Печенье	30	300	2	3,6	22,5	131
Итого на обед	110	1100	18	25,6	40,5	472
Ужин						
Макароны	90	900	9,9	0,8	66,8	313
Мясо сушеное	30	300	15	4,2	0,3	93
Масло топленое	15	150	0,05	14,7	0,09	133
Чеснок или лук	10	100	0,6	0	2	11
Хлебцы или сухари	30	300	3,6	1,2	18	105
Конфеты шоколадные	30	300	0,9	6	20,1	138
Лимон	5	50	0,05	0	0,2	2
Чай	6	60	-	-	-	-
Сахар	15	150	0	0	15	60
Приправы и сушеные	10	100	0,7	0,2	1,9	12

Соль	5	50	-	-	-	-
Итого на ужин	246	2460	30,8	27,1	124,4	867
Перекусы						
Фундук	40	400	6,5	26,8	4	283
Бананы вяленые	60	600	2,4	1,1	48,3	234
Конфеты (леденцы)	20	200	0	0	19,2	76
Итого на перекусы	120	1200	8,9	27,9	71,5	593
ИТОГО за день						
	724	7240	84,7	125	371,6	2981

День второй

Продукт	Норма на человека (г)	Вес на группу (г)	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность
Завтрак						
Овсяные хлопья	60	600	7,2	3,6	40,2	222
Молоко сухое	20	200	5,2	5	7,8	95
Сушеная вишня	15	150	0,2	0	11	44
Масло топленое	15	150	0,1	14,7	0,1	133
Хлебцы или сухари	30	300	3,6	1,2	18	105
Сыр колбасный	35	350	7,4	6,8	1,3	96
Печенье	30	300	2	3,6	22,5	131
Чай	3	30	-	-	-	-
Сахар в чай и кашу	30	300	0	0	30	120
Итого на завтрак	238	2380	25,7	34,9	130,9	946
Обед						
Колбаса сырокопченая	50	500	12,4	20,8	0	236
Хлебцы или сухари	30	300	3,6	1,2	18	105
Мармелад	40	400	0	0,1	31,1	125
Итого на обед	120	1200	16	22,1	49,1	466
Ужин						
Картофельное пюре	70	700	3,9	0,2	55,4	225
Мясо сушеное	30	300	15	4,2	0,3	93
Масло топленое	15	150	0,1	14,7	0,1	133
Чеснок или лук	10	100	0,6	0	2	11
Хлебцы или сухари	30	300	3,6	1,2	18	105
Шоколад молочный	30	300	2,1	10,7	15,7	168
Лимон	5	50	0,1	0	0,2	2
Чай	6	60	-	-	-	-
Сахар	15	150	0	0	15	60
Приправы и сушеные	10	100	0,7	0,2	1,9	12
Соль	5	50	-	-	-	-
Итого на ужин	226	2260	26,1	31,2	108,6	809

Перекусы						
Грецкие орехи	40	400	5,5	24,5	4,1	259
Финики	60	600	1,5	0	43,3	179
Конфеты (леденцы)	20	200	0	0	19,2	76
Итого на перекусы	120	1200	7	24,5	66,6	514
ИТОГО за день						
	704	7040	74,8	112,7	355,2	2735

День третий

Продукт	Норма на человека (г)	Вес на группу (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак						
Макароны	90	900	9,9	0,8	66,8	313
Сыр жирный	30	300	6,9	13,5	0	149
Хлебцы или сухари	30	300	3,6	1,2	18	105
Колбаса сырокопченая	30	300	7,4	12,5	0	142
Зефир	30	300	0,3	0	23,5	95
Чай	3	30	-	-	-	-
Сахар в чай	15	150	0	0	15	60
Итого на завтрак	228	2280	28,1	28	123,3	864
Обед						
Грудинка свиная	40	400	3	26,7	0	253
Хлебцы или сухари	30	300	3,6	1,2	18	105
Вафли	40	400	1,2	12	25,6	215
Итого на обед	110	1100	7,8	39,9	43,6	573
Ужин						
Гречка	70	700	8,8	1,8	47,6	242
Мясо сушеное	30	300	15	4,2	0,3	93
Масло топленое	15	150	0,1	14,7	0,1	133
Чеснок или лук	10	100	0,6	0	2	11
Хлебцы или сухари	30	300	3,6	1,2	18	105
Рахат-лукум	30	300	0,3	1,7	23,1	108
Лимон	5	50	0,1	0	0,2	2
Чай	6	60	-	-	-	-
Сахар	15	150	0	0	15	60
Приправы и сушеные	10	100	0,7	0,2	1,9	12
Соль	5	50	-	-	-	-
Итого на ужин	226	2260	29,2	23,8	108,2	766
Перекусы						
Кешью	40	400	10,1	21,5	5,1	253
Чернослив	60	600	1,4	0	39,4	163
Конфеты (леденцы)	20	200	0	0	19,2	76
Итого на перекусы	120	1200	11,5	21,5	63,7	492

ИТОГО за день						
	684	6840	76,6	113,2	338,8	2695

День четвёртый

Продукт	Норма на человека (г)	Вес на группу (г)	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность
Завтрак						
Рис	70	700	5,6	0,7	53,2	242
Молоко сухое	20	200	5,2	5	7,8	95
Курага	15	150	0,8	0	9,9	43
Масло топленое	15	150	0,1	14,7	0,1	133
Хлебцы или сухари	30	300	3,6	1,2	18	105
Сыр жирный	35	350	8	13,5	0	149
Печенье	30	300	2	3,6	22,5	131
Чай	3	30	-	-	-	-
Сахар в чай и кашу	30	300	0	0	30	120
Итого на завтрак	248	2480	25,3	38,7	141,5	1018
Обед						
Колбаса сырокопченая	50	500	12,4	20,8	0	236
Хлебцы или сухари	30	300	3,6	1,2	18	105
Пастила	40	400	0,2	0	32,2	129
Итого на обед	120	1200	16,2	22	50,2	470
Ужин						
Кус-кус	70	700	8,9	0,5	50,7	263
Мясо сушеное	30	300	15	4,2	0,3	93
Масло топленое	15	150	0,1	14,7	0,1	133
Чеснок или лук	10	100	0,6	0	2	11
Хлебцы или сухари	30	300	3,6	1,2	18	105
Козинаки подсолн./арахис.	30	300	4,5	17	10,4	173
Лимон	5	50	0,1	0	0,2	2
Чай	6	60	-	-	-	-
Сахар	15	150	0	0	15	60
Приправы и сушеные	10	100	0,7	0,2	1,9	12
Соль	5	50	-	-	-	-
Итого на ужин	226	2260	33,5	37,8	98,6	852
Перекусы						
Миндаль	40	400	7,6	21,6	5,2	264
Банановые чипсы	40	400	2	0	32	136
Конфеты (леденцы)	20	200	0	0	19,2	76
Итого на перекусы	100	1000	9,6	21,6	56,4	476
ИТОГО за день						
	694	6940	84,5	120,1	346,7	2816

День пятый

Продукт	Норма на человека (г)	Вес на группу (г)	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность
Завтрак						
Чечевица красная	70	700	17,4	0,8	37,6	226
Сыр плавленый «Дружба»	30	300	7,2	13,5	0	150
Галеты	20	200	2	2	13,1	79
Хлебцы или сухари	30	300	3,6	1,2	18	105
Колбаса сырокопченая	30	300	7,4	12,5	0	142
Пряники	30	300	1,5	0,9	23,3	101
Чай	3	30	-	-	-	-
Сахар в чай	15	150	0	0	15	60
Итого на завтрак	228	2280	39,1	30,9	107	863
Обед						
Грудинка свиная	40	400	3	26,7	0	253
Хлебцы или сухари	30	300	3,6	1,2	18	105
Шоколад молочный	40	400	2,8	14,3	21	223
Итого на обед	110	1100	9,4	42,2	39	581
Ужин						
Рис	70	700	5,6	0,7	53,2	242
Мясо сушеное	30	300	15	4,2	0,3	93
Масло топленое	15	150	0,1	14,7	0,1	133
Чеснок или лук	10	100	0,6	0	2	11
Хлебцы или сухари	30	300	3,6	1,2	18	105
Мармелад	30	300	0	0	23,3	93
Лимон	5	50	0,1	0	0,2	2
Чай	6	60	-	-	-	-
Сахар	15	150	0	0	15	60
Приправы и сушеные	10	100	0,7	0,2	1,9	12
Соль	5	50	-	-	-	-
Итого на ужин	226	2260	25,7	21	114	751
Перекусы						
Грецкие орехи	40	400	5,5	24,5	4,1	259
Курага	60	600	3,1	0	39,6	171
Конфеты (леденцы)	20	200	0	0	19,2	76
Итого на перекусы	120	1200	8,6	24,5	62,9	506
ИТОГО за день						
	684	6840	82,8	118,6	323	2701

Дежурили по двое, начиная с обеда текущего дня и заканчивая завтраком следующего. Продукты на утро собирались заранее. Такая схема позволила сократить время выхода группы на маршрут.

Пункты пополнения запаса продуктов и воды

Питьевая вода (ходовая) в горных районах набиралась прямо из рек и ручьев, которые встречаются достаточно часто. В равнинной местности вода набиралась из родников или приобреталась в магазинах, так как воду реки в данных районах нужно кипятить перед употреблением.

В городах на маршруте (Ревда, Кировск, Апатиты, Умба) имеются достаточно большие супермаркеты, с приличным выбором продуктов питания. Ассортимент продуктов не сильно отличается от небольших московских магазинов.

Крупы

Проблем с покупкой круп, картофельного пюре и макаронных изделий не было.

Сухофрукты и орехи

Орехи и сухофрукты в магазинах представлены в ассортименте, но необходимого объема не оказалось. В связи с этим данные продукты были частично заменены батончиками нуги, сухариками, сушеным картофелем в пакетиках. В каши периодически вместо сухофруктов и цукатов добавлялись свежие ягоды.

Хлебцы

С приобретением хлебцев проблем не возникло. В некоторых магазинах представлены даже в ассортименте, но самая известная и вкусная марка Finn Crisp представлены не везде.

Чай

В магазинах представлен в ассортименте только черный чай и чай в пакетиках. Зеленый, красный и прочие амортизированные чаи найти не удалось.

Кондитерские изделия

Представлены в ассортименте. В наличии имеются любые изделия – печенье, вафли, пряники, конфеты, зефир, пастила, мармелад и другие. Все крупы и прочие продукты при необходимости отсыпались до нужного веса и переупаковывались, заклеивались скотчем. Упаковка себя оправдала – пакеты в скотче не рвались, и это позволило существенно выиграть в весе по сравнению с использованием, например, тетрапаков и прочей упаковки.

Рецепты

Сушеное мясо

Мясо (говядина – вырезка, индейка – без кожи, курица – грудка без кожи) нарезать кусочками размером не более 1 см х 1 см или плоскими пластинками. Посолить, добавить специи для мяса. Заложить в

электросушилку Сухой. Время высыхания 18-20 часов. Мясо усыхает в весе в 3-4 раза в зависимости от вида мяса и жирности.

Борщ (на группу 10-12 человек)

Овощи в объеме: картофель – 1 кг, капуста – 0,5 кг, свекла – 0,5 кг нарезать ломтиками и высушить. Сушеный лук, морковь, томаты проще купить в крупном супермаркете, типа «Ашан». Отдельно взять высушенную говядину 150 грамм.

Вскипятить воду в объеме около 4,5 литров, сначала заложить мясо и дать повариться, затем заложить овощи, посолить, добавить специи, варить до готовности. На выходе получится густой суп, как говорится, «чтоб ложка стояла». (суп собирался впервые, количество ингредиентов прикидывалось на глаз, возможен вариант с уменьшенным количеством овощей и мяса на тоже количество воды).

Куриный суп (на группу 10-12 человек)

1 кг картофеля нарезать ломтиками и высушить. Сушеный лук, морковь проще купить в крупном супермаркете, типа «Ашан». Отдельно взять макароны или лапшу 200 грамм. Отдельно взять высушенную куриную грудку 150-200 грамм. Вскипятить воду в объеме около 4,5 литров, сначала заложить мясо и дать повариться, затем заложить овощи, посолить, добавить специи, варить до готовности. В самом конце засыпать в суп макаронные изделия, чтобы сильно не разварились. На выходе получается достаточно густой и сытный суп.

Грибной суп с картофелем (на группу 9-11 человек)

Собранные свежие грибы почистить и нарезать небольшими кусочками. Мелко порезать 1 большую луковицу. На противне или сковороде слегка обжарить грибы и лук с добавлением растительного масла и воды. В кан с кипящей водой (около 4,5 литров) выложить обжаренные грибы. Варить 20 минут. Добавить соль и специи по вкусу. Добавить 100-150 грамм сухого картофельного пюре и 200-300 грамм плавленого сыра. При желании можно добавить 2 горсти макарон или лапши. Поварить еще 5 минут. Приятного аппетита!

Компот/кисель черничный

В кипящую воду (4 литра) забросить собранные свежие ягоды объемом 2 литра. Варить 10 минут. Добавить сахар по вкусу. Компот готов!

Если есть желание приготовить кисель, то в готовый компот необходимо добавить крахмал (200 грамм), разведенный в небольшом количестве теплой или холодной воды, и довести до кипения.

В готовый немного подстывший кисель очень вкусно добавлять сгущённое молоко, для этого количество сахара в сваренном киселе должно быть умеренным.

Выводы по питанию в походе

Приведенная раскладка вполне удовлетворяла потребностям пройденного маршрута.

Общественное снаряжение

Наименование	Марка\состав	Масса, гр
палатка	BigAgnes Cooper UL2	1400
	nova tour памир 3	3100
	Kelty GUNNISON 4.2	4210
тент	Простор 2000 3х4м	1100
кан (титановый с крышкой)	6.5 л	670
	5 л	487
Костровые рогульки		70 гр
Топор	Fiskars 11х	1100
Пила по дереву	ВАНСО, 600 мм, с крупным зубом	550
Кухня	-скатерть -доска разделочная - нож - шуршик - кусочек губки - ср-ва для посуды (50 мл)	350
Противень+чапельник	Алюминиевый с антипригарным покрытием (250х350х100)	350
швей набор	Нитки суровые Ритки обычные Набор игл Крючок Лоскуты ткани на заплатки Стропа 20 мм 20см Пуговицы Собачка для молнии Булавка английская	190
GPS	Dakota 20 Garmin 450	150 200
Аптечка		2200
Ремнабор		4500
компас	Москомпас	28
Зубная паста		150
Мыло+мыльница		150
фотоаппаратура		3250
Видеоаппаратура	Sony HDR GoPro Hero	1721

	Аккумуляторы Оснастка для GoPro	
Диктофон		56
трос для сцепки 10 велов	3 м	430
Безмен электронный	Rapala Pocket Scale ML- ST06 40 кг max\точность 100 гр	60
Батарейки Li	Energizer Ultimate Lithium	500
Шнур для сушки		50
Спецснаряжение	Веревка основаная 8мм 50 м+трамвай 6мм 50 м	2850
	Карабины 5 шт+2 прусика+2 обвязки	1135
Итого:		26902

Kelty GUNNISON 4.2. Наша команда в походе по Кольскому составляла 10 человек, следовательно, требовалось 10 спальных мест. С размещением 5 человек, проблем не возникло в наличии была Kelty 4. Несмотря на, то что это палатка заявлена производителем как 4-местная, мы ее используем как 5-ти местную (при таком варианте размещения на человека приходится 51 см). Но тут вышла накладка, палатку Kelty GUNNISON 4.2, которую мы всегда брали с собой, взять не смогли, одолжили у ребят вроде бы такую же Kelty. Но палатка оказалась чуть меньше и это «чуть», несколько портило жизнь. Но в целом сносно, а при учете того, что кто-то спал под открытым небом, размещение вышло комфортным. Но на будущее надо четко отслеживать размер и модель палатки, которую берешь.

Памир 3 Nova tour. Палатка очень достойно показала себя как в Исландии, так и на Кольском. Единственный недостаток, что палатка несколько тяжеловата, но заменив «родной» чехол на молнии и фастексами, убрав запасные кольца – удалось добиться веса в 3100 кг.

Топор. Для походного топора важна хорошая «кусачесть» и при этом легкость. Этим требованиям полностью соответствует Fiskars 11х. Нужно отметить, что хороший топор с деревянным топорischem, сейчас купить достаточно трудно, так что марка Fiskars на данный момент практически единственный вариант. При чем, удачная модель именно 11X, модели ниже 7X и 5X слишком легкие, модели выше слишком тяжелые и громоздкие.

Пила. Очень хорошо показали себя столярные ручные пилы с крупным зубом. У нас была ВАНСО, 600 мм. При небольшой длине пилы, ей можно пилить достаточно толстые бревна, но, конечно, не так быстро, как двуручной.

Противень. Как дополнение к канам брали алюминиевый противень для жарки грибов и рыбы. И надо сказать, что противень нам очень пригодился –жарили грибы. Как дополнение к противню удобно брать чашельник. Будьте аккуратны, часто чашельник деформирует Al стенку, если наполнить противень под завязку. При перевозке рекомендуется прокладывать протвень, чем-нибудь мягким, иначе есть большая вероятность стереть антипригарное покрытие и протереть его до дыр.

Безмен электронный модель Rapala Pocket Scale ML-ST0640 погрешность взвешивания 10 гр. Очень удачное приспособление для учета веса снаряжения и веса продуктов.

Горелки – первоначально планировалось идти маршрут с горелками на бензине. Так как на маршруте планировались безлесеые участки. Но в поезде выяснилось, что горелки, топливные емкости и экран благополучно остались в Москве. Так что безлесеые участки мы прошли за один день.

Веревки и карабины – брали для страховки при прохождении бродов. Не пригодились, из-за аномально жаркого лета уровень рек сильно упал. Вне зависимости от прогнозов на данном маршруте веревки обязательны!

Состав аптечки и случаи оказания первой помощи

Состав аптечки первой помощи

Наружные ранозаживляющие и противовоспалительные средства		
Хлоргексидин 0,2% водный раствор	100 мл	Обработка ран. Полоскание горла (в разведении 1:4)
Перекись водорода 3% р-р	100 мл	Обработка ран, остановка кровотечения в т.ч. носового
Спирт медицинский	50 мл	
Левомеколь	1 туб	Противомикробное заживляющее средство
Диоксидин 1 %	50 мл	Обработка ран
Боро Плюс (зеленый)	1 туб	Лечение ожогов, обморожений, ран, трещин, сухости
Пантенол спрей	1 туб	Лечение поверхностных повреждений кожи
Перевязочные средства, инструменты		
Бинт эластичный 3 м x 10 см	1 шт	Фиксация суставов при повреждениях
Губка гемостатическая коллагеновая	2 шт	
Активтекс салфетки	2 шт	Антисептические антибактериальные обезболивающие салфетки. Работают в ВЛАЖНОМ состоянии.
Пластырь в пластинках водостойкий (набор)	1 уп	
Пластырь рулонный	1 шт	
Салфетки марлевые стерильные 14x16 см	1 уп	Асептические повязки
Салфетки марлевые стерильные 45x29 см	1 уп	Повязки
Ватные диски\палочки	20\20 шт	Нанесение антисептиков
Термометр электронный	1 шт	
Ножницы	1 шт	Легкие острые маникюрные
Булавки	3 шт	Фиксация краев эластичного бинта
Шприц инсулиновый	1 шт	Вместо пипетки для капель софрадекс

Аптечка экстренной помощи		
Шприц 2 мл	3 шт	
Нож (пилочка) для ампул	1 шт	Обычно находится в упаковках с ампулами
Бинт стерильный 7 м х 14 см	3 шт	Остановка кровотечения
Бинт стерильный 7 м х 10 см	2 шт	
Преднизолон 5 мг	20	Шок при травме, 90 мг. Разовая доза до 150 мг.
Салфетки марлевые стерильные 14х16 см	2 шт	
Ампулы		
Кеторолак (Ампулы Кетанов 30 мг)	5 амп	1-2 ампулы в зависимости от тяжести сразу после получения травмы
Кеторолак (Ампулы Кетанов 10 мг)	10 амп	Каждые 6 часов до больницы. Таблетки нольпаза 40-80 мг 1р\д.
Супрастин 20 мг (ампулы 1 мл)	5 амп	Аллергические реакции, усиление обезболивания. 1-2 амп в сутки
Этамзилат 125 мг/мл амп. по 2 мл	5 амп	Желудочно-кишечное и маточное кровотечение. Каждые 6 часов по 2 мл в/м
Обезболивание		
Кеторол (таблетки 10 мг)	20 таб	Выраженный болевой синдром. По 1 таблетке через 6-8 часов. Не более 4 в день.
Нурофен экспресс нео, таб	10 таб	Болевой синдром. 1 таблетка по требованию
Вольтарен Эмульгель 50 г	1 туб	Воспаление суставов. Полоска 4-6 см, втирать целлофаном или перчаткой.
Простуда, воспаление глаз, уха, герпес, аллергия		
Коллаген-ультра крем	1 туб	Противовоспалительное болеутоляющее
Амоксиклав 825 (таблетки) в блистере	14 таб	Тяжелые инфекции. 1 таблетка каждые 8 часов. 5-10 дней
Ацц Лонг (шипучий)	20 таб	Кашель , 1 таб день
Ларипронт	20 таб	Инфекционно-воспалительные заболевания слизистой полости рта, глотки и гортани. 1 таб 2-3 часа. После приема 30 мин не пить и не есть.
Каметон	30 г	Местное противовоспалительное ЛОР органов. По 1 пшику 3-4 раза в день
Анаферон	20 таб	Профилактика и лечение простуды и ОРВИ. 1 таблетку 3-6 раз в сутки, в зависимости от тяжести заболевания, лечение следует начинать при первых респираторных симптомах. После улучшения состояния рекомендуется переход на прием препарата 1 раз в сутки, в течение 8-10 дней

Простуда, воспаление глаз, уха, герпес, аллергия		
Биопарокс спрей	1 фл	При сильных болях в горле, кашле, насморке. 4 пшика в горло, 2 в каждую ноздрию. На вдохе. 4 раза \день
ГелоМиртол	10 таб	Противовоспалительное при заболевании ЛОР органов. 2 табл\3 раза в день
Ринофлуимуцил	1 фл	Насморк. 2 пшика в каждую ноздрию 3-4 раза в день. (7 дней мах)
Тантум Верде (леденцы)	20 шт	Боль в горле. 1 табл 3-4 раза. (держат во рту как можно дольше)
Пироксикам 10 мг	10 таб	Общее противовоспалительное, жаропонижающее. 1 таб\день
Тизин Ксило	1 фл	Уменьшение отека слизистой. 1 пшик в каждую ноздрию\3 раза в день
Аспирин-С (шипучий)	10 шт	Простуда. 1-2 табл каждые 4 часа (макс дозировка в день 6 табл)
Парацетомол 500 мг	20 таб	Жаропонижающее болеутоляющее. 3-4 табл\день
Софрадекс (капли глазные и ушные)	5 мл	Солнечные ожоги глаз, воспаление глаз/ушей при отсутствии гноя из уха. 2 р/д
Ацикловир мазь 1г.	1 туб	В первый день появления простуды на губах каждые 4 часа.
Зовиракс для глаз	1 туб	Воспаление глаз. Полоску под нижнее веко 5 раз\день
Кларитин таб.	10 таб.	Все виды аллергии. 1 табл\день
Искусственная слеза	10 мл	Закапывать в глаз под нижнее веко до 8 раз в день (можно каждый час) по 2 капли
Тауфон	10 мл	Травма роговицы. 1-2 капли 3-4 раза в день
Проблемы с ЖКТ		
Нольпаза 40 мг (таблетки)	14 таб	Изжога однократно 1 таб. Боли вверху живота 1 р\д 7 дней. Длительный прием кеторола: 1-2 таб в сутки.
Энтерофурил 100 мг (капсулы)	30 кап	Кишечная инфекция: понос, рвота. По 200 мг 4 р\день. Исключить алкоголь
Смекта	10 пак	Понос, изжога, вздутие. 3 пак\сутки
Линекс	32 капс	Дисбактериоз. 2 капс после еды\3 раза в день
Фильтрум-СТИ	20 таб	Отравление/киш.инфекция: понос, рвота. 2-3 таб 4 р\день
Сенаде таб	20 таб	При запоре. По 1-2 таб.на ночь.
Сердечно-сосудистые средства		
Нитроглицерин 0,5 мг (капсулы подъязычные)	10 кап	1 капсула под язык при сильных болях за грудиной сжимающего характера

Валидол	10 таб	Боли в области сердца, тошнота при укачивании и на высоте
Витамины		
Витрум	140 шт	Витаминный комплекс
Витамин С 1000 мг	140 сашет	Вес 1 гр
Индивидуальная аптечка		
Гигиеническая помада с SPF фактором (очень хорошая вещь Nivea SOS и защищает и восстанавливает)		
Пластырь в пластинках (набор)	1 уп	
Бинт стерильный 7 м х 14 см	1 шт	
Бинт стерильный 7 м х 10 см	1 шт	
Салфетки марлевые стерильные 14х16 см	1 уп	
Перекись водорода 3% р-р	50 мл	
Хлоргексидин р-р	50 мл	
Репеллент		
Личные препараты		

Случаи оказания медицинской помощи в походе:

Потертости, сухость кожи, обветривание губ – очень хорошо показал себя крем Боро Плюс (зеленый), как увлажняющий и восстанавливающий препарат.

Боль в горле – леденцы для рассасывания Тантум-Верде – курсом. Воспаление купировалось.

Боль в коленях – для профилактики Коллаген-Гель. При выраженных болях применялся кетанов в виде мази три раза в день и диклофенак 100 мг в таблетках 1 раз в день, коленный сустав фиксировался эластичным бинтом.

Ожоги – на второй день похода один из участников ошпарил себе лодыжку, получив ожог второй степени. В первую очередь место поражения было обработано пантенолом. За ночь на месте ожога образовались пузыри, часть из которых лопнула. Хорошо зарекомендовали себе после ожоговые салфетки АктивТекс. Структура салфетки такова, что не дает ей прилипнуть к ране и при перевязке легко снимается. Особенность таких салфеток в том, что работают они во влажном состоянии, что было очень удобно при количестве бродов на маршруте. Участник весь поход прошел в повязке, ожог полностью зашили только в Москве.

Выводы и рекомендации

Аптечка для удобства применения была разделена на три части: ампульную, ранозаживляющую и простудно-желудочную. Ампульная часть была помещена в прозрачный жесткий пластиковый контейнер, две остальные упаковывались в пакеты из плотного целлофана на молнии. Каждая аптечка была дополнительно помещена в герму

нужного размера. Для быстроты доступа ампульная и ранозаживляющая аптечки ездили в верхнем клапане рюкзака, простудно-желудочная внутри рюкзака. Металлические тюбики кремами и мазями для предотвращения пробоа были обмотаны цветной изолентой в один слой (если обмотать в два слоя, нельзя разобрать, что написано на тюбике).

Следует очень аккуратно обращаться с кипящими канами – брать канаи не голыми раками, а костровой руковицей. Проверять исправность ручек и цепочек для приготовления пищи во избежание получения травм.

Аптечка полностью соответствовала сложности похода и району путешествия. Серьезных случаев оказания медицинской помощи не было.

Эксплуатация и ремонт средств передвижения

Ремнабор		
Инструменты	Наименование	Примечание
	1 Шестигранныки.	200 гр
	2 Выжимка цепи, монтажки, ключ спицевой,	81 гр
	3 Мультишульц лазерман	250 гр
	4 Набор конусных ключей (13, 14, 15, 17 мм)	125 гр
	5 Съёмник кассеты	74 гр
	6 Насос высокого давления.	161 гр
	7 Полотно ножовки.	17 гр
	8 Педальный ключ	85 гр.
	9 Надфиль	9 гр
	10 Кусачки для тросиков и рубашек	155 гр
	11 Зубная щётка	11 гр
Расходные материалы		
	12 Густая смазка.	20 гр (15 мл)
	13 - Масло для цепи специальное дорогое 200мл	220 гр
	Эпоксидка и стеклоклань	локсипол 32 гр + 50 гр
Запчасти		
	14 Запасная манетка	132 гр
	15 Запасные замки	11 гр
	16 Изолента, армированный скотч .	304 гр
	17 Камеры 26 2 шт.	350 гр
	18 Покрышки 26 2 шт.	1000 гр
	19 Заплатки, клей (набор).	100 гр
	20 Переключатель задний.	300 гр
	21 Трос тормозной 2 шт	40 г
	22 Трос для переключателя 3 шт	50 гр
	23 Рубашки по 1 метру	100 гр
	24 Сантехнические хомуты и пластиковые стяжки.	70 гр
	25 Набор болтов, гаек, шайб и т.д.	140 гр
	26 Проволока.	21+45+27 гр
	27 Комплект эксцентриков	120 гр
	28 Универсальный петух	10 гр
	29 Болт М12 с двумя гайками вместо педалей	80 гр
	30 Подседельный эксцентрик	39 гр
	31 Болты 2 шт.	14 гр

Итого вес ремнабора: 4,443 грамма + 4 насоса распределённые по участникам.

Состав индивидуального ремнабора

Наименование	Кол-во
Камеры 2 штуки.	1
Петух 2 шт.	2
Колодки тормозные 2 комплекта (на каждое колесо)	3
Спицы.	4
Замки для цепи 2 штуки	5

Неисправности в походе:

	Подтянут проволокой датчик вело компьютера.
	Нарастили дугу багажника, чтобы устранить трение вело баула о колесо.
	Нарастили багажник тремя палками после того, как сломали его заднюю часть



Стянули арматуру багажника хомутом, поскольку сорвалась резьба в бонке, для крепления багажника. Чтобы болт не выпадал его примотали к раме скотчем.



Змеиный укус на спуске (4 дырки).



Обыкновенный прокол.



Замена петуха.



Переборка колёсной втулки.



Ролик заднего переключателя

	Закрепили стойку багажника болтом крепящим задний калипер
	Заклеиваем потёртость на шине.

Таблица неисправностей:

Неисправность	Количество
Проколы	5
Заменённые болты	5
Ремонт цепи	1 (израсходовали 1 замок)
Замена петуха	1
Протёртости шин	2 шины заменены, 1 заклеена
Проблемы с переключателем	Заменяли 1 ролик заднего

	переключателя
Треснувшие обода	1 (было вырвано 5 спиц)
Переборка втулок	4 раза
Проблемы с багажниками	7 (с 4-мя багажниками)
Проблемы с педалями	2 (люфт, ремонту не подвергались)
Проблемы с кареткой	1 (ремонту не подвергалась)
Замена тормозных колодок	2

Итоги:

- Самыми популярными предметами оказались армированный скотч и жидкое масло для цепи, затем шестигранные и мультитул.

- Ни разу не использовались эпоксидка и стеклоткань, запасная манетка, запасные замки, тросики и рубашки, универсальный петух, болт вместо педали, подседельный эксцентрик, бонки.

Выводы и рекомендации:

Состав ремнабора показал за время похода свою достаточность и компактность. Уменьшать его не рекомендую. Для последующих походов рекомендую доукомплектовать его ещё одним надфилем, поскольку они легко ломаются. Участники похода много жаловались на отсутствие наждачной бумаги и многоцелевого смазывающего средства WD-40. Хочу заметить, в походе мы смогли обойтись без данных средств. В походе много бродов, поэтому многие втулки (плохо защищённые от воды) пришлось перебирать. Рекомендую до похода тщательно просмотреть крышки на наличие трещин и потёртостей, багажник на наличие трещин и затянутости болтов. В походе регулярно проверять болты крепления багажника, а также люфт колёс.

Бальная оценка сложности велосипедного похода

Расчет категории трудности протяженных препятствий

ПП №1, ж\д ст. Хибинь – начало подъема на Ю. Рисчорр

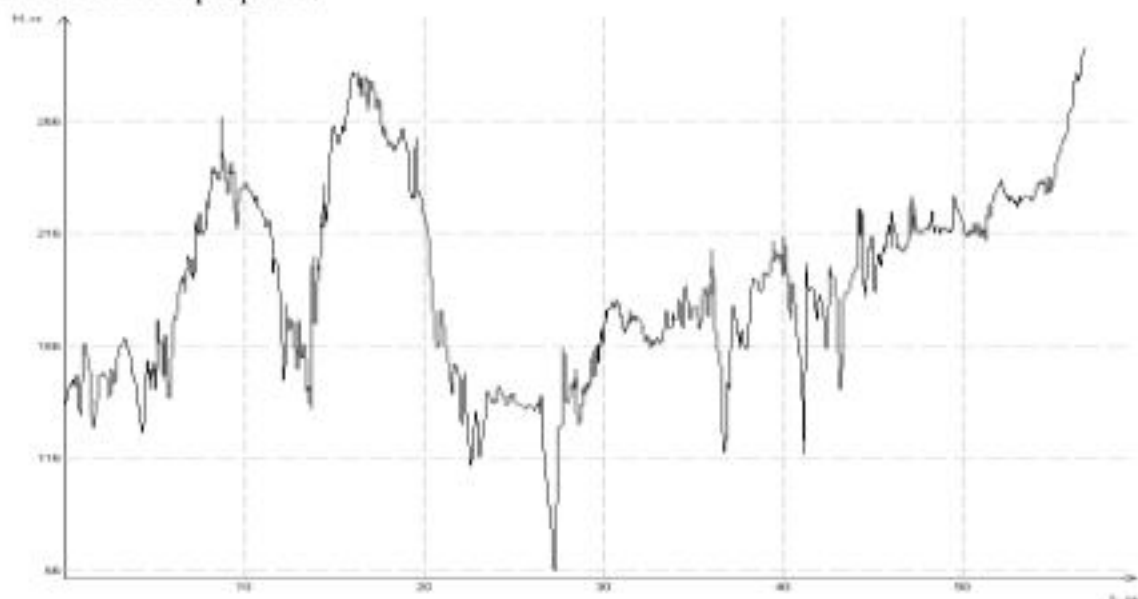
1. Общие сведения

Наименование: ж\д ст. Хибинь – начало подъема на Ю. Рисчорр

Район: Кольский п-ов

Границы: ж\д ст. Хибинь – начало подъема на Ю. Рисчорр

Высотный профиль:



2. Параметры препятствия

Протяжённость препятствия: 56851 м

Минимальная высота: 66 м

Максимальная высота: 299 м

Набор высоты: 2012 м

Сброс высоты: 1859 м

3. Расчёт КТ

3.1 Коэффициент покрытия (Кпк)

Характеристика покрытия

Длина участка	Описание	Кпк
30890	Грунт, Хор. качества, Сухой	1.2
24460	Грунт, Со множеством лок. препятствий, Сухой	2.5
1501	Песок, Рыхлый, Сухой	5.0

Кпк = 1.86

3.2 Коэффициент абсолютной высоты (Кв)

Район похода: *Заполярье*

$$Кв = 1.06$$

3.3 Коэффициент набора высоты (Кнв)

Набор высоты: *2012 м*

$$Кнв = 2.41$$

3.4 Коэффициент протяжённости (Кпр)

Протяжённость препятствия: *56851 м*

$$Кпр = 1.57$$

3.5 Коэффициент крутизны (Ккр)

Средний уклон подъёмов: *12.02%*

Средний уклон спусков: *9.71%*

$$Ккр = 1.51$$

3.6 Погодно-географический показатель (П*Г)

Погодный фактор: *+25°C*

$$П = 1.1$$

Географический фактор: *Малоблагоприятные районы*

$$Г = 1.1$$

3.7 Категория трудности

$$КТ = Кпк * Кв * Кнв * Кпр * Ккр * П * Г$$

$$КТ = 1.86 * 1.06 * 2.41 * 1.57 * 1.51 * 1.1 * 1.1 = 13.63$$

Препятствие соответствует IV категории трудности

ПП №2 Начало подъема на Юж. Рисчорр –пер. Ю. Рисчорр – р.Каскаснюок

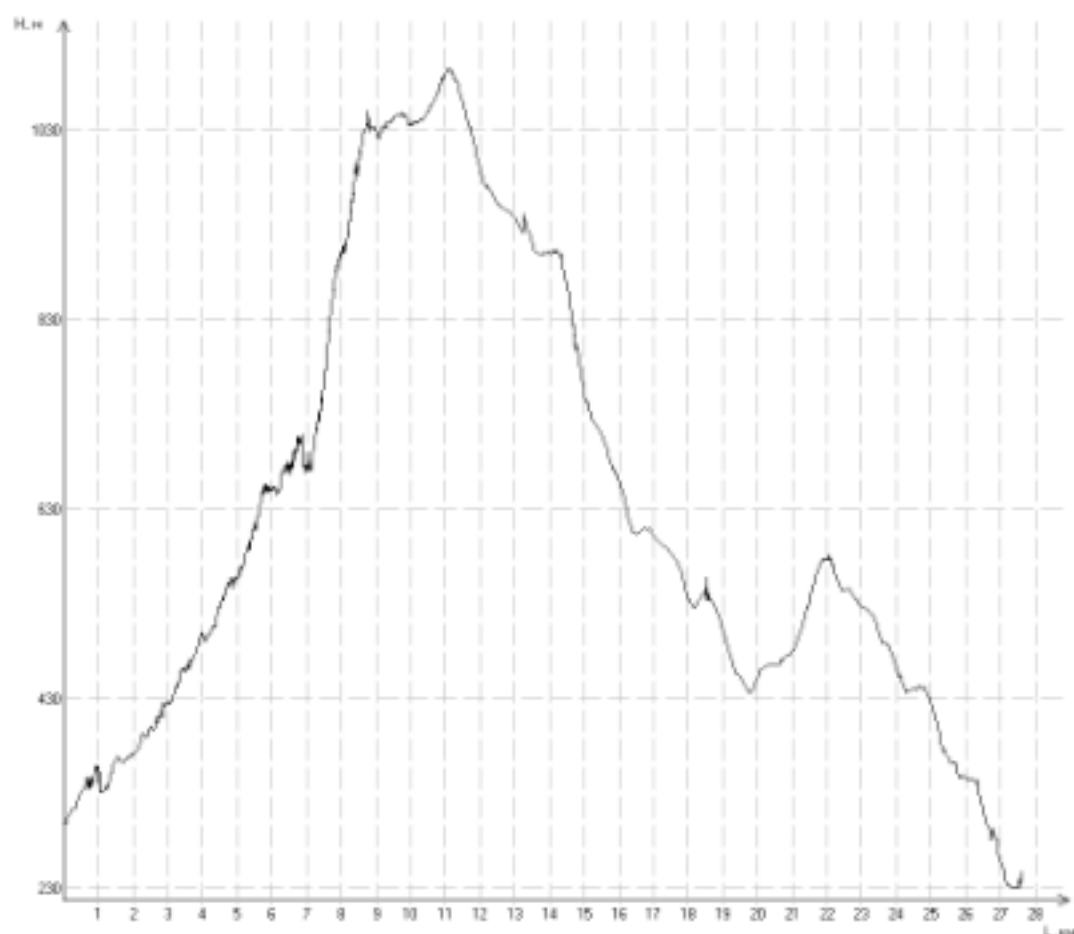
1. Общие сведения

Наименование: *начало подъема на Юж. Рисчорр – р.Каскаснюок*

Район: *Кольский п-овс*

Границы: *начало подъема на Юж. Рисчорр – р.Каскаснюок*

Высотный профиль:



2. Параметры препятствия

Протяжённость препятствия: 27594 м

Минимальная высота: 230 м

Максимальная высота: 1095 м

Набор высоты: 1970 м

Сброс высоты: 2026 м

3. Расчёт КТ

3.1 Коэффициент покрытия (Кпк)

Характеристика покрытия

<i>Длина участка</i>	<i>Описание</i>	<i>Кпк</i>
7380	Грунт, Со множеством лок. препятствий, Сухой	2.5
5274	Гравий/щебень, Разбитый, Сухой	1.3
14160	Грунт, Хор. качества, Сухой	1.2
780	ЛП	-

$K_{пк} = 1.58$

3.2 Коэффициент абсолютной высоты (Кв)

Район похода: *Заполярье*

$K_{в} = 1.24$

3.3 Коэффициент набора высоты (Кнв)

Набор высоты: *1970 м*

$$К_{нв} = 2.37$$

3.4 Коэффициент протяжённости (Кпр)

Протяжённость препятствия: *27594 м*

$$К_{пр} = 1.27$$

3.5 Коэффициент крутизны (Ккр)

Средний уклон подъёмов: *20.72%*

Средний уклон спусков: *14.86%*

$$К_{кр} = 1.87$$

3.6 Погодно-географический показатель (П*Г)

Погодный фактор: *+15°C*

$$П = 1.0$$

Географический фактор: *Малоблагоприятные районы*

$$Г = 1.1$$

3.7 Категория трудности

$$КТ = К_{пк} * К_{в} * К_{нв} * К_{пр} * К_{кр} * П * Г$$

$$КТ = 1.58 * 1.24 * 2.37 * 1.27 * 1.87 * 1.0 * 1.1 = 12.13$$

Препятствие соответствует IV категории трудности

ПП №3 пер. Намуайв – оз. Умба

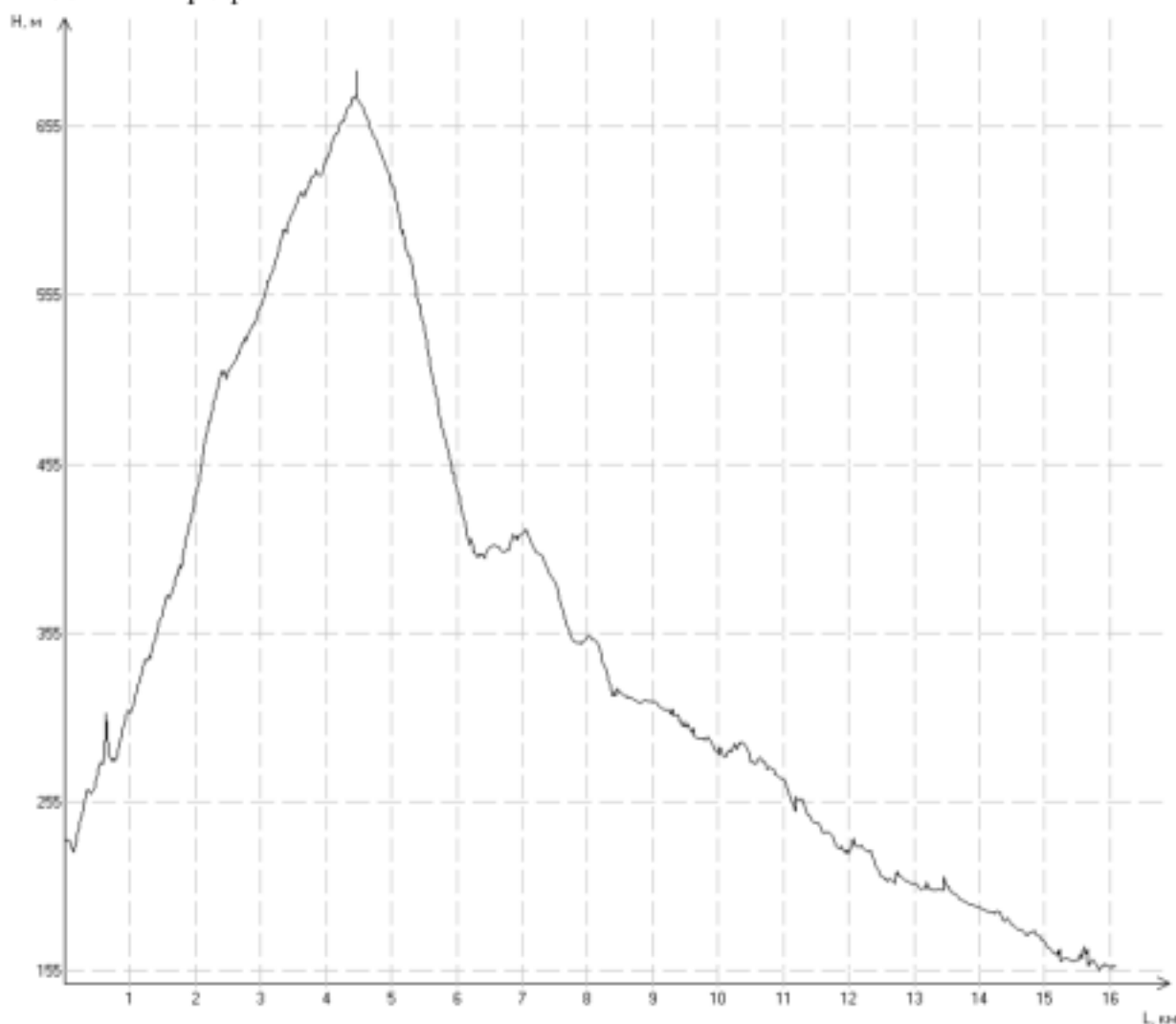
1. Общие сведения

Наименование: подъем пер. Намуайв – оз. Умба

Район: Кольский п-ов

Границы: подъем пер. Намуайв – оз. Умба

Высотный профиль:



2. Параметры препятствия

Протяжённость препятствия: 16104 м

Минимальная высота: 155 м

Максимальная высота: 688 м

Набор высоты: 692 м

Сброс высоты: 767 м

3. Расчёт КТ

3.1 Коэффициент покрытия (Кпк)

Длина участка	Описание	Кпк
3420	Грунт, Хор. качества, Сухой	1.2
4160	Гравий/щебень, Хор. качества, Сухой	1.2
4684	Грунт, Со множеством лок. препятствий, Сухой	2.5
3840	Песок, Рыхлый, Сухой	5.0

$K_{пк} = 2.48$

3.2 Коэффициент абсолютной высоты (Кв)

Район похода: *Заполярье*

$K_{в} = 1.11$

3.3 Коэффициент набора высоты (Кнв)

Набор высоты: *692 м*

$K_{нв} = 1.35$

3.4 Коэффициент протяжённости (Кпр)

Протяжённость препятствия: *16104 м*

$K_{пр} = 1.16$

3.5 Коэффициент крутизны (Ккр)

Средний уклон подъёмов: *14.18%*

Средний уклон спусков: *9.45%*

$K_{кр} = 1.87$

3.6 Погодно-географический показатель (П*Г)

Погодный фактор: *+25°C*

$P = 1.1$

Географический фактор: *Малоблагоприятные районы*

$G = 1.1$

3.7 Категория трудности

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

$КТ = 2.48 * 1.11 * 1.35 * 1.16 * 1.87 * 1.1 * 1.1 = 9.75$

Препятствие соответствует IV категории трудности

ПП №4 Ревда (Ульма)-пер. Геологов - начало дороги «1000 ручьев»

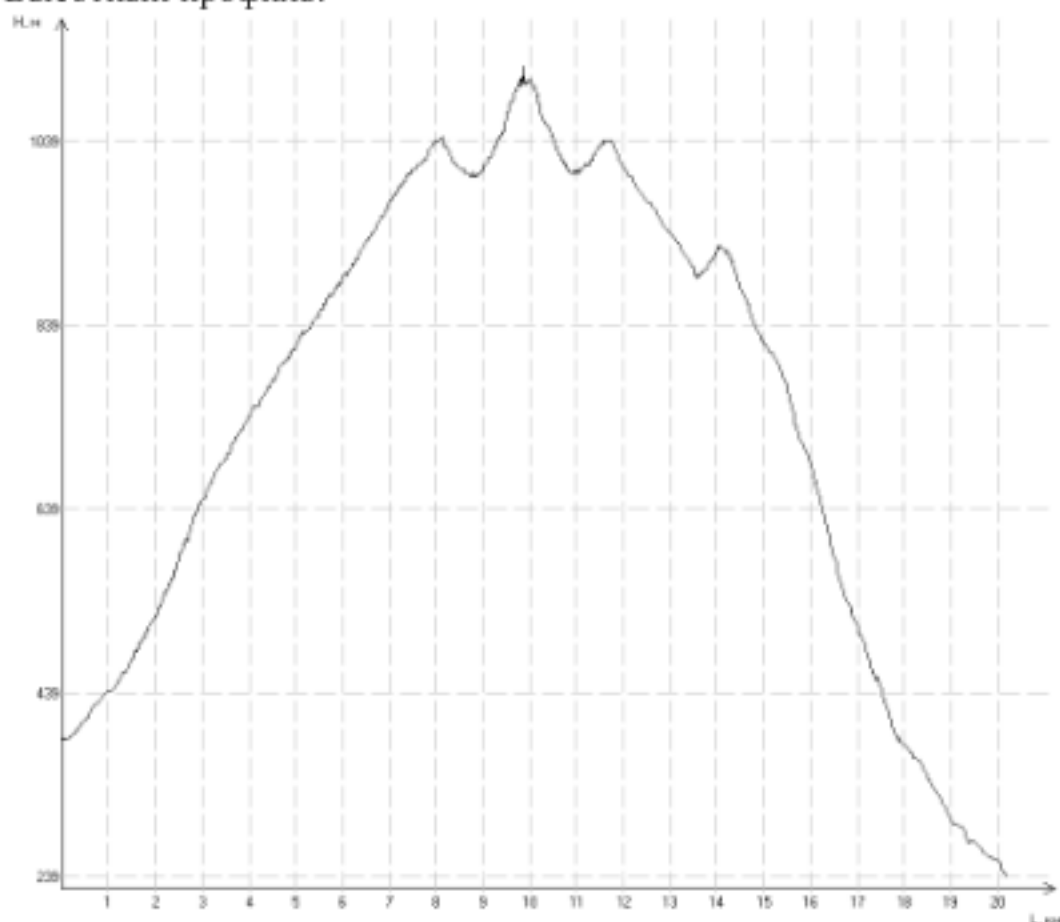
1. Общие сведения

Наименование: *Ревда (Ульма)-пер. Геологов - начало 1000 ручьев*

Район: *Кольский п-ов*

Границы: *Ревда (Ульма)-пер. Геологов - начало 1000 ручьев*

Высотный профиль:



2. Параметры препятствия

Протяжённость препятствия: 20209 м

Минимальная высота: 239 м

Максимальная высота: 1120 м

Набор высоты: 955 м

Сброс высоты: 1107 м

3. Расчёт КТ

3.1 Коэффициент покрытия (Кпк)

Характеристика покрытия

<i>Длина участка</i>	<i>Описание</i>	<i>Кпк</i>
8156	Гравий/щебень, Хор. качества, Сухой	1.2
8756	Камень/булыжник, Со множеством лок. препятствий, Сухой	2.5
3297	Гравий/щебень, Разбитый, Сухой	1.3

$K_{пк} = 1.78$

3.2 Коэффициент абсолютной высоты (Кв)

Район похода: *Заполярье*

$K_v = 1.31$

3.3 Коэффициент набора высоты (Кнв)

Набор высоты: *955 м*

$K_{нв} = 1.48$

3.4 Коэффициент протяжённости (Кпр)

Протяжённость препятствия: *20209 м*

$K_{пр} = 1.20$

3.5 Коэффициент крутизны (Ккр)

Средний уклон подъёмов: *12.45%*

Средний уклон спусков: *12.56%*

$K_{кр} = 2.09$

3.6 Погодно-географический показатель (П*Г)

Погодный фактор: *+25°C*

$P = 1.1$

Географический фактор: *Малоблагоприятные районы*

$G = 1.1$

3.7 Категория трудности

$KT = K_{пк} * K_v * K_{нв} * K_{пр} * K_{кр} * P * G$

$KT = 1.78 * 1.31 * 1.48 * 1.20 * 2.09 * 1.1 * 1.1 = 10.47$

Препятствие соответствует IV категории трудности

ПП №5 Начало дороги «1000 ручьев» - развилка 72 км

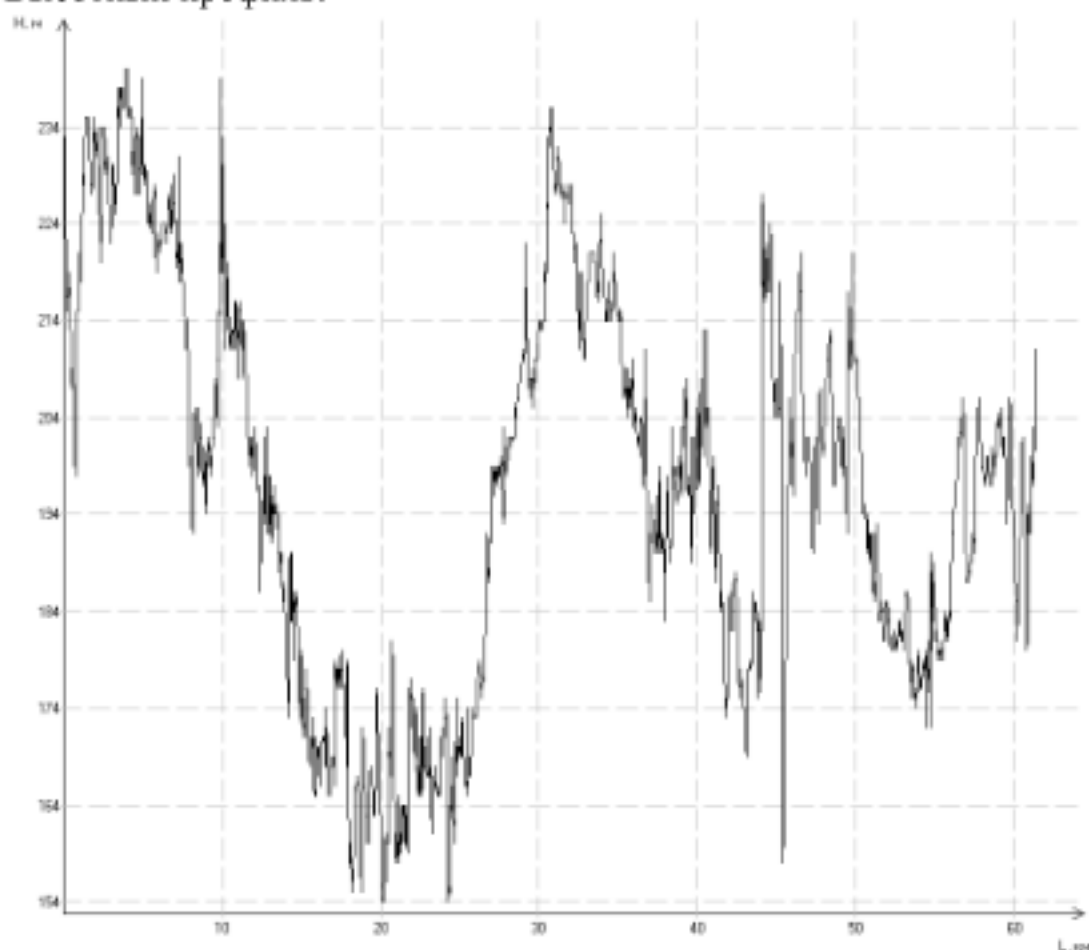
1. Общие сведения

Наименование: *1000ручьев -развилка 72 км*

Район: *Кольский п-ов*

Границы: *1000ручьев -развилка 72 км*

Высотный профиль:



2. Параметры препятствия

Протяжённость препятствия: 61344 м

Минимальная высота: 154 м

Максимальная высота: 240 м

Набор высоты: 1734 м

Сброс высоты: 1765 м

3. Расчёт КТ

3.1 Коэффициент покрытия (Кпк)

Характеристика покрытия

<i>Длина участка</i>	<i>Описание</i>	<i>Кпк</i>
9800	Песок, Рыхлый, Сухой	5.0
49700	Грунт, Хор. качества, Сухой	1.2
1844	Грунт, Со множеством лок. препятствий, Сухой	2.5

$K_{пк} = 1.85$

3.2 Коэффициент абсолютной высоты (Кв)

Район похода: Заполярье

$K_{в} = 1.06$

3.3 Коэффициент набора высоты (К_{нв})

Набор высоты: *1734 м*

$$K_{нв} = 2.13$$

3.4 Коэффициент протяжённости (К_{пр})

Протяжённость препятствия: *61344 м*

$$K_{пр} = 1.61$$

3.5 Коэффициент крутизны (К_{кр})

Средний уклон подъёмов: *8.63%*

Средний уклон спусков: *6.50%*

$$K_{кр} = 1.39$$

3.6 Погодно-географический показатель (П*Г)

Погодный фактор: *+25°C*

$$П = 1.1$$

Географический фактор: *Малоблагоприятные районы*

$$Г = 1.1$$

3.7 Категория трудности

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

$$КТ = 1.85 * 1.06 * 2.13 * 1.61 * 1.39 * 1.1 * 1.1 = 11.31$$

Препятствие соответствует IV категории трудности

ПП №6 Кировск-пер. Рамзай-ж/д ст. Хибинь

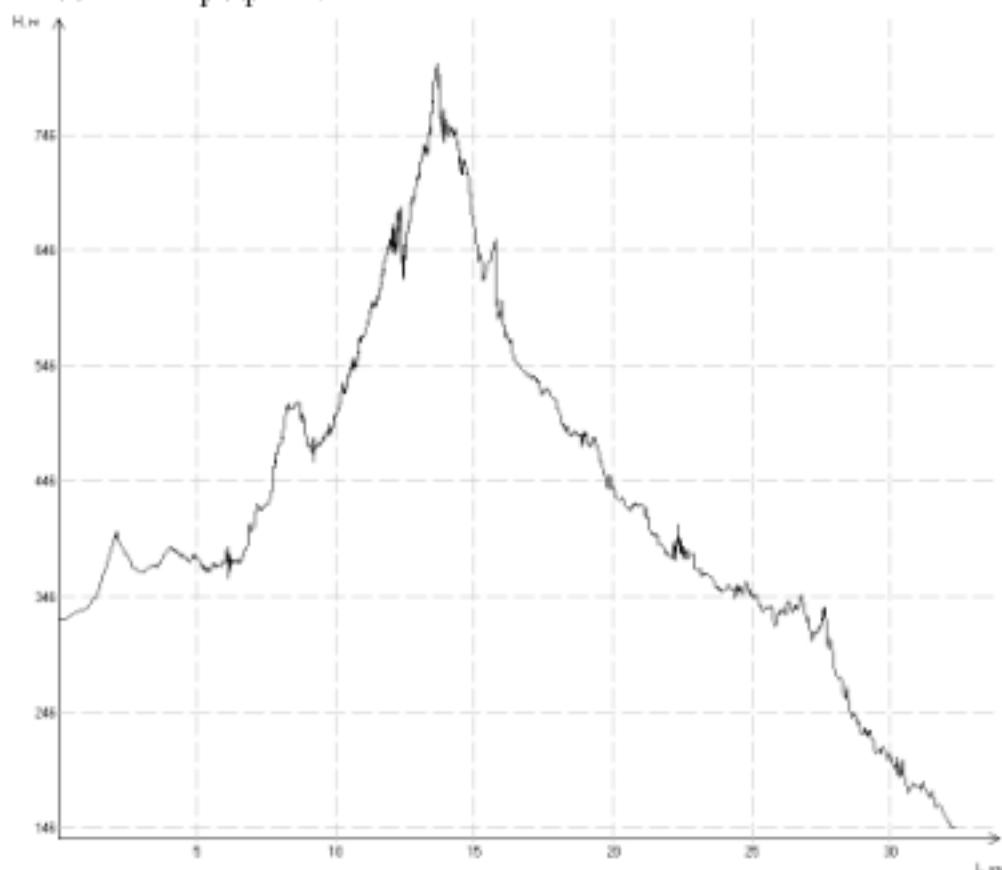
1. Общие сведения

Наименование: Кировск-пер. Рамзай-ж/д ст. Хибинь

Район: Кольский п-ов

Границы: Кировск-пер. Рамзай-ж/д ст. Хибинь

Высотный профиль:



2. Параметры препятствия

Протяжённость препятствия: 32316 м

Минимальная высота: 146 м

Максимальная высота: 808 м

Набор высоты: 2227 м

Сброс высоты: 2405 м

3. Расчёт КТ

3.1 Коэффициент покрытия (Кпк)

Характеристика покрытия

Длина участка	Описание	Кпк
6199	Камень/булыжник, Со множеством лок. препятствий, Сухой	2.5
12132	Гравий/щебень, Разбитый, Сухой	1.3

11485	Грунт, Хор. качества, Мокрый	1.8
2500	Грунт, Хор. качества, Сухой	1.2

$$K_{пк} = 1.70$$

3.2 Коэффициент абсолютной высоты (Кв)

Район похода: *Заполярье*

$$K_v = 1.14$$

3.3 Коэффициент набора высоты (Кнв)

Набор высоты: *2227 м*

$$K_{нв} = 2.63$$

3.4 Коэффициент протяжённости (Кпр)

Протяжённость препятствия: *32316 м*

$$K_{пр} = 1.32$$

3.5 Коэффициент крутизны (Ккр)

Средний уклон подъёмов: *19.83%*

Средний уклон спусков: *17.52%*

$$K_{кр} = 1.77$$

3.6 Погодно-географический показатель (П*Г)

Погодный фактор: *+15°C*

$$П = 1.0$$

Географический фактор: *Малоблагоприятные районы*

$$Г = 1.1$$

3.7 Категория трудности

$$КТ = K_{пк} * K_v * K_{нв} * K_{пр} * K_{кр} * П * Г$$

$$КТ = 1.70 * 1.14 * 2.63 * 1.32 * 1.77 * 1.0 * 1.1 = 13.10$$

Препятствие соответствует IV категории трудности

ПП №7 Пос. Октябрьский- пос. Инга

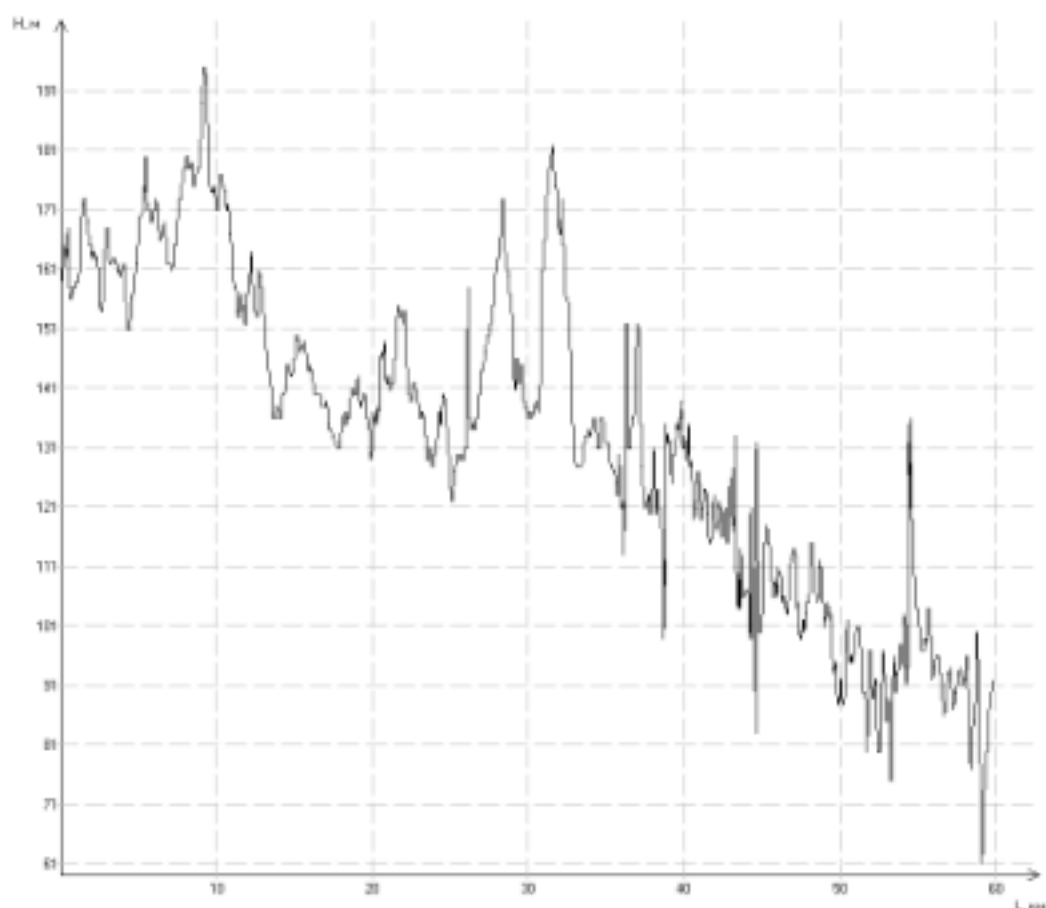
1. Общие сведения

Наименование: *Пос. Октябрьский- пос. Инга*

Район: *Кольский п-ов*

Границы: *Пос. Октябрьский- пос. Инга*

Высотный профиль:



2. Параметры препятствия

Протяжённость препятствия: 59801 м

Минимальная высота: 61 м

Максимальная высота: 195 м

Набор высоты: 1053 м

Сброс высоты: 1121 м

3. Расчёт КТ

3.1 Коэффициент покрытия (Кпк)

Характеристика покрытия

<i>Длина участка</i>	<i>Описание</i>	<i>Кпк</i>
59801	Песок, Плотный, Сухой	1.6

$K_{пк} = 1.60$

3.2 Коэффициент абсолютной высоты (Кв)

Район похода: Заполярье

$K_{в} = 1.04$

3.3 Коэффициент набора высоты (Кнв)

Набор высоты: 1053 м

$K_{нв} = 1.53$

3.4 Коэффициент протяжённости ($K_{пр}$)

Протяжённость препятствия: 59801 м

$$K_{пр} = 1.60$$

3.5 Коэффициент крутизны ($K_{кр}$)

Средний уклон подъёмов: 6.55%

Средний уклон спусков: 5.67%

$$K_{кр} = 1.19$$

3.6 Погодно-географический показатель ($\Pi * \Gamma$)

Погодный фактор: +25°C

$$\Pi = 1.1$$

Географический фактор: Малоблагоприятные районы

$$\Gamma = 1.1$$

3.7 Категория трудности

$$KT = K_{пк} * K_{в} * K_{ив} * K_{пр} * K_{кр} * \Pi * \Gamma$$

$$KT = 1.60 * 1.04 * 1.53 * 1.60 * 1.19 * 1.1 * 1.1 = 5.87$$

Препятствие соответствует III категории трудности

ПП №8 пос. Инга – р. Ригоручей

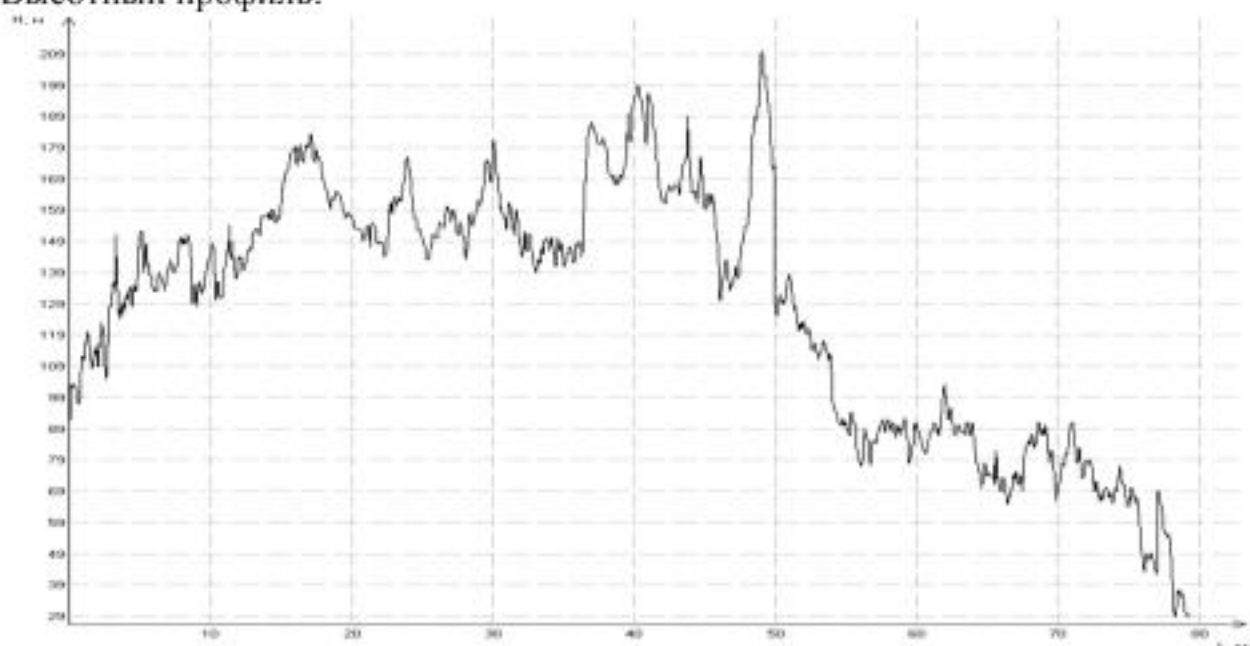
1. Общие сведения

Наименование: пос. Инга – р. Ригоручей

Район: Кольский п-ов

Границы: пос. Инга – р. Ригоручей

Высотный профиль:



2. Параметры препятствия

Протяжённость препятствия: 79335 м

Минимальная высота: 29 м

Максимальная высота: 210 м

Набор высоты: 1172 м

Сброс высоты: 1235 м

3. Расчёт КТ

3.1 Коэффициент покрытия (Кпк)

Характеристика покрытия

<i>Длина участка</i>	<i>Описание</i>	<i>Кпк</i>
39871	Грунт, Хор. качества, Сухой	1.2
39464	Грунт, Со множеством лок. препятствий, Сухой	2.5

$K_{пк} = 1.85$

3.2 Коэффициент абсолютной высоты (Кв)

Район похода: Заполярье

$K_{в} = 1.04$

3.3 Коэффициент набора высоты (Кнв)

Набор высоты: 1172 м

$K_{нв} = 1.59$

3.4 Коэффициент протяжённости (Кпр)

Протяжённость препятствия: 79335 м

$K_{пр} = 1.79$

3.5 Коэффициент крутизны (Ккр)

Средний уклон подъёмов: 5.15%

Средний уклон спусков: 4.41%

$K_{кр} = 1.16$

3.6 Погодно-географический показатель (П*Г)

Погодный фактор: +15°C

$P = 1.0$

Географический фактор: Малоблагоприятные районы

$\Gamma = 1.1$

3.7 Категория трудности

$КТ = K_{пк} * K_{в} * K_{нв} * K_{пр} * K_{кр} * P * \Gamma$

$КТ = 1.85 * 1.04 * 1.59 * 1.79 * 1.16 * 1.0 * 1.1 = 6.99$

Препятствие соответствует III категории трудности

ПП №9 Пос. Кашкаранцы- до выезда на грейдер до пос. Варзуга

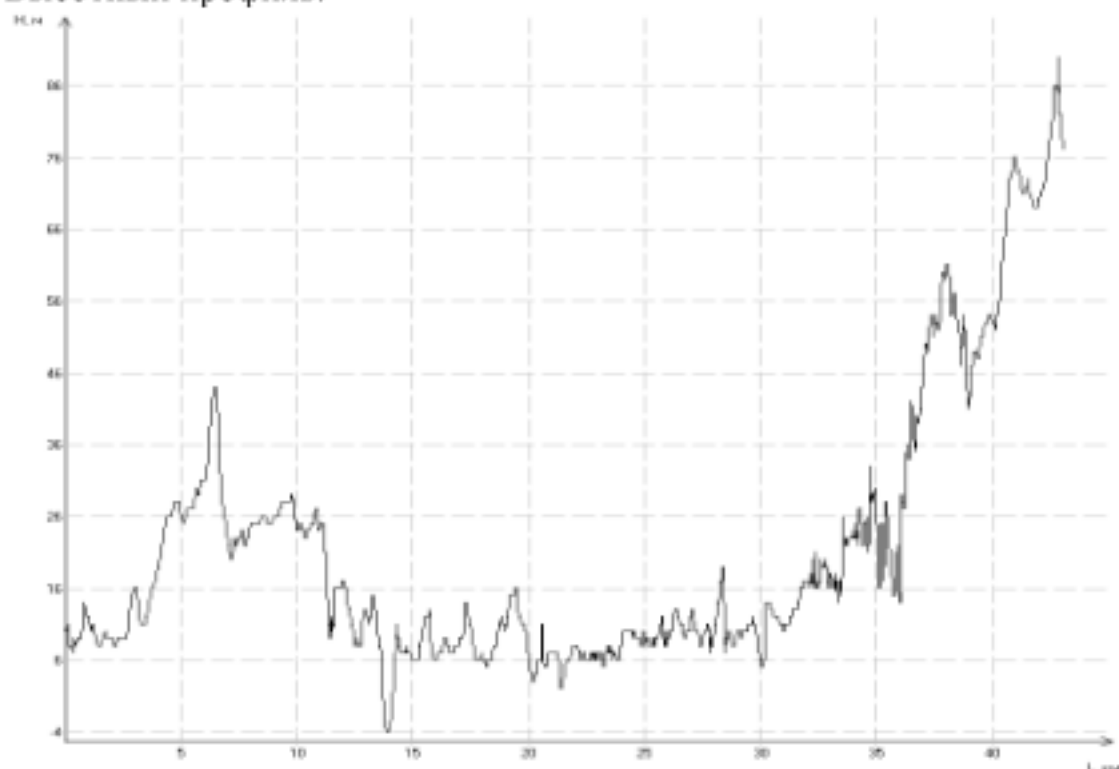
1. Общие сведения

Наименование: *Пос. Кашкаранцы- до выезда на грейдер до пос. Варзуга*

Район: *Кольский п-ов*

Границы: *Пос. Кашкаранцы- до выезда на грейдер до пос. Варзуга*

Высотный профиль:



2. Параметры препятствия

Протяжённость препятствия: *43040 м*

Минимальная высота: *-4 м*

Максимальная высота: *90 м*

Набор высоты: *462 м*

Сброс высоты: *395 м*

3. Расчёт КТ

3.1 Коэффициент покрытия (Кпк)

Характеристика покрытия

<i>Длина участка</i>	<i>Описание</i>	<i>Кпк</i>
17576	Песок, Рыхлый, Сухой	5.0
14590	Песок, Плотный, Сухой	1.6
10874	Песок, Рыхлый, Мокрый	2.7

$K_{пк} = 3.27$

3.2 Коэффициент абсолютной высоты (Кв)

Район похода: *Заполярье*

$$K_b = 1.01$$

3.3 Коэффициент набора высоты (Кнв)

Набор высоты: *462 м*

$$K_{nv} = 1.23$$

3.4 Коэффициент протяжённости (Кпр)

Протяжённость препятствия: *43040 м*

$$K_{pr} = 1.43$$

3.5 Коэффициент крутизны (Ккр)

Средний уклон подъёмов: *4.46%*

Средний уклон спусков: *4.29%*

$$K_{kr} = 1.10$$

3.6 Погодно-географический показатель (П*Г)

Погодный фактор: *+25°C*

$$P = 1.1$$

Географический фактор: *Малоблагоприятные районы*

$$G = 1.1$$

3.7 Категория трудности

$$KT = K_{pk} * K_b * K_{nv} * K_{pr} * K_{kr} * P * G$$

$$KT = 3.27 * 1.01 * 1.23 * 1.43 * 1.10 * 1.1 * 1.1 = 7.73$$

Препятствие соответствует III категории трудности

Определение интенсивности прохождения маршрута

Коэффициент эквивалентного пробега Кэп

$$K_{\text{эп}} = K_{\text{эп}1} * \mu_1 + K_{\text{эп}2} * \mu_2 + \dots + K_{\text{эп}n} * \mu_n$$

<i>Тип дороги</i>	<i>КС(3-4)</i>	<i>км</i>	<i>μi</i>	<i>Кэп</i>
Автомобильная дорога хорошего качества (асфальт, шоссе). Движение легкового автотранспорта.	0,8	184	0,26	0,21
Автомобильная дорога среднего качества	1,0	127	0,18	0,18

(“грейдер”, укатанные грунтовые дороги, плотный снеговой накат). Движение легкового автотранспорта.				
Автомобильная дорога плохого качества (разбитые грунтовые, заснеженные, лесовозные дороги) Движение автомобилей повышенной проходимости на колёсном ходу (специально подготовленные внедорожники, трактор, ГАЗ, Урал)	1,2	254	0,35	0,43
Вездеходная дорога. Движение автотранспорта на гусеничном ходу. (Трактор, вездеход, трелевка)	1,5	120.5	0,17	0,25
Заброшенные, зарастающие вездеходные дороги и тропы, бездорожье на грани проезжести. Движение автотранспорта отсутствует.	1,8	31.3	0,04	0,08
Итого:		716,8		1.14

Эквивалентный пробег ЭП, км

Переправы		Кол-во	ЭП, км
н\к (простейшая) Переходы по бревну или вброд, индивидуальная страховка.	Участок р.М.Белая – р.Гольцовка	1	2
	Имандра- р. Куна.	5	10
	Р. Левокойок	2	4
	Р. Каскас нуюок	1	2
	залив Тульилухт	1	2
	залив Тульилухт –р. Сура	4	8
	Дорога 1000 ручьев	14	28
	Р. Ловчорройок	1	2
	р. Паачвумйок	1	2

	Р. М. Белая	1	2
	Участок п. Инга-р.Вяла	11	22
	Берег Белого Моря	5	10
1а (простая)Для организации переправы требуются усилия не менее 2-3 человек, индивидуальная страховка.	Р. Кунийок	1	10
Итого:			114

Интенсивность

$$I = (Lф * Kэп + ЛП) * Tн / (Tф * Lн) = (716,8 * 1,14 + 114) * 14 / (13 * 650) = 1,54$$

Автономность

Маршрут состоял из участков с различной степенью автономности, поэтому средневзвешенное значение автономности:

$$A = A1 * \mu 1 + A2 * \mu 2 + A3 * \mu 3$$

$$= (1 * 2 / 14 + 1.3 * 4 / 14 + 1.2 * 3 / 14 + 1.2 * 3 / 14 + 1 * 2 / 14) = 1.17$$

Показатель автономности A= 1.17

Сумма баллов за препятствия:

Препятствие	КТ	С
ж\д ст. Хибиньы – начало подъема на Ю. Рисчорр	4	13,63
начало подъема на Юж, Рисчорр –пер, Ю. Рисчорр – р.Каскаснойок	4	12,13
пер. Намуайв – оз. Умба	4	9,75
Ревда (Ульма)-пер. Геологов - начало дороги «1000 ручьев»	4	10,47
Начало дороги «1000 ручьев» - развилка 72 км	4	11,31
Кировск-пер. Рамзай-ж\д ст. Хибиньы	4	13,10
Пос. Октябрьский- пос. Инга	3	5,87
пос. Инга – р. Ригоручей	3	6,99
Пос. Кашкаранцы- до выезда на грейдер до пос. Варзуга	3	7,73
Итого:		90,98

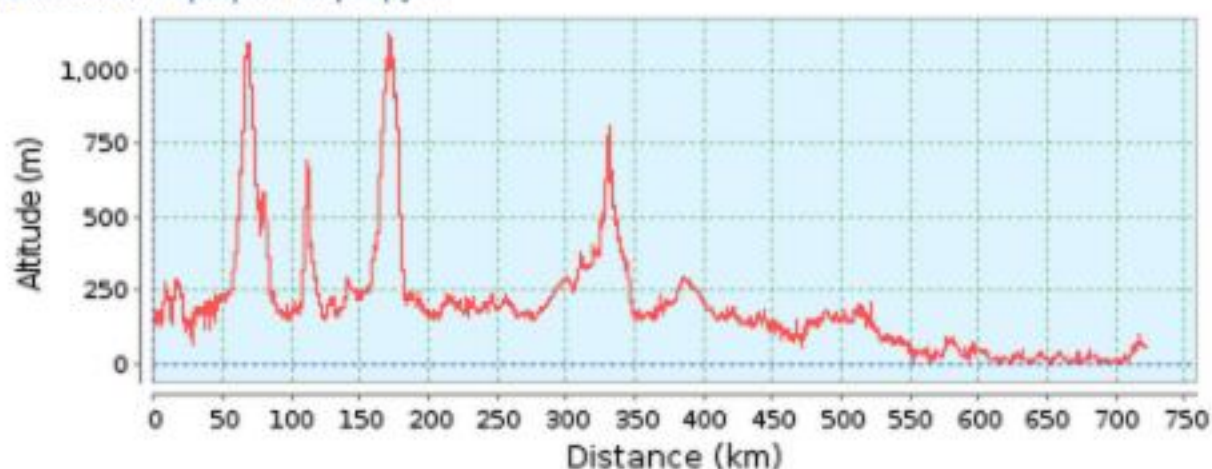
Несмотря на то, что сумма баллов за препятствия составила 90,98, в зачет идет максимальное количество баллов за ПП за препятствия 4 кт 42 балла, а за 3 КТ 12 баллов, т.е. 54 балла

Категория сложности:

$КС = C * I * A = 54 * 1,54 * 1,17 = 97,3$ балла

Маршрут соответствует 4 КС

Высотный график маршрута



Диапазон высот 1 123 метра (Высота с 0 метра в 1 123 метра)

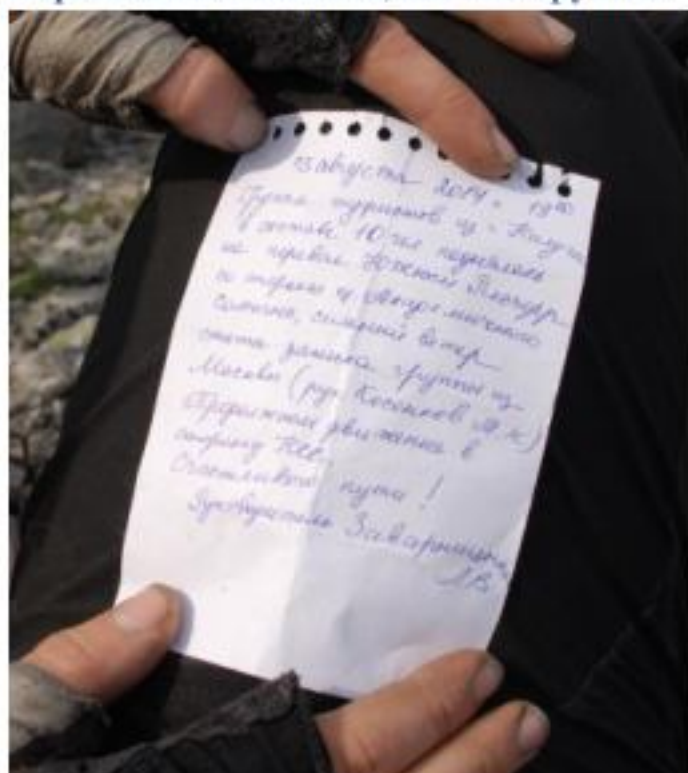
Всего подъема (в высоте) 15 508 метров

Всего спуска (в высоте) 15 600 метра

Треки по дням

- 1 день
<https://www.dropbox.com/s/rjbxj2bm310aumw/2014-08-03%2009.01.13%20%D0%94%D0%B5%D0%BD%D1%8C.gpx?dl=0>
- 2 день
<https://www.dropbox.com/s/jvs7i81mdf97gr5/2014-08-04%2008.03.05%20%D0%94%D0%B5%D0%BD%D1%8C.gpx?dl=0>
- 3 день
<https://www.dropbox.com/s/ffqk3m8q3z8f2bw/2014-08-05%2009.51.06%20%D0%94%D0%B5%D0%BD%D1%8C.gpx?dl=0>
- 4 день
<https://www.dropbox.com/s/qdjjz30t7mtqy18/2014-08-06%2008.29.06%20%D0%94%D0%B5%D0%BD%D1%8C.gpx?dl=0>
- 5 день
<https://www.dropbox.com/s/cphbwy7iv2odhna/2014-08-07%2010.31.57%20%D0%94%D0%B5%D0%BD%D1%8C.gpx?dl=0>
- 6 день
<https://www.dropbox.com/s/9dghpsqj4r9w8vk/2014-08-08%2009.55.16%20%D0%94%D0%B5%D0%BD%D1%8C.gpx?dl=0>
- 7 день
<https://www.dropbox.com/s/alj9efwufxjn4ux/2014-08-09%2009.16.50%20%D0%94%D0%B5%D0%BD%D1%8C.gpx?dl=0>
- 8 день
<https://www.dropbox.com/s/jj2pxo4nc899sbw/2014-08-10%2009.36.07%20%D0%94%D0%B5%D0%BD%D1%8C.gpx?dl=0>
- 9 день
<https://www.dropbox.com/s/39r89292oeav1ee/2014-08-11%2009.51.34%20%D0%94%D0%B5%D0%BD%D1%8C.gpx?dl=0>
- 10 день
<https://www.dropbox.com/s/1terwqd0phh62ed/2014-08-12%2009.52.32%20%D0%94%D0%B5%D0%BD%D1%8C.gpx?dl=0>
- 11 день
<https://www.dropbox.com/s/e4qdp6pi94577i1/2014-08-13%2008.38.45%20%D0%94%D0%B5%D0%BD%D1%8C.gpx?dl=0>
- 12 день
<https://www.dropbox.com/s/p7mdik0kqu6klkw/2014-08-14%2008.19.16%20%D0%94%D0%B5%D0%BD%D1%8C.gpx?dl=0>
- 13 день
<https://www.dropbox.com/s/r70xqpyfln3nbmd/2014-08-15%2008.23.44%20%D0%94%D0%B5%D0%BD%D1%8C.gpx?dl=0>
- 14 день
<https://www.dropbox.com/s/yjmf2mb6aqx9yoz/2014-08-16%2008.44.33%20%D0%94%D0%B5%D0%BD%D1%8C.gpx?dl=0>

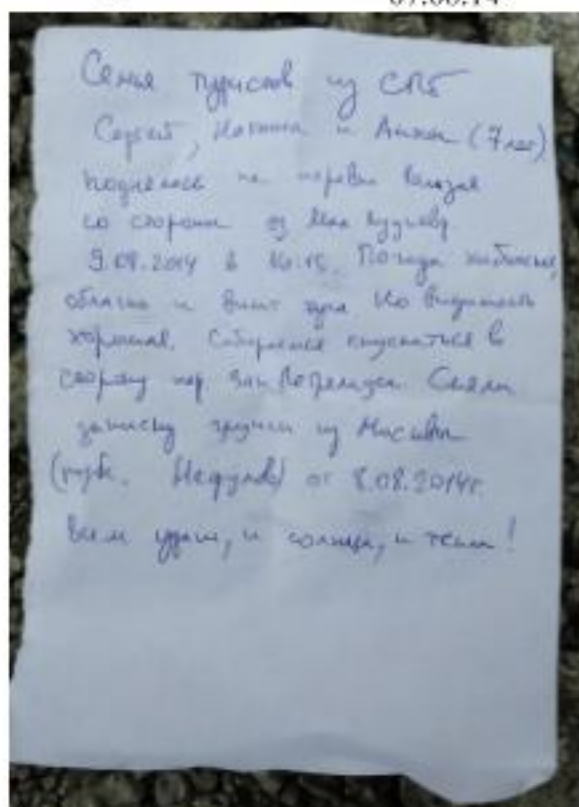
Перевальные записки, снятые группой



Записка снята на пер. Ю. Рисчорр 04.08.14



Записка снята на пер. Геологов 07.08.14



Записка снята на пер. Рамзая 10.08.14