МОСКОВСКИЙ КЛУБ ВЕЛОТУРИСТОВ

ОТЧЕТ

о прохождении велосипедного туристского спортивного маршрута
III категории сложности по Южному Уралу
совершенном группой туристов Московского клуба велотуристов,
в период с 1 мая по 10 мая 2014 года

Маршрутная книжка № 1/5 – 403
Руководитель группы: *Серганов Сергей Александрович*
Адрес: *г. Железнодорожный МО, ул. Пролетарская д.3 кв.170*
тел: *8-926-324-94-44*
e-mail: *ssa-new@mail.ru*

Маршрутно-квалификационная комиссия ФСТ-ОТМ рассмотрела отчет и считает, что поход может быть зачтен всем участникам и руководителю _____ категорией сложности.
Отчет использовать в библиотеке _____
Судья маршрутной квалификации _____ / _____
подпись Фамилия, И.О.

Штамп МКК

Москва 2014 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. СПРАВОЧНЫЕ СВЕДЕНИЯ О МАРШРУТЕ 3
2. ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРЕПЯТСТВИЯ МАРШРУТА 3
3. СХЕМА И ВЫСОТНЫЙ ГРАФИК МАРШРУТА 4
4. УЧАСТНИКИ ГРУППЫ 5
5. ХАРАКТЕРИСТИКА РАЙОНА ПОХОДА 7
6. ВАРИАНТЫ ПОДЪЕЗДА И ОТЪЕЗДА, ПОРЯДОК ПОСЕЩЕНИЯ ЗАПОВЕДНИКОВ 10
7. ЦЕЛИ И ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МАРШРУТА 10
8. АВАРИЙНЫЕ ВЫХОДЫ С МАРШРУТА 11
9. ИЗМЕНЕНИЕ МАРШРУТА И ИХ ПРИЧИНЫ 11
10. ГРАФИК ДВИЖЕНИЯ ЗАЯВЛЕННЫЙ 12
12. ТАБЛИЦА МЕТЕОНАБЛЮДЕНИЙ 13
13. ТЕХНИЧЕСКОЕ ОПИСАНИЕ МАРШРУТА 14
14. ВЫВОДЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ 23
15. ФИНАНСОВЫЙ ОТЧЕТ 24
16. ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ 25
17. СОСТАВ МЕДИЦИНСКОЙ АПТЕЧКИ 29
18. СЛУЧАИ ОКАЗАНИЯ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ В ПОХОДЕ 31
19. ПЕРЕЧЕНЬ ОБЩЕСТВЕННОГО СНАРЯЖЕНИЯ 31
21. ПЕРЕЧЕНЬ ТРАНСПОРТНЫХ СРЕДСТВ И ПОЛОМОК 33
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Расчет категории сложности препятствий 34
БАЛЬНАЯ ОЦЕНКА СЛОЖНОСТИ ПОХОДА 51
ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПРИ ПОДГОТОВКЕ К ПОХОДУ 54
ФОТООТЧЕТ 55

1. СПРАВОЧНЫЕ СВЕДЕНИЯ О МАРШРУТЕ

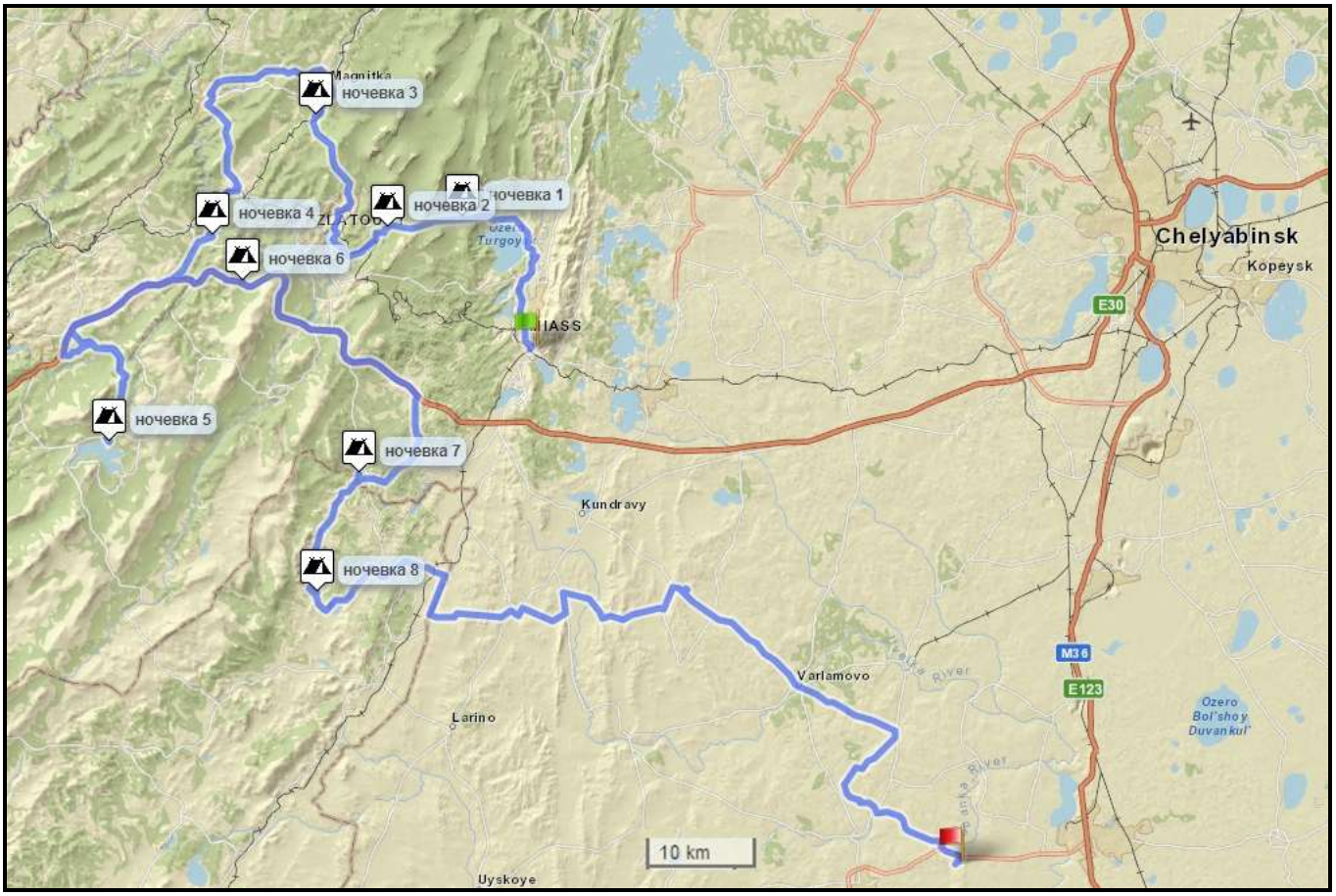
Группа туристов, под эгидой Московского клуба велотуристов, в рамках УТП школы СУ , в составе 7 человек, прошла с 1 мая по 10 мая 2014 года спортивный маршрут 3 категории сложности:
Миасс-Златоуст-Магнитка-Куса-оз.Зюраткуль-Верхний Иремель-оз.Аушкуль-Филимоново-Варлаамово-Поляновка

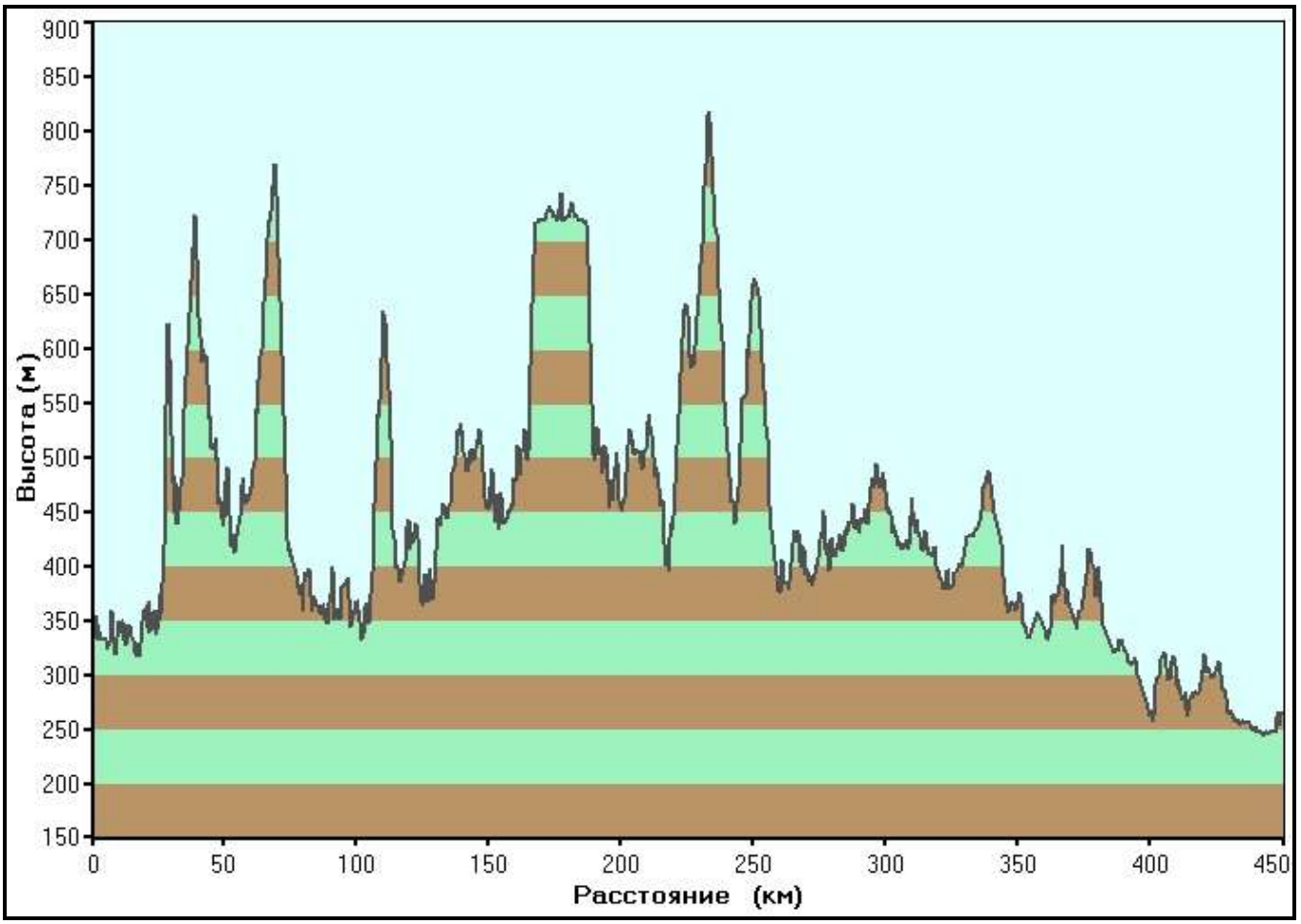
Суммарный километраж: **– 445,5 км**
Из них:
– По автомобильным дорогам хорошего качества (асфальт) – 217,62 км
– По автомобильным дорогам среднего качества (грейдер, укатанная грунтовка) – 180,38 км
– По автодорогам плохого качества (Для автомобилей повышенной проходимости) – 44,34 км
Общий набор высоты **– 4573 м**
Общая продолжительность **– 10 дней**
Количчество ходовых дней **– 10 дней**

2. ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРЕПЯТСТВИЯ МАРШРУТА

Вид препятствия	Название, границы	Категория трудности	Характеристика препятствия
Траверс (связка двух перевалов)	оз. Тургояк — пос. Таганай	4	Грунт, хор. качества, мокрый; Глина, со множеством лок. препятствий, мокрая; Грунт, со множеством лок. препятствий, мокрый; Грунт разбитый, мокрый
Равнинное	г. Златоуст — пос. Магнитка	3	Грунт разбитый, мокрый
Равнинное	пос. Магнитка - трасса М5	2	Асфальт, Хор. качества, сухой
Равнинное	Трасса М5(Нижний Атлян) — граница Башкирии(Сулейманово)	3	Грунт, Хор. качества, Мокрый Грунт, Разбитый, Мокрый Грунт, Хор. качества, Сухой
Равнинное	объездная дорога перед пос. Варламово — село Поляновка	2	Грунт, Хор. качества, Сухой

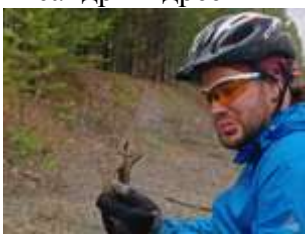
3. СХЕМА И ВЫСОТНЫЙ ГРАФИК МАРШРУТА





4. УЧАСТНИКИ ГРУППЫ

ФИО		Год рожд.	Туристский опыт	Обязанности в группе
	Серганов Сергей Александрович	1974	4У-Кольский 3с эл.5Р-Кольский 4р-Турция	Руководитель, медик
	Алукаев Кирилл Викторович	1982	2У Крым, 1Р Крым	Штурман
	Жукова Екатерина Вячеславовна	1988	2У Крым, 3У Кольский	Завхоз
	Подорожнюк Юлия Николаевна	1975	2У Крым, 3У Армения	Хронометрист, фотограф

	Тевдорошвили Александр Андреевич 	1985	1У Белорусия , 2У Крым	Реммастер казначей
	Журчатов Кирилл Андреевич	1987	1У Белорусия , 2У Крым	Снаряженец
	Голубева Анастасия Владимировна	1990	2У Крым	Летописец, фотограф

Также в маршрутной книжке была заявлена Мещерякова Елена Андреевна, однако, по техническим причинам, она не смогла выйти на маршрут, о чем нами было своевременно сообщено в МКК

5. ХАРАКТЕРИСТИКА РАЙОНА ПОХОДА

Географическое положение

Южный Урал простирается от южного широтного участка реки Белой до верховьев реки Уфа (р.Уфалей).Это самая широкая (до 150 км с востока на запад) часть Уральских гор. По восточному склону Уральского хребта тянется условная граница между двумя частями света - Европой и Азией. Южный Урал расположен на территории республики Башкортостан (южная часть) и Челябинской области.

Рельеф

Рельеф Южного Урала отличается большим разнообразием. На протяжении тысячелетий он то разрушался до состояния холмистой равнины, то вновь поднимался, приобретая горный характер. Южный Урал - типичное среднегорье. Абсолютные высоты гор от 1000 до 1500 м над уровнем моря. Высшие вершины - г.Ямантау (1640м) и г.Большой Иремель (1582 м).

Некоторые хребты и вершины представляют собой скальные гребни (Откликной гребень в хребте Большой Таганай). На склонах и вершинах многих гор стоят отдельные скалы - останцы (г.Юрма, г.Иремель и др). Выше границы леса все Уральские горы почти сплошь покрыты каменными россыпями-курумами. Но только на Южном Урале курумы тянутся на километры по дну некоторых долин. Это знаменитые каменные реки. По долинам рек развит карст, имеются пещеры (Капова,Игнатьевская и др).

Гидрология

Красивы реки Южного Урала, особенно на широтных участках, где они прорезают горные хребты. На многие десятки метров высятся над водой береговые утесы (р.Сим,р.Инзер и др.). Все реки имеют горный характер.

В предгорьях с востока множество очень красивых озер (Тургояк, Увильды, Иткуль, Аракуль), есть и горные озера (Зюраткуль). Вообще Южный Урал имеет богатейшую сеть рек и озер. Реки принадлежат бассейнам Камы, Тобола, Урала, но в районе, в основном, расположены их верховья, поэтому реки некрупные.

Питание снеговое или смешанное. Имеются и подземные, и озерные воды.

Южный Урал называют краем озер - их здесь более 3000.Преобладают малые озера, но есть и крупные - Зюраткуль, Тургояк и др. Озера тектонического, эрозионно-тектонического, просадочного происхождения, есть карстовые и пойменные озера. Встречаются органические и минеральные грязи, щелочные воды.

Процент заболоченности площади составляет более 2 процентов. Одно из крупнейших болот - Таганайское

Растительность и животный мир

Южный Урал находится в лесостепной и степной зонах. Лесостепь и степь покрывают прилегающие к горам равнины и предгорья. Сами горы поросли лесом от подножья до высот 1000 - 1200 м.Выше - горные тундры, альпийские луга, скалы. Типы растительности приурочены к определенным почвенным зонам: растительная зона высоты почвы тундры более 1000м горно-тундровые альпийские луга 800 - 1000м горно-луговые редколесье 800 - 900м горно-луговые оподзоленные елово-широколиственные 700 - 800м темные серые лесные елово-мелколиственные и сосново-березовые до 700 - 800м горные дерново- лесные остепненные участки до 500 - 700м горные черноземы.

На Южном Урале можно встретить разнообразнейшие типы ландшафтов. Четко выражена поясность вертикальная зональность, преобладают три: горно-таежные темнохвойные леса, подгольцовый и голь-

цовый. Преобладают виды: лиственница, ель, сосна, береза, осина, липа, на крайнем западе клен, вяз, дуб, рябина, и др.

В степной зоне встречаются участки колковые, луговые и суходольные, ковыльные, солонцеватые луга. Флора Южного Урала включает лекарственные, пищевые, кормовые растения, медоносы. Имеется внушительный список редких и исчезающих видов.

Фауну Южного Урала можно подразделить на три крупные группы: фауна горной тайги, широколиственного и смешанных лесов, лесостепной и степной зоны (фауна степи и долин больших рек). Всего насчитывается более 60 видов млекопитающих и более 300 видов диких птиц.

Промысловую фауну составляют 33 вида животных и около 70 видов пернатых. Пресмыкающихся и земноводных - около 20 видов. Многочисленные реки и озера служат средой обитания для почти 60 видов рыб. Из числа млекопитающих наиболее характерны: медведь, волк, лисица, рысь, куница, барсук, выдра, лось, косуля, олень, землеройки, крот, еж, заяц, белка, бурундук и др. Среди пернатых часто можно встретить глухаря, рябчика, тетерева, водоплавающих, журавлей, представителей семейства воробьиных (более 120 видов(, сокола, пустельгу, сову, дятлов и др. Из рыб встречаются чебак, окунь, ерш, хищные и даже лососевые рыбы. В реке Киалим встречается форель. Много пресмыкающихся - ящерицы, гадюки обыкновенные, ужи.

Климат

Климат Южного Урала резко континентальный: холодная зима, жаркое лето. Осадков выпадает от 350 до 700-800 мм в год. Затяжные дожди летом редкость. На формирование климата существенно влияют Уральские горы – препятствие на пути движения воздушных масс. Зимой погоду определяет Азиатский антициклон, вторгающийся из Сибири, а летом приходят арктические воздушные массы с Баренцева и Карского морей, а также тропические ветры из Казахстана и Средней Азии. Континентальность климата возрастает с северо-запада на юго-восток. Средняя температура января - -15 -18 градусов С, июля - +12 +19.Годовая амплитуда может достигать 50-70 градусов.

Осадки распределяются достаточно неравномерно: на вершинах - до 800 мм, а на восточных склонах - до 500 мм. Наибольшая сумма осадков приходится на июнь-август. Снежный покров мощный (до 50 см) и продолжительный (до 170 дней). Как оказалось, возможны обильные осадки в конце апреля: снегопад, метели, температура ниже нуля.

Горно-лесная зона - зона избыточного увлажнения.

Лесостепная - зона умеренного увлажнения.

Степная - зона недостаточного увлажнения.

Погода в наиболее благоприятное для совершения пешеходных путешествий время характеризуется следующими показателями:

Июнь - в начале месяца погода, как правило, прохладная, с дождями, около 6-8 июня на почве возможны заморозки, а ночью температура нередко падает ниже нуля. После середины июня устанавливается теплая погода с температурами +22 - +24,иногда до 34 градусов С. Часты теплые шумные грозы. В конце месяца начинается сенокос. Однако в это время в тайге много комаров, гнуса.

Июль - среднемесячные температуры могут достигать +37.В первой декаде месяца обычно идут грозовые дожди, а вторая половина месяца сухая и жаркая. В этот период резко возрастает опасность лесных пожаров.

Август - день становится короче, учащаются дожди - мелкие, прохладные, увеличивается облачность. В начале месяца еще тепло, но в третьей декаде возможны холода.

Население. История. Хозяйство

Горнозаводская зона Южного Урала начала активно формироваться во второй половине 18 века. Тогда закладывались будущие города: Златоуст (1754г.), Катав-Ивановск (1756г.),Сатка, Кыштым (1757г.), Миасс (1773г.) и др. Освоение степной зоны Южного Урала началось в 19 веке.

Плотность населения составляет на Южном Урале 8,7 человека на квадратный километр. Этнический состав: русские, украинцы, белорусы, немцы, татары, башкиры, казахи, мордва.

Южный Урал - промышленно развитый район. Ведущие отрасли экономики - металлургия, машиностроение, лесная промышленность. Сельское хозяйство представлено земледелием, животноводством, пчеловодством и др.

Наиболее крупные города - Челябинск, Уфа, Магнитогорск, Златоуст, Миасс, Белорецк и др.

Транспорт

Южный Урал имеет развитую транспортную сеть, поэтому подъезд и выезд из любой точки может быть организован без особых проблем. Протяженность сети железных дорог Южного Урала составляет около 2 млн км, а автомобильных дорог - около 7 млн км. На том участке Южного Урала, где проходил наш поход, были различные варианты схода с маршрута:

Автотранспорт: г. Златоуст, федеральная трасса М-5 «Урал».

ж/д: Миасс, Куса, Магнитка (ст. Титан), Медведевка (ст. Баритная), Южноуральск.

Наиболее активное движение железнодорожного транспорта происходит по направлению Москва - Челябинск, здесь же ходят довольно многочисленные местные поезда. С Екатеринбургом прямого железнодорожного сообщения нет.

Магазины

Расположены практически во всех населенных пунктах по маршруту, однако ассортимент их неодинаков. Как правило, хлеб завозят во все магазины регулярно, даже в самые удаленные поселки. В городах можно закупить не только продукты, но и необходимые хозяйственные мелочи, одежду, обувь, кино- и фототовары, сувениры. Картографический материал можно подобрать в приюте "Таганай" у администратора. Краеведческая литература обширно представлена в магазинах "Книги" Г. Златоуста.

Цены на продукты питания в среднем ниже, чем в Москве, а на рынках значительно ниже. Цены на промышленные товары практически не отличаются от московских.

Медицинское обеспечение

Медпункты есть во всех крупных поселках, и там, при необходимости, можно договориться о закупке небольшого количества медикаментов.

Музеи, памятные места

Поскольку история и природа района многообразна и интересна, широко развита сеть краеведческих музеев, которые есть в каждом городе. Несколько интересных музеев, связанных с историей предприятий, есть в г.Златоусте (например, при заводе "Булат"). Особо следует отметить музей Ильменского заповедника в г.Миасс. Из памятных мест района наиболее интересны, конечно, многочисленные памятники природы.

Экология района

Район Южного Урала, по существу, является зоной экологического бедствия. Деятельность промышленных предприятий, выбросы в атмосферу, выхлопы автомобилей, сброс неочищенных сточных вод - все это привело к тому, что по суммарному количеству вредных веществ район занимает 10 место в России. В перечне наиболее загрязненных городов - Челябинск, Магнитогорск, Карабаш. Уродуют почвы карьеры и отвалы горнорудных предприятий, что приводит к образованию "лунных" ландшафтов (близ г.Сатка, Карабаш и др.)

Наиболее загрязненными реками района являются Миасс, Аи и др. В последние десятилетия к промышленному и сельскохозяйственному загрязнению окружающей среды добавилось радиоактивное загрязнение. Взрыв в 1957 году емкости с радиоактивными отходами привел к загрязнению территории площадью более 23 тыс.кв.км только на Южном Урале. Некоторые районы пришлось изъять из хозяйственного оборота сроком на 350 лет. В связи с этим на Южном Урале особенно развита сеть особо охраняемых территорий:

Заповедники - Южно-Уральский, Ильменский, Восточно-Уральский. Национальные природные парки - Зюраткульский и "Таганай", ландшафтный парк "Тургояк" более 20 природных заказников более 200 охраняемых государством памятников природы.

Составил: Голубева Анастасия

6. ВАРИАНТЫ ПОДЪЕЗДА И ОТЪЕЗДА, ПОРЯДОК ПОСЕЩЕНИЯ ЗАПОВЕДНИКОВ

До места начала маршрута группа добиралась самолётом из Москвы до Челябинска, далее электричкой из Челябинска до Миасса.
Так же до Миасса можно добраться поездом из Москвы.
Выход с маршрута: от ст.Нижнеувельская до Челябинска, далее самолетом Челябинск-Москва.

Для планируемого посещения национального парка Зюраткуль до похода по электронной почте отправлялись все необходимые сведения о группе и сроках посещения парка.
Для посещения национального парка Таганай заявка не требуется.

7. ЦЕЛИ И ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МАРШРУТА

Цели похода:
Спортивная:
Траверс и пересечение Уральского Хребта.

Учебная:
Получение школьниками СУ МКВ опыта организации и проведения походов средней категории сложности и опыта прохождения препятствий 3-4кс.

Культурно-познавательная:
Ознакомление с природными и культурными достопримечательностями Южного Урала.

Общественно-полезная:
Составление подробного отчета.

Маршрут проходил как по пересеченной так и по равнинной местности, по лесным дорогам и дорогам общественного пользования. Условно маршрут можно разбить на два этапа. Первый От Миасса до пос. Ленинский характеризуется сильной пересеченностью местности, а в мае сложным грунтом и различными локальными препятствиями в виде бродов и переправ. Второй от пос.Ленинский до д.Поляновка проходил по более равнинной местности и имел меньше участков со сложным покрытием, а из локальных препятствий были только броды.
В итоге за поход совершенствовались навыки слушателей школы, а так же происходило ознакомление с историческими, культурными и необычными природными достопримечательностями Южного Урала.

Неожиданностью для Южного Урала в мае 2014 года стали плохие погодные условия. Поэтому цель проехать по уральскому хребту оказалась недостижимой. Исключённые из нитки маршрута горные участки были компенсированы возросшей протяженностью равнинных участков маршрута.

8. АВАРИЙНЫЕ ВЫХОДЫ С МАРШРУТА

Аварийных ситуаций на маршруте не было, однако, на случай их возникновения, имелись запасные варианты ухода с маршрута. Южный Урал располагает очень развитой дорожно-транспортной сетью, по этому осуществить аварийный выход с маршрута можно было практически из любой точки маршрута.

9. ИЗМЕНЕНИЕ МАРШРУТА И ИХ ПРИЧИНЫ

Из-за экстремальных условий, возникших в результате выпадения большого количества осадков и, как следствие, сильного увеличения снежного покрова, на преодоление участка Миасс-Златоуст ушло вдвое больше времени чем было запланировано, а траверс Южноуральского хребта пришлось исключить из маршрута. Так же пришлось отказаться от сквозного проезда через национальный парк Зюраткуль.

10. ГРАФИК ДВИЖЕНИЯ ЗАЯВЛЕННЫЙ

Дата	День пути	Участок маршрута	км
1	1.05.14	Миасс- Златоуст	55
2	2.05.14	Златоуст- Магнитка	23
3	3.05.14	Магнитка- Куса	20
4	4.05.14	Куса-Медведевка-Куваши-р.Куваш	40
5	5.05.14	р.Куваш-оз.Зюраткуль	25
6	6.05.14	оз.Зюраткуль-р.Березяк	40
7	7.05.14	р.Березяк-пос.Тюлюк-р.Тюлюк	40
8	8.05.14	р.Тюлюк-оз.Калкан	40
9	9.05.14	Дневка на оз.Калкан	0
10	10.05.14	оз.Калкан- Уйское	60
11	11.05.14	Уйское –Булатово	50
12	12.05.14	Булатово -Коелга	55
13	13.05.14	Коелга-Зауральский	35
		Итого:	**483**

11. ГРАФИК ДВИЖЕНИЯ ФАКТИЧЕСКИЙ

День	Дата	Участок	Протяженность, км	Набор высоты, м	Ходовое время, ч м	Покрытие/способ передвижения
1	01.05	г. Миасс – р.Куштумга	31,0	599	7ч 45м	*Асфальт,грунт,глина/* **велосипед**
2	02.05	Р. Куштумга – просека перед р. М. Тесьма	10,22	288	9ч 05м	*глина; грунт/* **велосипед**
3	03.05	просека перед р. М. Тесьма – пос. Магнитка	32,8	498	4ч 10м	*асфальт; грунт, грейдер/* **велосипед**
4	04.05	пос. Магнитка – р. Ай	50,3	684	5ч 40м	*Асфальт, грейдер/* **велосипед**
5	05.05	Р. Ай – оз. Зюраткуль	45,5	681	5ч 25м	*Асфальт, грейдер/* **велосипед**
6	06.05	оз. Зюраткуль – р. Багруш	48,6	535	4ч 44м	*Асфальт, грейдер/* **велосипед**
7	07.05	р. Багруш – пос. Октябрьский	55,36	739	4ч 31м	*Асфальт, грейдер/* **велосипед**
8	08.05	пос. Октябрьский – пос. Ялычигулово	23,67	166	5ч 23м	*грунт/* **велосипед**
9	09.05	пос. Ялычигулово – пос. Крыжановка	76,4	530	7ч 24м	*грейдер; асфальт* **велосипед**
10	10.05	пос. Крыжановка – пос. Полянновка	71,7	386	7ч 37м	*асфальт; грунт, грейдер/* **велосипед**
		Итого:	445,5			

Составил: Алукаев Кирилл.

12. ТАБЛИЦА МЕТЕОНАБЛЮДЕНИЙ

Дата	Время	Температура воздуха в тени (С)	Облачность	Осадки
01.05.2014	4:40	6	облачно	нет
	13:00	20	ясно	нет
	19:00	9	ясно	нет
02.05.2014	8:00	5	облачно	мелкий дождь
	13:00	23	ясно	нет
	18:40	17	ясно	нет
03.05.2014	8:17	-2	ясно	нет
	13:30	13	пасмурно	дождь
	16:50	16	пасмурно	нет
04.05.2014	9:30	7	пасмурно	нет
	13:10	16	облачно	мелкий дождь
	19:16	6	ясно	нет
05.05.2014	8:10	-4	ясно	нет
	13:15	25	ясно	нет
	19:30	14	ясно	нет
06.05.2014	9:00	8	ясно	нет
	12:50	14	ясно	нет
	20:00	17	ясно	нет
07.05.2014	8:30	18	ясно	нет
	13:00	14	пасмурно	мелкий дождь
	20:16	6	легкая облачность	нет
08.05.2014	8:00	1	ясно	нет
	13:20	21	ясно	нет
	18:30	16	ясно	нет
09.05.2014	9:00	19	легкая облачность	нет
	13:00	22	ясно	нет
	19:30	17	легкая облачность	нет
10.05.2014	07::00	8	ясно	нет
	13:00	27	ясно	нет
	19:00	24	ясно	нет

Составил: Подорожнюк Юля.

13. ТЕХНИЧЕСКОЕ ОПИСАНИЕ МАРШРУТА

1 день 01.05.14, четверг

Время	Дневное расстояние,км.	Общий километраж	Описание
4:35			Приземлились в аэропорту г.Челябинск, время местное. Получили багаж. Температура на момент прилета в Челябинск +6 градусов.
05:40			Сели в автобус аэроэкспресс, который идет до жд вокзала.
06:27			вышли на остановке у жд. вокзала Челябинск-1. *Пригородный вокзал находится чуть дальше, нужно пройти пешком прмерно 700 метров.*
07:25			Погрузились в электричку Челябинск – Миасс. *Неожиданно много дачников, которые, похожи друг друга хорошо знают! Настроение у всех веселое – утро первого мая, впереди выходные. Заметно сильное отличие от «московских» электричек.*
09:40			Прибыли на жд станцию г.Миасса. Идем получать велосипеды и рюкзак с общественным снаряжением, которые отправляли багажным вагоном. *Это пришлось сделать, потому что дешевые билеты авиакомпании ЮтЭйр оказались с сюрпризом – в самолет можно было взять только 20 кг общего багажного веса – 15 кг багажа и 5 ручной клади. Велосипеды, личка и снаряга ни при каком шаманстве не помещались в эти цифры. Переплата стоила 50$ за кг. Отправка же вещей в багажном вагоне поезда – 450 с места. И – приятное дополнение – НЕ нужно разбирать велосипеды, когда они в собранном виде, к ним более бережно относятся.*
11:25	0	0	Собрали велосипеды, настроили, смазали. Перепаковали рюкзаки. Выезжаем от вокзала. Едем искать кафе позавтракать.
11:37-12:05	1,4	1,4	Остановились у магазина купить продуктов
12:11-12:41	2,8	2,8	По пути следования останавливаемся покушать в кафе-кулинарии «Пингвин», ул.Лихачева, 20. *Первые блюда, увы, там отсутствуют. Остальное – вполне в норме.* *На ул. Академика Павлова, 19 находится веломагазин. К сожалению, ничего не можем сказать о его ассортименте, мы не стали останавливаться.*
12:58	8,14	8,14	Проехали мост-плотину. Движемся по ул.Тургоякская.
13:25-13:32	11,59	11,59	Т-образный перекресток с трассой. С левой стороны расположена автозаправочная станция. Делаем остановку – покупаем бензин для горелок. На Т-образном перекрестке поворачиваем направо на Златоуст.
13:43	15,74	15,74	Крутой поворот налево с трассы, едем к озеру Тургояк через поселок.
13:44	16,27	16,27	Перекресток, поворот направо.
13:50-14:12	17,10	17,10	Остановка в п.Тургояк у магазина. Докупаем личной питьевой воды (магазинов дальше до ночевки не планируется) и подтягиваем разболтавшуюся гайку на каретке у Саши.
14:26	20,5	20,5	Поворот направо. Лесная грунтовая дорога, грязь, мокрый

			песок, щебень.
15:05-15:23	23,4	23,4	Остановка. Порвалась цепь у Саши.
15:50	25,4	25,4	Поворот направо перед деревянными строениями – кордоном лесника. Покрытие – грязь. Лесная грунтовая дорога.
16:05-17:51	25,9	25,9	Остановка на обед.
17:57	26,2	26,2	Вышли на ЛЭП. Начинается подъем. Мокрая грунтовая дорога с многочисленными снежными участками. Глубина снега – от щиколотки по бедра. Грязь, глина.
18:05	26,5	26,5	Остановка для ориентирования. Продолжаем движение по ЛЭП. Сначала пытались ехать. Потом вели велосипеды. Потом толкали. Потом одели рюкзаки на спину.
20:18	28,2	28,2	Поднялись на верхнюю точку. Награда за мучения – панорама Уральского хребта. Решаем при спуске вниз искать место под лагерь, вставать на ночевку и продолжать движение завтра.
21:23	30,2	30,2	С ЛЭП уходим на развилку вправо. Грунт тот же
21:34	30,7	30,7	Спустились с дороги влево. Хотели встать поближе к реке. Но местность оказалась очень болотистой. Обнаруженные ржавые ворота и колючая проволока навели на мысль вернуться наверх к развилке.
22:01	31,0	31,0	Встали на ночевку на сухом клочке около развилки.

За день пройдено: 31.0 км.
Из них:
по асфальту – 20,5 км;
по мокрой лесной грунтовая дорога – 5,7 км
по разбитой мокрой глиняной дороге – 4,8км
Общий набор высоты – 599м
Общий сброс высоты – 494м
Максимальная высота – 632м
Максимальный положительный уклон – 36,3%
Максимальный отрицательный уклон – 36,8%
Общее время движения – 11ч 16м.
Чистое ходовое время – 7ч.45м

2 день 02.05.14, пятница

5:30		31,0	Подъем, сборы, завтрак
8:25	0	31,0	Продолжаем движение по маршруту
8:32	0,15	31,15	Дорогу пересекает река Куштумга. Из-за таяния снега она очень сильно разлилась. Мост на карте есть, на самом деле его нет. Уходим направо в лес, чтобы найти брод или более узкое место для переправы.
9:39	0,45	31,45	Начали тянуть переправу
12:00	0,52	31,52	Переправились, вернулись на дорогу. Покрытие – размокшая глина в перемежку с землей, по колее течет река.
12:34	1,57	32,57	Дорогу снова пересекает река. Есть обход, но нужно идти по глубокому снегу, тропить. Решаем бродить и идти вверх вдоль ЛЭП по дороге, которая представляет собой довольно бурный ручей.
13:21	1,74	32,74	Перебрались через реку
14:27	3,02	34,02	Переходим вброд еще одну стремительную толи реку, толи разлившийся ручей

14:40	3,67	34,67	Характер дороги изменился. Грунтовая дорога со снегом и грязью
15:57 – 17:01	5,74	36,74	Остановка на обед
18:00	6,75	37,75	Въехали на территорию национального парка Таганай. Покрытие – грязь и снегПродолжаем двигаться вдоль ЛЭП
18:30	7,22	38,22	Начинается спуск. Снова размокшая глина и река в колее
19:13	9,47	40,47	Проезжаем еще один брод.
19:15 - 19:30	9,54	40,54	Остановка. У Кирилла Журчатова заклинило цепь и погнулся на спуске задний переключатель. У Юли подрегулировали задние колодки, так как тормоз совсем не работал. У Кирилла Алукаева стерлись колодки на переднем и заднем тормозе.
19:31	10,05	41,05	Свернули с ЛЭП налево А.235°. покрытие сменилось на грязь изъезжаную грузовиками с глубокими колеями.
19:59	10,22	41,22	Встретили квадрациклистов. Разузнали, что за дорога нам предстоит. Оказалось – впереди грязь по колено. Решили продолжить движение завтра, в надежде, что с утра немного подморозит. Встаем на ночевку на сухом островке на поляне.

За день пройдено: 10,22 км.
Из них:
по разбитой мокрой глиняной дороге – 3,67км
по мокрой грунтовая дорога с большим количеством бродов– 6,38 км
по изъезжанной грузовиками с глубокими колеями заполненной водой дороге – 0,17 км
Общий набор высоты – 288м
Общий сброс высоты – 164м
Максимальная высота – 715м
Максимальный положительный уклон – 5,7%
Максимальный отрицательный уклон – 6,5%
Общее время движения – 11ч 34м.
Чистое ходовое время – 9ч.05м

3 день 03.05.14, суббота

6:00 – 8:54	0	41,22	Подъем, завтрак, сборы, выход. Покрытие изъезжанная грузовиками с глубокими колеями и водой дорога
9:91	1,15	42,37	Вышли с лесной дороги на ЛЭП. Поворот направо. Мокрая грунтовая дорога.
10:00	2,53	43,75	Поворот налево на лесную дорогу. Разбитая грязевая лесная дорога со множеством луж и глубоким снегом
10:24	3,57	44,79	Выехали к железнодорожному полотну. Проезжаем вброд речку. Двигаемся вдоль железной дороги.
11:02	5,57	46,79	Проезжаем поворот на детский лагерь. Покрытие – мокрый грейдер.
11:13	5,88	47,1	У Саши вылетела колодка заднего тормоза. Саша и Сергей останавливаются, чтобы поставить новые колодки. Остальные продолжают движение.
11:31	6,27	47,49	Т-образный перекресток, поворот направо. Начался асфальт!
11:56 - 12:03	7,8	49,02	Т-образный перекресток, поворот направо, выезд на 2-х полосную асфальтовую дорогу. Небольшая остановка – у Насти не работает задний переключатель. Причина – «нога» рюкзака лежала на переключателе, мешая ему работать.
12:17- 12:28	10,8	52,02	Остановка на площадке у шиномонтажки. После того, как мы вылезли из грязи обнаружились «массовые поломки» на велосипедах: у Саши – не работает задний тормоз, у Насти – не работа-

			ет задний тормоз, задний переключатель работает плохо, у Юли – не работает задний тормоз. Хотели пообедать в кафе, но оно не работает. Решили отложить ремонт поломок.
12:42	12,2	53,42	Въехали в Златоуст. Остановка у магазина. У Кирилла Журчатова потерян винт на багажнике. Купили винт в магазине. Едем искать кафе.
13:21-16:55	17,0	58,22	Приехали на жд вокзал Златоуста пообедать горячей еды в кафе. *Вообще, столовых в Златоусте много. Но, к нашему сожалению, в праздничные дни они не работали.* Обед, ремонт, смазка Кириллу Журчатову – меняли передние колодки, сбрасывали давление в тормозах, Юле регулировали передний и задний тормоза, Насте настраивали задний переключатель, Сергею – регулировали давление в вилке. Всем подкачивали колеса и смазывали цепи.
17:05 – 17:10	18,3	59,52	На выезде из города останавливаемся купить бензин на заправке «Башнефть». *Кстати, судя по состоянию горелок, бензин на Урале не очень хорошего качества.*
17:31	20,57	61,79	Въехали в национальный парк Таганай. Изменение покрытия – мокрая разбитая дорога, покрытая жидкой грязью
18:38 - 18:42	25,24	66,46	Остановка. У Саши оказались зажатыми передние колодки. Настраиваем.
18:56 - 19:01	26,86	68,08	Остановка. Причиной остановки снова является зажатый тормоз. Теперь у Кирилла
19:41	32,5	73,72	Съезжаем с дороги налево в лес. Ищем место для ночевки. Лесная заросшая дорога.
20:13	32,8	74,02	Встаем на ночевку после поиска относительно сухого места. *Вечером полил дождь, так что не зря искали хоть какую-то возвышенность.*

За день пройдено: 32,8 км.
Из них:
По асфальту – 14,3
по мокрой разбитой грунтовой дороге – 4,19 км
по мокрому разбитому грейдеру – 14,31 км
по заросшей травой лесной дороге – 0,3 км
Общий набор высоты – 498м
Общий сброс высоты – 690м
Максимальная высота – 780м
Максимальный положительный уклон – 16,6%
Максимальный отрицательный уклон – 10,5%
Общее время движения – 11ч 12м.
Чистое ходовое время – 6ч.06м

4 день 04.05.14, воскресенье

6:00 - 10:41	0	74,02	Подъем. Завтракаем, собираем рюкзаки. Осматриваем велосипеды, смазываем цепи. У Саши сломалась стойка багажника. С помощью палки и хомутов исправляем поломку. (Конструкция выдержала весь поход.). Выход. Лесная заросшая дорога.
10:58	0,39	74,41	Мокрый разбитый грейдер. Едем в сторону Магнитки
11:02 – 11:40	0,68	74,7	Помогаем достать машину из грязи. Грязные как чушки продолжаем движение.
12:01	2,3	76,32	Въехали в магнитку
12:06	2,7	76,72	На перерестке повернули налево. Указатель на Кусу. Сломался спидометр у хронометриста, меняем. Начался асфальт
12:27	6,9	80,92	Выехали из Магнитки

13:55	22,0	96,02	Въезжаем в Кусу
14:24 – 15:35	24,0	98,02	Поиск кафе и магазинов, закупка.
16:07 – 17:56	30,4	104,42	Встали на обед
19:08	39,7	113,72	Въехали в Медъведевку, следуем указателям на Куваши
19:30	42,1	116,12	Выехали из Медведевки ищем место ночевки.
20:21	49,5	123,52	Съехали с асфальта на мокрый грейдер
20:45	50,3	124,32	Встали на ночевку

За день пройдено: 50,3 км.
Из них:
По асфальту – 46,8
по мокрому грейдеру – 3,5 км
Общий набор высоты – 684м
Общий сброс высоты – 735м
Максимальная высота – 636м
Максимальный положительный уклон – 7,5%
Максимальный отрицательный уклон – 8,4%
Общее время движения – 10ч 04м.
Чистое ходовое время – 5ч.40м

5 день 05.05.14, среда

8:00	0	124,32	Подъем, завтрак, сбор рюкзаков.
11:10	0	124,32	Вышли на маршрут
11:24-11:36	2,25	126,57	Останавливается у магазина в деревне Куваши *График работы магазина с 8:30 до 20:30 без перерыва и выходных.*
12:12	8,00	132,32	Выезжаем на трассу М5 и едем в сторону озера Зюраткуль.
12:34 – 12:42	10,2	134,52	Останавливаемся на трассе около Лукойловской заправки чтобы купить бензин для горелки.
13:00 - 13:16	12,9	137,22	Встретились с отделением Тани Григорьевой. Они ехали нам навстречу, с Зюраткуля. Поделились впечатлениями, сфотографировались вместе.
13:58	23,9	148,22	Поворот с трассы налево, к озеру Зюраткуль.
14:20 – 16:05	26,00	150,32	Остановка на обед
16:52	32,9	157,22	Начался грейдер, пока что сухой
16:58 - 17:05	33,1	157,42	Останавливаемся на контрольно-информационном пункте национального парка Зюраткуль «Магнитка». Покупаем билеты
17:20	34,3	158,62	Проехали поселок Магнитский. Много ручейков, грейдер мокрый, разбитый.
19:05	45,5	169,82	Приехали на туристическую базу «Небесное озеро». Остаемся на ночевку. Сняли домик, 6 мест, По 500 руб с человека.И сходили в баню за 100 руб в час. (*Место туристическое, и предложений по жилью очень много на любой вкус и кошелек. Мы искали подешевле).* Встретили еще две группы, поделились информацией и впечатлениями.

За день пройдено: 45,5 км.
Из них:
По асфальту – 32,9
по мокрому грейдеру – 12,6 км
Общий набор высоты – 681м
Общий сброс высоты – 318м

Максимальная высота – 754м
Максимальный положительный уклон – 11,2%
Максимальный отрицательный уклон – 5,2%
Общее время движения – 7ч 55м.
Чистое ходовое время – 5ч.25м

6 день 06.05.14, вторник

8:00 – 11:50	0	169,82	Подъем, завтрак, сборы, устранение Прокола у Насти. Выдвинулись в сторону М5 тем же путём
13:09	12,60	182,42	Снова пошел асфальт
13:49 - 14:20	21,6	191,42	Делаем остановку перед выездом на М5. Пьем, перекусываем, переодеваемся, так как внизу еще теплее. Подкачиваем колеса перед асфальтом. Переодеваем Насте заднюю покрышку, которую одели «наоборот».
14:22	21,65	191,47	Т-образный перекресток с трассой М5, поворот направо. Едем по М5 в сторону злвтоуста.
15:49 - 16:28	33,52	203,34	Прокол заднего колеса у Кирилла Журчатова и переднего у Насти.
17:02 – 18:07	39,93	209,75	Остановка на обед.
19:32	48,1	217,92	Съезжаем направо, Ищем место для ночевки.
19:50	48,6	218,42	Встали на ночевку

За день пройдено: 48,6 км.
Из них:
По асфальту – 35,5
по мокрому грейдеру – 12,6 км
По грунтовой дороге – 0,5
Общий набор высоты – 535м
Общий сброс высоты – 661м
Максимальная высота – 754м
Максимальный положительный уклон – 5,4%
Максимальный отрицательный уклон – 9,5%
Общее время движения – 8ч 00м.
Чистое ходовое время – 4ч.44м

7 день 07.05.14, среда

7:30 - 11:15	0	218,42	Подъем, завтрак, сборы.
11:21	0,5	219,02	Выезд на трассу на асфальт.
12:30 - 13:43	6,4	224,82	На трассе расположен комплекс: автозаправочная станция, магазин, кафе. Кафе большое, уютное широким выбором блюд – от горячего до салатов. Купили хлеба, пополнили запас бензина, отлично пообедали. Продолжаем движение по М5
16:32	36,25	254,67	Съезжаем направо с трассы по указателю на Ленинск. Покрытие – мокрый грейдер.
17:24 – 18:14	43,95	262,37	Закупка в пос. Ленинский, выдвигаемся в сторону пос. Октябрьский.
18:17	45,12	263,54	Т-образный перекресток, поворот направо.
18:27	47,22	265,64	Развилка. Едем по дороге, которая левее, по указателю на Верхний Иремель.
19:14	52,54	270,96	Въехали в Октябрьский.
19:24	54,58	273	поворачиваем с дороги налево. Пытаемся проехать дальше в поисках места для ночевки. Упираемся в разлившуюся реку. Неопрен на ночь одевать не хочется. Тем более, что есть по-

			дозрение, что и дальше воды много. Возвращаемся на дорогу и уходим в лесок по тропинке справа от дороги.
20:20	55,36	273,78	Встали на ночевку

За день пройдено: 55,36 км.
Из них:
По асфальту – 35,75
по мокрому грейдеру – 18,33 км
По лесной тропе – 1,28км
Общий набор высоты – 739м
Общий сброс высоты – 915м
Максимальная высота – 825м
Максимальный положительный уклон – 6,7%
Максимальный отрицательный уклон – 5,9%
Общее время движения – 9ч 05м.
Чистое ходовое время – 5ч.11м

8 день 08.05.14, четверг

7:00 – 9:00	0	273,78	Подъем, завтрак, сборы. Выезжаем, Покрытие разбитая мокрая грунтовка.
09:11	1,23	275,01	Пересекаем вброд речку, глубина чутьниже пояса.
12:20 - 13:48	7,45	281,23	Остановка, делаем ранний обед, чтобы сэкономить время – у Кирилла Журчатова сломалась трещетка, ребята перебирают втулку.
13:52	7,6	281,38	Брод
14:10	8,15	281,93	Брод
14:36	10,00	283,78	Брод
16:36 - 17:45	16,3	290,08	Остановка для ориентирования. Прокладываем новый маршрут. Продолжаем движение. Едем в сторону Яльчигулово.
18:23	23,67	297,45	Встаем на ночевку.

За день пройдено: 23,67 км.
Из них:
по мокрой разбитой грунтовой дороге – 23,67 км.
Общий набор высоты – 166м
Общий сброс высоты – 140м
Максимальная высота – 495м
Максимальный положительный уклон – 3,3%
Максимальный отрицательный уклон – 2,5%
Общее время движения – 9ч 23м.
Чистое ходовое время – 5ч.23м

9 день 09.05.14, пятница

06:00 – 08:29	0	297,45	Подъем, завтрак, сборы. Двигаемся в сторону села Яльчигулово. Грунтовая дорога
09:00	2,90	300,35	Проехали село Ялсыгул(Яльчигулово). Начало грейдера.
10:59 - 12:16	8,8	306,25	Остановка в селе Ильчигулово около магазина. Ждем, когда откроют. Сергей ремонтировал подручными средствами манетку переключения задних скоростей.
12:25	16,19	313,64	На перекрестке в селе свернули направо.
12:28	16,90	314,35	На выезде из села – развилка, едем по той, которая левее. Грунтовая проселочная дорога.
12:30	17,53	314,98	Начался грейдер
13:08	22,22	319,67	Т-образный перекресток, поворот направо. Начало асфальта.
13:55	28,50	325,95	Поворот налево по указателю на Алтын-Таш. Начало грейде-

			ра.
14:43	41,52	338,97	Въезжаем в село Филимоново. Начало асфальта.
14:52	43,65	341,1	Т-образный перекресток, поворот налево.
14:57	44,90	342,35	Поворот на право.
15:08	50,25	347,7	Проехали с.Темир.
15:11	51,50	348,95	Т-образный перекресток, поворот налево.
15:31	54,50	351,95	Поворот направо по указателю на Болотово.
15:45	58,00	355,45	Развилка, едем направо.
15:56 - 17:09	59,33	356,78	Обед
17:23 -	61,50	358,95	Проезжаем с.Уштаганку.
17:41	64,00	361,45	Начался грейдер
17:52	65,50	362,95	Начало разбитого асфальта.
18:34	74,41	371,86	Т-образный перекресток, поворот направо.
18:57	75,4	372,85	Съезжаем с трассы налево в лес. Лесная дорога.
19:27	76,4	373,85	Встали на ночевку. Рядом есть родник с чистой водой.

За день пройдено: 76,4 км.
Из них:
По асфальту – 28,56
По разбитому асфальту – 10,1 км.
по грейдеру – 36,74км
По грунтовой дороге – 1км
Общий набор высоты – 530м
Общий сброс высоты – 580м
Максимальная высота –493м
Максимальный положительный уклон –1%
Максимальный отрицательный уклон –1%
Общее время движения – 11ч 00м.
Чистое ходовое время – 7ч.24м

10 день 10.05.14, суббота

6:00 - 09:26	0	373,85	Подъем, завтрак, сборы. Выдвигаемся. Едем по лесной дороге в сторону шоссе
09:36	1,14	374,99	Выехали на дорогу. Грейдер со следами асфальта.
09:56	1,32	375,17	Перекресток, едем прямо по указателю на Варламово.
10:39	19,88	393,73	Перекресток, едем прямо по указателю на Варламово
10:41 – 11:32	20,00	393,85	Начался грейдер.Остановка у магазина на въезде в пос.Варламово.
11:40	21,89	395,74	Перелезли через реку по насыпи из труб и огромных камней.
11:49	22,39	396,24	Въезжаем в Варламовский государственный заказник. Грунтовая дорога.
13:50	36,86	410,71	Выехали на опушку леса. Перекресток. Поворачиваем направо. Едем вдоль опушки леса. Грунтовая полевая дорогадорога.
13:54 – 14:09	38,20	412,05	Остановили случайную машину. Попросили подсказать – на карте и на местности не совпадают дороги.
16:18	54,50	428,35	Перешли речку в брод.
16:25 18:40	54,71	428,56	Встали на обед
18:45	54,92	428,77	Перешли в брод речку Кабанка. Двигаемся по дороге вдоль реки.
20:16	61,40	435,25	Въехали в деревню Верхняя Кабанка.
20:48	66,10	439,95	Переезжаем р.Кабанку по мосту. Начало грейдера.

20,51	66,60	440,45	Начало асфальта. Проезжаем д. Поляновка.
20:54	67,19	441,04	Т-образный перекресток с трассой. Поворачиваем по указателю налево на Южноуральск.
21.11	69,65	443,5	Съезжаем с трассы направо на грунтовую дорогу. Ищем место для ночевки. Лесная дорога.
21.35	71,68	445,53	Встали на ночевку на берегу озера. Берег заболочен. Но есть родник с чистой водой.

За день пройдено: 71,68 км.
Из них:
По асфальту – 3,05
по грейдеру и грунтовой дороге – 68,63км
Общий набор высоты – 285м
Общий сброс высоты – 386м
Максимальная высота –402м
Максимальный положительный уклон –3,3%
Максимальный отрицательный уклон –3,9%
Общее время движения – 12ч 10м.
Чистое ходовое время – 7ч.37м

В итоге:

Суммарный километраж: **– 445,53 км**
Из них:
– По автомобильным дорогам хорошего качества (асфальт) – 227,46 км
– По автомобильным дорогам среднего качества
(грейдер, укатанная грунтовка) – 173,91 км
– По автодорогам плохого качества
(Для автомобилей повышенной проходимости) – 44,16 км
Общий набор высоты **– 4573 м**
Общая продолжительность **– 10 дней**
Количество ходовых дней **– 10 дней**

Составил: Подорожнюк Юля.

14. ВЫВОДЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ

Высокий снежный покров в горах Южного Урала в мае 2014 года не позволил полностью осуществить задуманное. Однако, наличие соответствующих велосипедных препятствий на маршруте и красота природы Южного Урала в целом оставила от похода благоприятное впечатление.

К озвученным выше по отчёту выводам и рекомендациям следует добавить:

- очень радушное местное население.
- достаточно много различных городов, где можно получить возникшие необходимые услуги.
- большое количество автомобильных и железнодорожных дорог.
- перед походом желательно сделать прививку от клещевого энцефалита.
- при составлении маршрутов по данному региону следует учитывать наличие снега в горах.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ СВЕДЕНИЯ О ПОХОДЕ

15. ФИНАНСОВЫЙ ОТЧЕТ

Билеты на самолет Москва – Челябинск	17430 руб.
Билеты на самолет Челябинск – Москва	24570 руб.
Билеты на автобус Аэропорт-Челябинск	350 руб.
Билеты на экспресс Челябинск – Миасс	1400 руб.
Билеты на экспресс Южно-Уральск – Челябинск	1600 руб.
Отправка багажа поездом Москва – Челябинск	1456 руб.
Продукты в поезд	800 руб.
Продукты и из Москвы	3700 руб.
Снаряжение	0 руб.
Походная касса (дополняемая)	44900 руб.
- закупка продуктов	37150 руб.
- проживание на базе «Небесное озеро» (Зюраткуль)	4000 руб.
- баня на базе «Небесное озеро» (2 часа)	1500 руб.
- проживание на базе «Березка»	1750 руб.
- баня на базе «Березка» (2 часа)	500 руб.

Всего за 11 дней путешествия было истрачено группой в составе 7 человек 48250 руб. не считая личных затрат.

Приблизительно 6900 руб. на человека.

Составил: Тевдорошвили Александр

16. ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ

Список продуктов, закупленных в Москве

Наименование продукта	Вес, г.	Примечание
Фасованные перекусы (смеси сухофруктов, смеси сухофруктов и орехов)	3850	Запланировано 11 перекусов по 50 г. Сухофрукты и орехи удобно расфасовывать в индивидуальные целлофановые пакеты
Сухие сливки	2200	11 пакетов по 200г. На один из дней похода было запланировано купить молоко или сгущенку.
Детское питание «Тема»	200	Добавляется в суп для улучшения вкусовых качеств.
Супы в пакетах	420	6 упаковок по 70г.
Сублимированное мясо (курица)	640	Мясо рассчитано на 2 приема пищи (420 г.) + 220г. запас на случай экстренной ситуации
Сублимированное мясо (говядина)	210	
Итого:	**7520**	

Пункты закупки продуктов:

1. Москва – закуплены продукты, вероятность закупки которых на маршруте низкая, либо предполагается расфасовывать порционно (сухофрукты, орехи)
2. 01.05.14 Миасс – закуплены продукты на до 03.05.14. Проблем с выбором продуктов не было.
3. 03.05.14 Златоутс – закупка продуктов на 1 день. В Златоусте довольно много кафе и столовых, однако они не работают в праздничные дни.
4. 04.05.14 Куса – в магазине «Монетка» на ул. Ленина закуплены продукты до 07.05.14. Богатый ассортимент круп, консервов, колбасных изделий, сладостей.
5. 05.05.14 туристическая база «Небесное озеро» - Закупка продуктов для праздничного ужина. Особого внимания заслуживает местная копченая рыба. Не смотря на невзрачность магазина, в нем можно было найти все необходимое: яйца, молоко, консервированные овощи и даже пирожные.
6. 07.05.14 – обед в кафе на трассе, Закупка в пос. Ленинский на 2 дня.
7. 10.05.14 Варламово- закупка продуктов на вечер.

Составитель: Жукова Екатерина

Меню похода на 4 дня на группу из 7 человек

№ п/п	Наименование	Норма на 1 чел., г	Калорийность на 1 чел., ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Вес на всю группу, кг
1.	День 1						
1.1	Завтрак						
1.1.1	Хлеб	25	64,75	2	0,25	12,25	
1.1.2	Рис	60	192	4,80	1,20	37,2	
1.1.3	Сливки	28,57	173,43	4,86	12,86	8,57	
1.1.4	Сыр	30	7,95	7,95	7,50	0	
1.1.5	Конфеты	30	154,20	3	8,70	15,90	
1.1.6	Чай	5	0	0	0	0	
1.1.7	Сахар	16	64	0	0	15,84	
1.2	Перекус						
1.2.1	Сухофрукты+орехи	50	216,50	7,50	13,50	17	
1.3	Обед						
1.3.1	Суп куриный	20	65,60	1,78	2,34	9,36	
1.3.2	Хлеб	50	129,50	4	1,65	24	
1.3.3	Детское питание «Тема» или аналог	28,57	41,43	2,86	2,86	1,09	
1.3.4	Колбаса	30	129	6	12	0	
1.3.5	Печенье	30	126	3	3	21	
1.3.6	Чай	5	0	0	0	0	
1.3.7	Сахар	16	64	0	0	15,84	
1.4	Ужин						
1.4.1	Гречка	70	231	9,10	1,40	47,6	
1.4.2	Сосиски	80	216	8,80	19,20	0	
1.4.3	Хлеб	50	129,50	4	1,65	24	
1.4.4	Мармелад	30	99	0	0	24,6	
1.4.5	Чай	5	0	0	0	0	
1.4.6	Сахар	16	64	0	0	15,84	
	Итого для 1-ого дня:	675,14	2167,86	69,65	88,11	290,09	4726
2.	День 2						
2.1	Завтрак						
2.1.1	Хлеб	25	64,75	2	0,25	12,25	
2.1.2	Геркулес	60	230,82	8,16	3,60	40,80	
2.1.3	Сливки	28,57	173,43	4,86	12,86	8,57	
2.1.4	Сыр	30	7,95	7,95	7,50	0	
2.1.5	Халва	30	158,40	4,41	9,90	13,20	
2.1.6	Чай	5	0	0	0	0	
2.1.7	Сахар	16	64	0	0	15,84	
2.2	Перекус						
2.2.1	Сухофрукты	50	115	1	0,5	32,5	
2.3	Обед						
2.3.1	Хлеб	67	173,53	5,36	2,21	32,16	
2.3.2	Колбаса	70	301	14	28	0	
2.3.3	Лук	14,29	5,86	0,14	0	1,29	
2.3.4	Шоколад	29	162,29	1,66	10,57	13,43	
2.3.5	Чай	5	0	0	0	0	
2.3.6	Сахар	16	64	0	0	15,84	
2.4	Ужин						
2.4.1	Рис	75	262,50	6	0	58,5	
2.4.2	Сублимированное мясо куриное	30	142,20	21,9	6	0	

2.4.3	Хлеб	50	129,50	4	1,65	24	
2.4.4	Конфеты	30	154,20	3	8,70	15,90	
2.4.5	Чай	5	0	0	0	0	
2.4.6	Сахар	16	64	0	0	15,84	
	Итого для 2-ого дня:	651,86	2273,43	84,44	91,74	300,02	4563
3.	День 3						
3.1	Завтрак						
3.1.1	Хлеб	25	64,75	2	0,25	12,25	
3.1.2	Гречка	60	198	7,80	1,20	40,80	
3.1.3	Сливки	28,57	173,43	4,86	12,86	8,57	
3.1.4	Сыр	30	7,95	7,95	7,50	0	
3.1.5	Пряники	40	148,40	2,40	2	30	
3.1.6	Чай	5	0	0	0	0	
3.1.7	Сахар	16	64	0	0	15,84	
3.2	Перекус						
3.2.1	Сухофрукты+Орехи	50	196,5	6,5	10,8	19,1	
3.3	Обед						
3.3.1	Суп Харчо	20	55,40	2,24	1,70	7,78	
3.3.2	Лук	14,29	5,86	0,14	0	1,29	
3.3.3	Хлеб	50	129,50	4	1,65	24	
3.3.4	Колбаса	30	129	6	12	0	
3.3.5	Печенье	30	126	3	3	21	
3.3.6	Чай	5	0	0	0	0	
3.3.7	Сахар	16	64	0	0	15,84	
3.4	Ужин						
3.4.1	Картофельное пюре субли-мированное	70	245	4,27	0	50,61	
3.4.2	Рыба консервированная	70	96,6	14,7	4,2	0	
3.4.3	Хлеб	50	129,50	4	1,65	24	
3.4.4	Конфеты	40	205,60	4	11,6	21,2	
3.4.5	Чай	5	0	0	0	0	
3.4.6	Сахар	16	64	0	0	15,84	
	Итого для 3-ого дня	670,86	2103,49	73,86	70,41	308,12	4696
4.	День 4						
4.1	Завтрак						
4.1.1	Хлеб	25	64,75	2	0,25	12,25	
4.1.2	Рис	60	192	4,80	1,20	37,2	
4.1.3	Сливки	28,57	173,43	4,86	12,86	8,57	
4.1.4	Сыр	30	7,95	7,95	7,50	0	
4.1.5	Конфеты	30	154,20	3	8,70	15,90	
4.1.6	Чай	5	0	0	0	0	
4.1.7	Сахар	16	64	0	0	15,84	
4.2	Перекус						
4.2.1	Сухофрукты	50	115	1	0,5	32,5	
4.3	Обед						
4.3.1	Хлеб	67	173,53	5,36	2,21	32,16	
4.3.2	Колбаса	70	301	14	28	0	
4.3.3	Лук	14,29	5,86	0,14	0	1,29	
4.3.4	Шоколад	29	162,29	1,66	10,57	13,43	
4.3.5	Чай	5	0	0	0	0	
4.3.6	Сахар	16	64	0	0	15,84	
4.4	Ужин						
4.4.1	Макароны	80	288	8	0,80	60	
4.4.2	Сублимированное мясо, го-вядина	30	142,20	21,9	6	0	

4.4.3	Хлеб	50	129,50	4	1,65	24	
4.4.4	Конфеты	30	154,20	3	8,7	15,90	
4.4.5	Чай	5	0	0	0	0	
4.4.6	Сахар	16	64	0	0	15,84	
	Итого для 4-ого дня:	656,86	2255,91	81,67	88,94	300,72	4598

Средний вес раскладки на 1 человека – 664г.
Средняя калорийность рациона за 4 дня – 2200ккал.
Средний баланс БЖУ: 1:1:4

Составитель: Жукова Екатерина

17. СОСТАВ МЕДИЦИНСКОЙ АПТЕЧКИ

Наименование	количество	примечание
ПЕРЕВЯЗОЧНЫЕ, АНТИСЕПТИКИ		
Бинт стерильный узкий	3 шт.	
Пластырь бактерицидный	1уп.	
Пластырь фиксирующий широкий	1 шт.	
Вата стерильная	1 уп.	
Салфетки стерильные 45х29	3уп.	
Салфетки стерильные 16х14	2 уп.	
Бинт эластичный (3м)	1 шт.	
Бинт эластичный (1м)	1 шт.	
Р-р водорода перекиси (100 мл)	4 шт.	Перелито в бутылку
Хлоргексидин (100 мл)	2 шт.	Антисептик. Обработка ран (в отличие от спирта, можно применять, непосредственно на рану), полоскание при боли в горле
Спирт этиловый (100 мл.)	1 шт.	Антисептик. Не использовать непосредственно на рану!
МАЗИ, ГЕЛИ		
Нурофен (мазь)	1 шт.	Боли в суставах и мышцах
Долобене (мазь)	1 шт.	Ушибы, гематомы (на неповрежденную кожу!)
Д-Пантенол	1 шт.	Для заживления ран (если рана чистая, т.е. нет местных признаков воспаления, нагноения)
Левомеколь	1 шт.	Для лечения гнойных ран
Фенистил гель	1 туб.	При укусах насекомых наносят гель на пораженные участки кожи 2–4 раза в сутки. При сильном зуде или распространенном поражении рекомендуется одновременный прием антигистаминных препаратов (см. кларитин).
ОБЕЗБОЛИВАЮЩИЕ, СПАЗМОЛИТИКИ, ЖАРОПОНИЖАЮЩИЕ		
Но-шпа (40 мг)	20 таб.	
Кеторол (10 мг)	18 таб.	Болевой синдром любого происхождения
Аспирин	10 таб.	Боль, температура
Эффералган	6 таб.	Боль, температура (при непереносимости аспирина, ну, или если больше нравится). ВНИМАНИЕ! Парацетамол НЕ оказывает противовоспалительного действия, в отличие от аспирина.
РЕСПИРАТОРНЫЕ ИНФЕКЦИИ		
Таблетки от кашля	20 таб.	Внутрь, по 1 таблетке 3 раза в день в течение 3–5 сут.
Тантум Верде	20 таб.	При боли в горле, рассасывать 3 раза в день в перерывах между едой
АЦЦ 200	1 уп. (10 таб.)	При кашле, для облегчения отхождения мокроты
Галазолин 0,1%	1 фл.	Капли, применяемые при насморке
ПРОТИВОАЛЛЕРГИЧЕСКИЕ		
Кларитин (10 мг)	1 уп. (10 таб.)	При аллергии
ЖКТ		
Фосфалюгель	8 пак.	При изжоге
Уголь активированный	5уп. (50 таб.)	При пищевых отравлениях. Из расчета 1 пачка на прием.

Лоперамид	1 уп. (10 шт.)	При диарее. Применять согласно инструкции, но не более 48 ч
Сенаде	1 уп.	При запоре. Внутрь 1 раз в сутки вечером перед сном, запивая водойпо 1 табл. на прием. При отсутствии эффекта дозу можно увеличить до 2–3 табл.
Фестал	1 уп. (20 таб.)	Для улучшения пищеварения. Внутрь, не разжевывая, во время или сразу после еды, запивая небольшим количеством жидкости. По 1–2 драже 3 раза в сутки
ПРОТИВОМИКРОБНЫЕ, ПРОТИВОВИРУСНЫЕ		
Альбуцид	1 фл.	При инфекциях глаз.
Амоксиклав (500 мг + 125 мг)	1 уп.	Антибиотик широкого спектра. Наиболее вероятно применение при тяжелых инфекциях верхних дыхательных путей (высокая температура, сильная боль в горле, кашель)
Ацикловир	1 уп. (20 таб.)	При герпесе по 1 таб. (200 мг) 5 раз в сутки в течение 4 дней
ПРЕПАРАТЫ В АМПУЛАХ		
Преднизолон (в амп. по 1 мл) – 25 мг/мл	9 шт.	При тяжелых аллергических реакциях, сопровождающихся распространенной сыпью, отеком и покраснением лица, век, шеи и т.д. в дозе 100 мг/сут (4 амп).
Кеторол (в амп. по 1 мл) – 30 мг/мл	4 шт.	При сильных болях (наиболее вероятно – травмы)
Но-Шпа (в амп. по 2 мл) – 20 мг/мл	4 шт.	При спазмах гладкой мускулатуры
Платифиллин (в амп. по 1 мл) – 2 мг/мл	2 шт.	При спазмах гладких мышц (наиболее вероятно – сильные боли в животе) — подкожно 1 мл 0,2% раствора
ПРОЧИЕ		
Регидрон	6 пак.	Для восстановления водно-солевого баланса при диарее, рвоте. Внутрь, независимо от приема пищи. Содержимое пакетика растворяют в 1 л холодной свежекипяченой воды. По 50–100 мл через каждые 3–5 мин (суточная доза препарата при легком течении заболевания 40–50 мл/кг, при средней тяжести — 80–100 мл/кг).
Валокордин	1 фл.	Успокаивающее средство
Нироглицерин	1 уп.	Предназначен для купирования приступа загрудинных болей (не для вас, но мало ли кому может понадобиться в пути). 1 табл. под язык, при необходимости повторить через 5 минут. Если боль не проходит, больше применять нельзя, необходима срочная госпитализация.
Кислота аскорбиновая (табл.)	4 уп. (40 шт.)	Когда тяжело и грустно.
ИНСТРУМЕНТЫ		
Термометр	1 шт.	
Шприц стерильный	10 шт.	
Салфетки спиртовые для инъекций	15 шт.	Обработка места инъекции
Булавки английские	10 шт.	Закрепление эластичных бинтов, извлечение заноз и т.д.
Ножницы	1 шт.	

Составил: Мещерякова Лена.

18. СЛУЧАИ ОКАЗАНИЯ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ В ПОХОДЕ

У одного участника наблюдалась легкая боль в коленном суставе. Бинтовали эластичным бинтом
У другого участника наблюдалось расстройство ЖКТ. Применялся лоперамид.
Серьезных травм на маршруте не было.

19. ПЕРЕЧЕНЬ ОБЩЕСТВЕННОГО СНАРЯЖЕНИЯ

НАИМЕНОВАНИЕ	КОЛ-ВО	ВЕС В КГ
Палатка 4-х местная	1	4,30
Палатка 4-х местная	1	4,40
тент 3х3	1	0,7
Горелка мульти с баллоном	1	1,24
экран для горелки kovea	1	0,30
Пила ножевка	1	0,65
топор FISKARS 1кг	1	1,12
трос вело с замком	1	0,40
Таганок	1	0,65
Кан Ti 4,5л с крышкой	1	0,80
Кан Ti 5,5л с крышкой	1	0,85
кухня	Компл.	0,70
Аптека	Компл.	2,50
Ремнабор вело	Компл.	4,50
Хознабор	Компл.	0,20
GPS Орегон 450 (+батарейки)	1	0,24
Фотоаппарат "Зеркалка"	1	1,50
Веревка основная d9 40м	1	1,90
Веревка страхов. d6 50м	1	0,98
карабин	5	0,40
беседка	2	0,84
грудная обвязка	1	0,78
Итого : 30 кг на группу		

Распределение веса общественного снаряжения:
Женщины: 3кг на человека
Мужчины: 5.25кг на человека

Составил: Журчатов Кирилл

20. ВЕЛОСИПЕДНЫЙ РЕМНАБОР

инструменты			**запчасти**		
1	Шестигранники: 2,2.5, 3, 4, 5, 6, 8, 10,T10/T25	8	1	Спицы длинные, 2 вида ниппилей	6 компл.
2	Головки 8,9,10,11	4	2	Задний переключатель	1
3	бита шлицевая/крестовая , T15, T20	3	3	Педаль правая в сборе	1
4	цанга	1	4	Ось левой педали	1
5	трещётка	1	5	Эксцентрик переднего колеса	1
6	отвертка под биты угловая.	1	6	Эксцентрик заднего колеса	1
7	отвертка плоская тонкая	1	7	Эксцентрик седла	1
8	Сверла 5, 3.2, 2.5	3	8	Тросики переключения	2
				Тросики тормозные	2
9	Метчик M5	1	9	Камера	2
10	Ключ спицевой	1	10	Ремнабор покрышек и камер	1 компл.
11	Выжимка цепи	1	11	покрышка	1 кевлар
12	Съемник кассеты	1	12	набор для прокачки 1 шприц, DOT, кусок капельницы, адаптеры 2 Hayes, 1 shimano	1 компл.
13	ключ HolowTech/24+ключ-звезда	2	13	фурнитура для гидравлики	
14	Съемник каретки		14	Рубашка переключения	1м
15	Съемник шатунов		15	Трубка алюминевая	0.4м
16	ключ 15/16		16	Полоса алюминевая 15мм	0.4м
17	Надфили :Плоск., круг., треуг, алмазный	4	17	хомуты	4шт
18	Плоскогубцы	1	18	Смазка густая	2см^3
19	шведик	1	19	смазка жидкая	150мл
20	ключ 15/хлыст	1	20	Каретка HolowTech	1шт
21	Клюв	1	21	Набор винтов, гаек	
22	монтировка	2	22	Проволока стальная	2м
			23	Проволока медная	1м
			24	Петух условно универсальный	1шт
			25	стяжки	25шт
Вес: 4500					

21. ПЕРЕЧЕНЬ ТРАНСПОРТНЫХ СРЕДСТВ И ПОЛОМОК

ФИО	Велосипед, оборудование	Поломки
Серганов Сергей	Велосипед: кастомный Рама: Rapid-titan Вилка: RockShoks Тормоза: дисковые, гидравлика Багажник титановый	1 прокол – замена камеры Сломалась манетка заднего переключателя (Shimano xt) ремонт пружинного механизма.
Тевдорошвили Александр	Велосипед: Shwinn mesa gs Рама: Shwinn mesa алюм Вилка: RockShoks Тормоза: дисковые, механика Багажник алюминиевый	Погнулась стойка багажника, укреплена при помощи березовой ветки. Порвалась цепь – замена звеньев установка замка. Настройка заднего и переднего тормозов. 2 прокола- замена камер.
Жукова Екатерина	Велосипед: GT avalanche 29-дюйма Рама GT алюм. Вилка RockShoks Багажник: титан Тормоза дисковые гедравлические	2 прокола камеры - замена
Подорожнюк Юлия	Велосипед: GT avalanche Рама: GT алюм Вилка: RockShoks Тормоза: дисковые, механика Багажник титановый	3 прокола – замена камер. Настройка переднего и заднего тормозов (замена колодок). Грыжа на передней покрышке – замена.
Журчатов Кирилл	Велосипед: Merida Рама Merida алюм. Вилка Suntour xcm Багажник: Алюминий Тормоза: Дисковые гидравлические	Настройка заднего и переднего тормозов. Прочистка и смазка задней втулки и каретки.
Голубева Анастасия	Велосипед: merida Рама: merida алюм. Вилка: suntour Тормоза: дисковые механика задний, v-brake передний Багажник титановый	2 прокола – замена камер. Регулеровка , чистка рубашек переднего переключателя
Кирилл Алукаев	Велосипед: cube Рама: cube алюм Тормоза: дисковые, гидравлика Багажник титановый	2 прокола -замена камер. Замена спицы в заднем колесе.

Во время похода по необходимости проводилась смазка цепи.

Составил: Тевдорошвили Александр

ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Расчет категории сложности препятствий.

Расчет проведен с помощью Калькулятора велосипедных препятствий.

Версия программы: 2014.09.23 Версия методики: 2014 © А. Журавлёв, МКВ

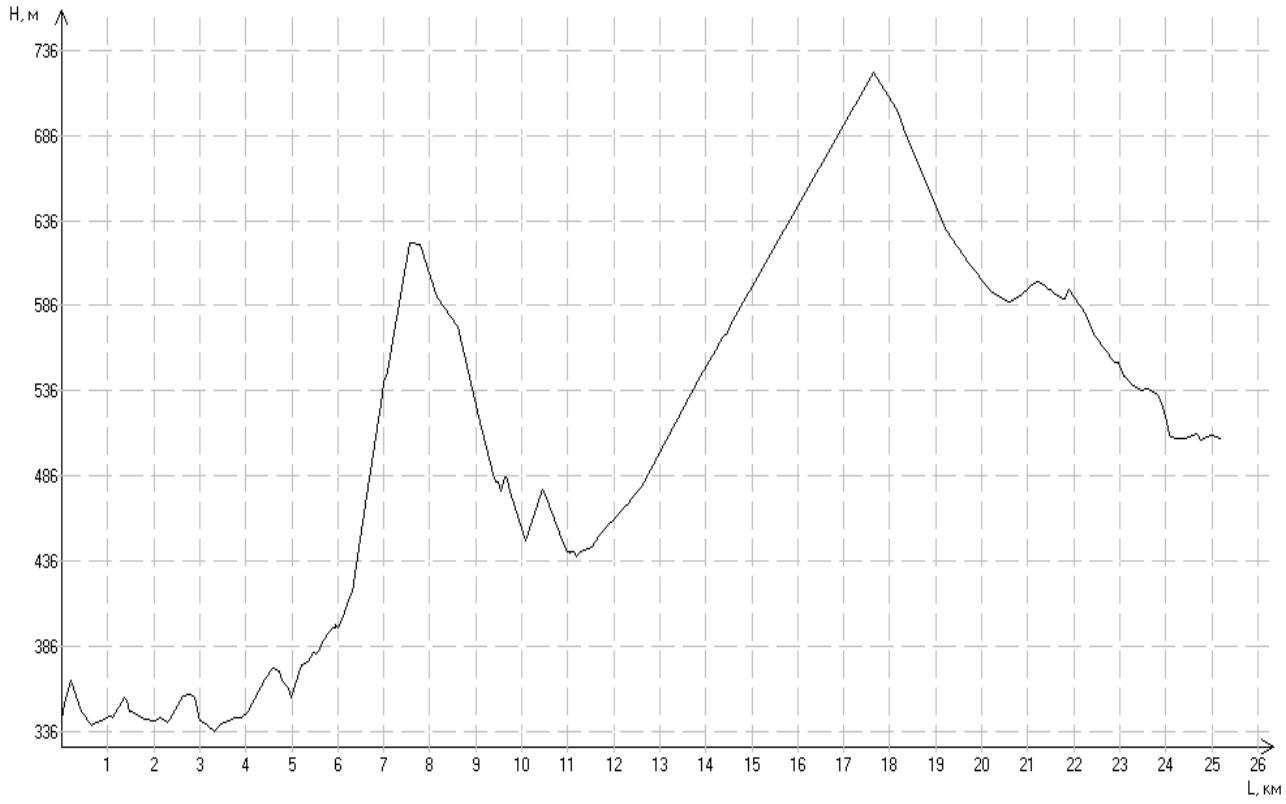
Авторы паспортов препятствий: *Алукаев К.В., Серганов С.А.*

Паспорт протяжённого препятствия ПП1

Общие сведения

Район: Россия, Челябинская область
Границы: оз. Тургояк — пос. Таганай
Время прохождения: начало мая 2014
Карта и трек препятствия:

Высотный профиль:



Параметры препятствия

Протяжённость препятствия: *25210 м*
Минимальная высота: *336 м*
Максимальная высота: *723 м*
Набор высоты: *714 м*
Сброс высоты: *550 м*

Расчёт КТ

Коэффициент покрытия (Кпк)

Характеристика покрытия

Длина участка	*Описание*	*Кпк*
6200	Грунт, Хор. качества, Мокрый [фото 1.1]	1.8
6900	Глина, Со множеством лок. препятствий, Мокрая [фото 1.2]	5.0
6540	Грунт, Со множеством лок. препятствий, Мокрый [фото 1.3]	3.6
5570	Грунт, Разбитый, Мокрый [фото 1.4]	2.5

Кпк = *3.30*

Коэффициент абсолютной высоты (Кв)

Район похода: *550 м*
Кв = *1.01*

Коэффициент набора высоты (Кнв)

Набор высоты: *714 м*
Кнв = *1.35*

Коэффициент протяжённости (Кпр)

Протяжённость препятствия: *25210 м*
Кпр = *1.25*

Коэффициент крутизны (Ккр)

Средний уклон подъёмов: *5.29%*
Средний уклон спусков: *4.90%*
Ккр = *1.40*

Сезонно-географический показатель (К*Г)

Температура: *19° C*
К = *1.0*
Географический фактор: *Малоблагоприятные районы*
Г = *1.1*

Категория трудности

КТ = Кпк * Кв * Кнв * Кпр * Ккр * К * Г
КТ = *3.30 * 1.01 * 1.35 * 1.25 * 1.40 * 1.0 * 1.1 = 8.66*

Препятствие соответствует IV категории трудности

Фотографии определяющих участков ПП1.

Фото 1.1

Фото 1.2

Фото 1.3

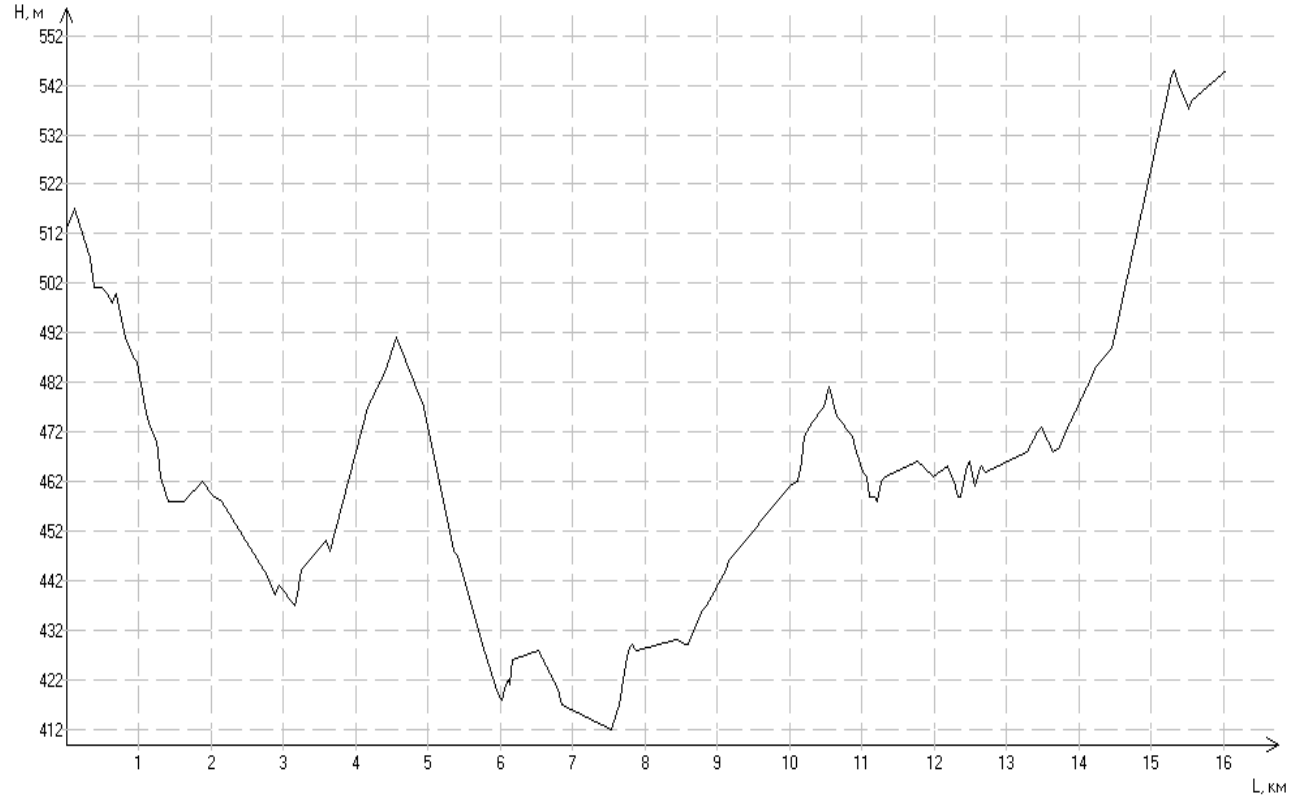
Фото 1.4

Паспорт протяжённого препятствия ПП2

Общие сведения

Район: Россия, Челябинская обл.
Границы: пос. Тургояк — выезд из г. Златоуст в сторону пос. Магнитка
Время прохождения: начало мая 2014
Карта и трек препятствия:

Высотный профиль:



Параметры препятствия

Протяжённость препятствия: *16043 м*
Минимальная высота: *412 м*
Максимальная высота: *545 м*
Набор высоты: *265 м*
Сброс высоты: *233 м*

Расчёт КТ

Коэффициент покрытия (Кпк)

Характеристика покрытия

Длина участка	*Описание*	*Кпк*
16043	Асфальт, Хор. качества, Мокрый [Фото 2.1]	1.0

Кпк = *1.00*

Фото 2.1

Коэффициент абсолютной высоты (Кв)

Район похода: *Южный Урал*
Кв = *1.00*

Коэффициент набора высоты (Кнв)

Набор высоты: *265 м*
Кнв = *1.13*

Коэффициент протяжённости (Кпр)

Протяжённость препятствия: *16043 м*
Кпр = *1.16*

Коэффициент крутизны (Ккр)

Средний уклон подъёмов: *2.87%*
Средний уклон спусков: *3.58%*
Ккр = *1.12*

Сезонно-географический показатель (К*Г)

Температура: *13° C*
К = *1.02*
Географический фактор: *Малоблагоприятные районы*
Г = *1.1*

Категория трудности

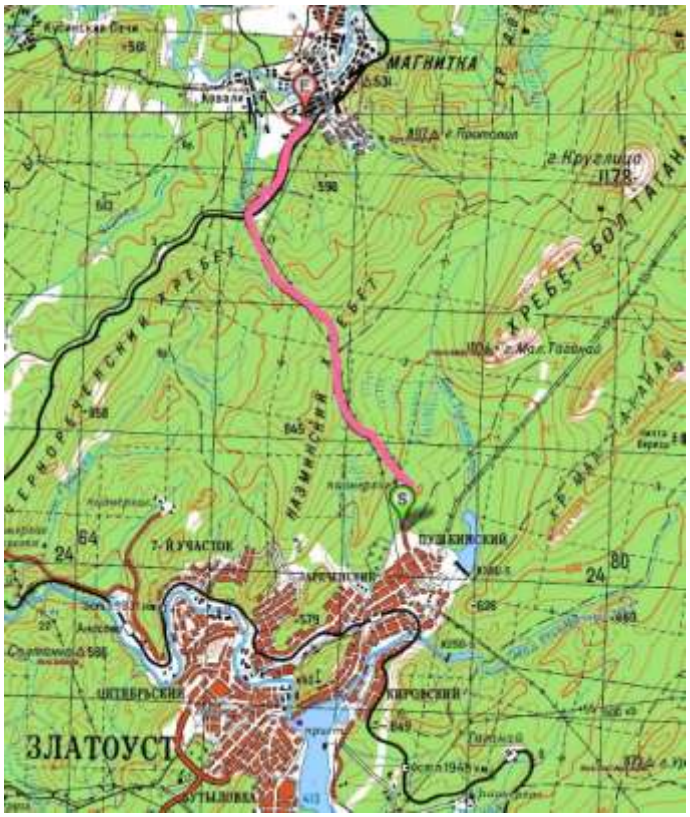
КТ = Кпк * Кв * Кнв * Кпр * Ккр * К * Г
КТ = *1.00 * 1.00 * 1.13 * 1.16 * 1.12 * 1.02 * 1.1 = 1.65*

Препятствие соответствует I категории трудности

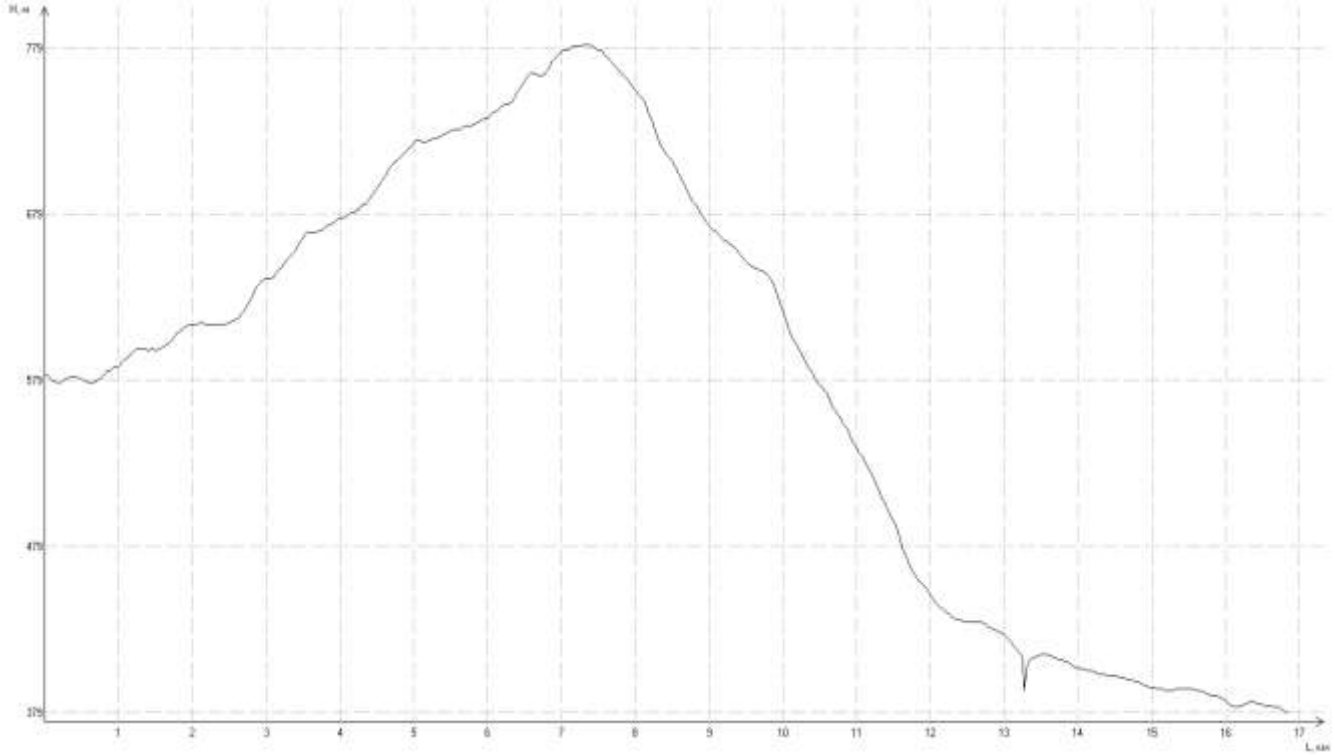
Паспорт протяжённого препятствия ППЗ

Общие сведения

Район: Россия, Челябинская область
Границы: г. Златоуст — пос. Магнитка
Время прохождения: начало мая 2014
Карта и трек препятствия:



Высотный профиль:



1. Параметры препятствия

Протяжённость препятствия: *16859 м*
Минимальная высота: *379 м*
Максимальная высота: *781 м*
Набор высоты: *243 м*
Сброс высоты: *445 м*

2. Расчёт КТ

Коэффициент покрытия (Кпк)

Характеристика покрытия

Длина участка	*Описание*	*Кпк*
16859	Грунт, Разбитый, Мокрый [Фото 3.1;3.2]	2.5

Кпк = *2.50*

Коэффициент абсолютной высоты (Кв)

Район похода: *Южный Урал*
Кв = *1.01*

Фото 3.1

Коэффициент набора высоты (Кнв)

Набор высоты: *243 м*
Кнв = *1.12*

Коэффициент протяжённости (Кпр)

Протяжённость препятствия: *16859 м*
Кпр = *1.17*

Коэффициент крутизны (Ккр)

Средний уклон подъёмов: *4.16%*
Средний уклон спусков: *5.45%*
Ккр = *1.17*

Фото 3.2

Сезонно-географический показатель (К*Г)

Температура: *13° С*
К = *1.02*
Географический фактор: *Малоблагоприятные районы*
Г = *1.1*

Категория трудности

КТ = Кпк * Кв * Кнв * Кпр * Ккр * К * Г
КТ = *2.50 * 1.01 * 1.12 * 1.17 * 1.17 * 1.02 * 1.1 = 4.34*

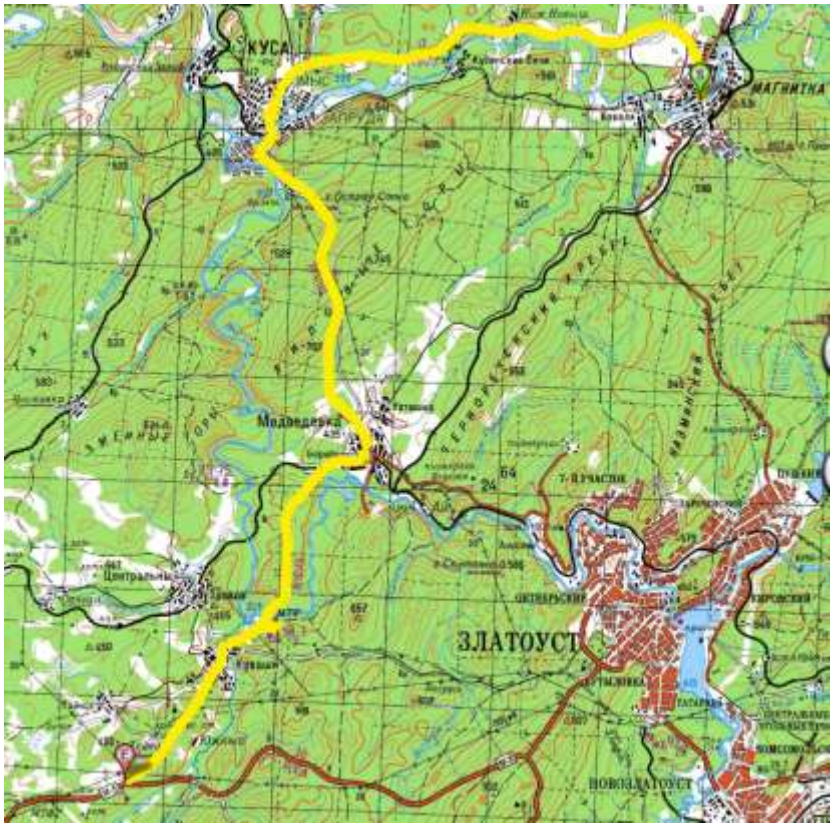
Препятствие соответствует III категории трудности

Паспорт протяжённого препятствия ПП4

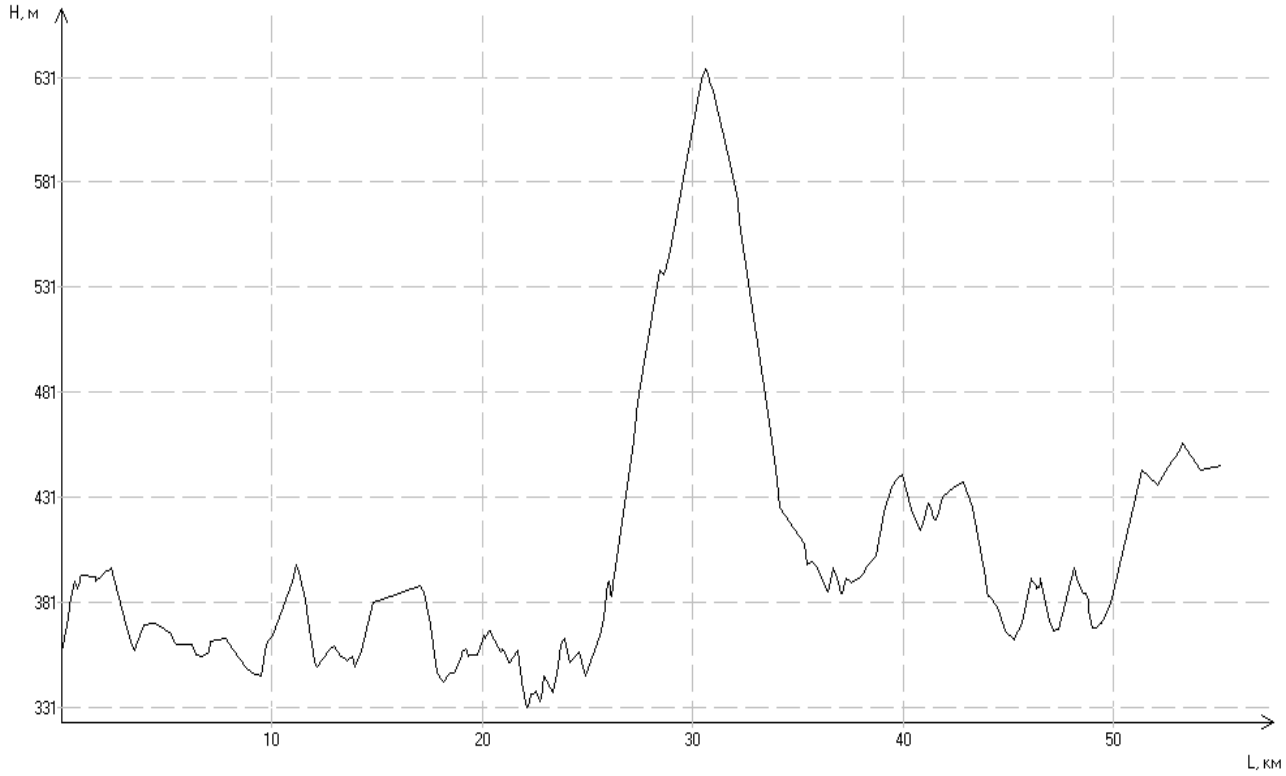
Общие сведения

Район: Россия, Челябинская область
Границы: пос. Магнитка - трасса М5

Карта и трек препятствия:



Высотный профиль:



Параметры препятствия

Протяжённость препятствия: *55126 м*
Минимальная высота: *331 м*
Максимальная высота: *635 м*
Набор высоты: *821 м*
Сброс высоты: *733 м*

Расчёт КТ

Коэффициент покрытия (Кпк)

Характеристика покрытия

Длина участка	*Описание*	*Кпк*
55126	Асфальт, Хор. качества, Сухой [Фото 4.1]	0.8

Кпк = *0.80*

Коэффициент абсолютной высоты (Кв)

Район похода: *Южный Урал*
Кв = *1.00*

Фото 4.1

Коэффициент набора высоты (Кнв)

Набор высоты: *819 м*
Кнв = *1.41*

Коэффициент протяжённости (Кпр)

Протяжённость препятствия: *55126 м*
Кпр = *1.55*

Коэффициент крутизны (Ккр)

Средний уклон подъёмов: *2.80%*
Средний уклон спусков: *3.10%*
Ккр = *1.09*

Сезонно-географический показатель (К*Г)

Температура: *16° C*
К = *1.01*
Географический фактор: *Малоблагоприятные районы*
Г = *1.1*

Категория трудности

КТ = Кпк * Кв * Кнв * Кпр * Ккр * К * Г
КТ = *0.80 * 1.00 * 1.41 * 1.55 * 1.09 * 1.01 * 1.1 = 2.12*

Препятствие соответствует II категории трудности

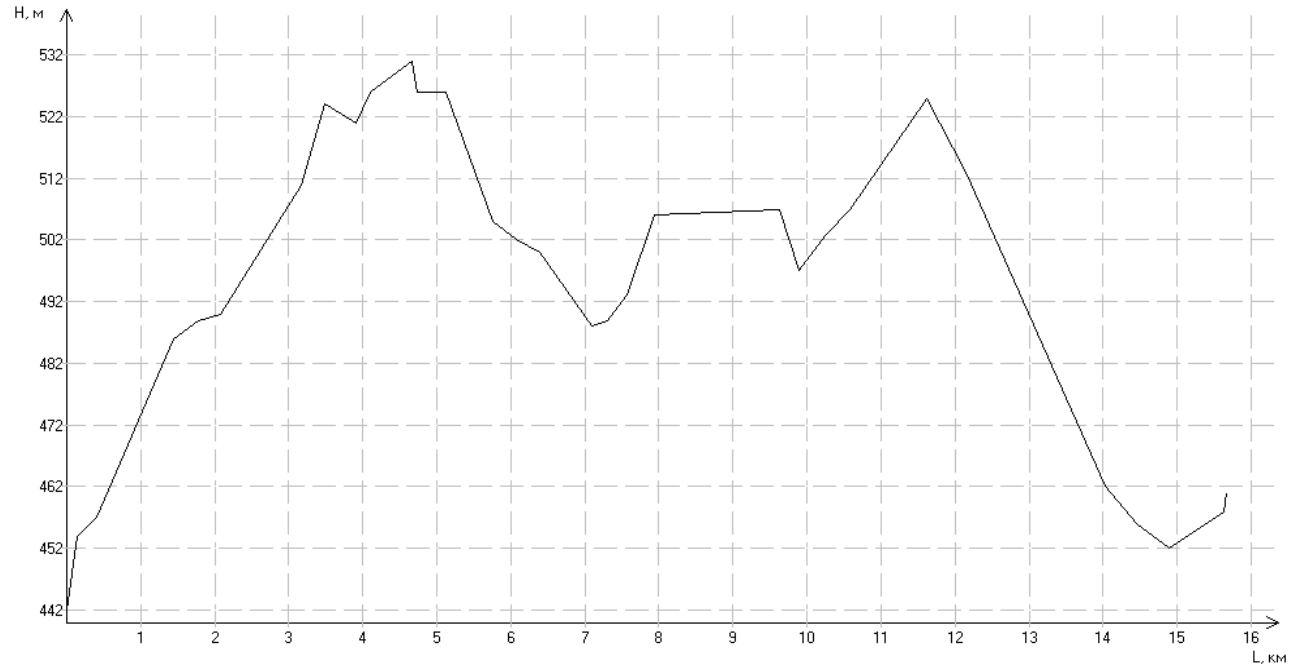
Паспорт протяжённого препятствия ПП5

Общие сведения

Район: Россия, Челябинская обл., респ. Башкортостан
Границы: поворот с М5 на пос. Куваши — поворот с М5 на пос. Зюраткуль

Карта и трек препятствия:

Высотный профиль:



Параметры препятствия

Протяжённость препятствия: *15666 м*
Минимальная высота: *442 м*
Максимальная высота: *531 м*
Набор высоты: *148 м*
Сброс высоты: *129 м*

Расчёт КТ

Коэффициент покрытия (Кпк)

Характеристика покрытия

Длина участка	*Описание*	*Кпк*
15666	Асфальт, Хор. качества, Сухой [Фото 5.1]	0.8

Кпк = *0.80*

Коэффициент абсолютной высоты (Кв)

Район похода: *Южный Урал*
Кв = *1.00*

Фото 5.1

Коэффициент набора высоты (Кнв)

Набор высоты: *148 м*
Кнв = *1.07*

Коэффициент протяжённости (Кпр)

Протяжённость препятствия: *15666 м*
Кпр = *1.16*

Коэффициент крутизны (Ккр)

Средний уклон подъёмов: *1.46%*
Средний уклон спусков: *2.16%*
Ккр = *0.98*

Сезонно-географический показатель (К*Г)

Температура: *25° С*
К = *1.10*
Географический фактор: *Малоблагоприятные районы*
Г = *1.1*

Категория трудности

КТ = Кпк * Кв * Кнв * Кпр * Ккр * К * Г
КТ = *0.80 * 1.00 * 1.07 * 1.16 * 0.98 * 1.10 * 1.1 = 1.18*

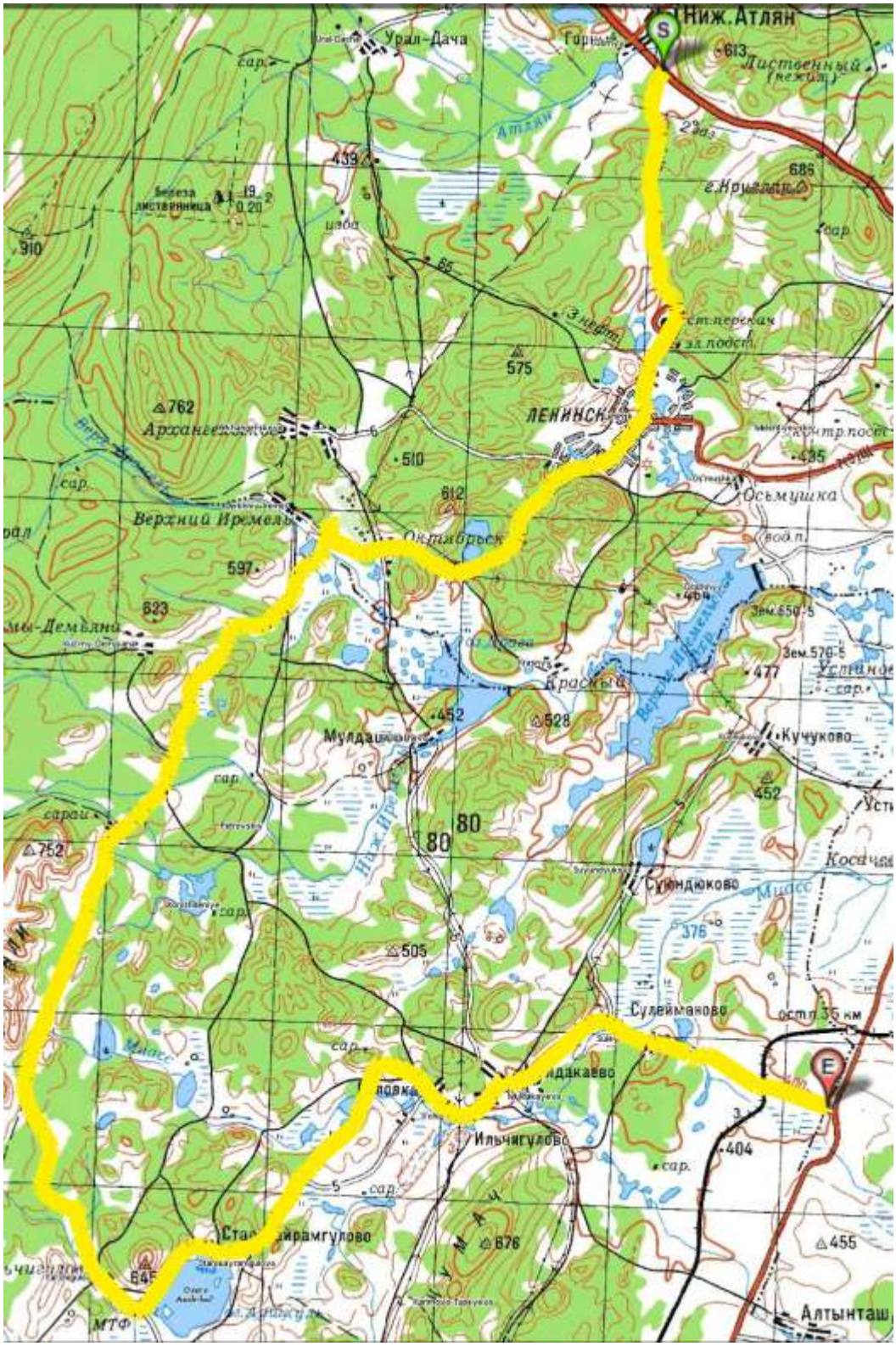
Препятствие соответствует I категории трудности

Паспорт протяжённого препятствия ПП6

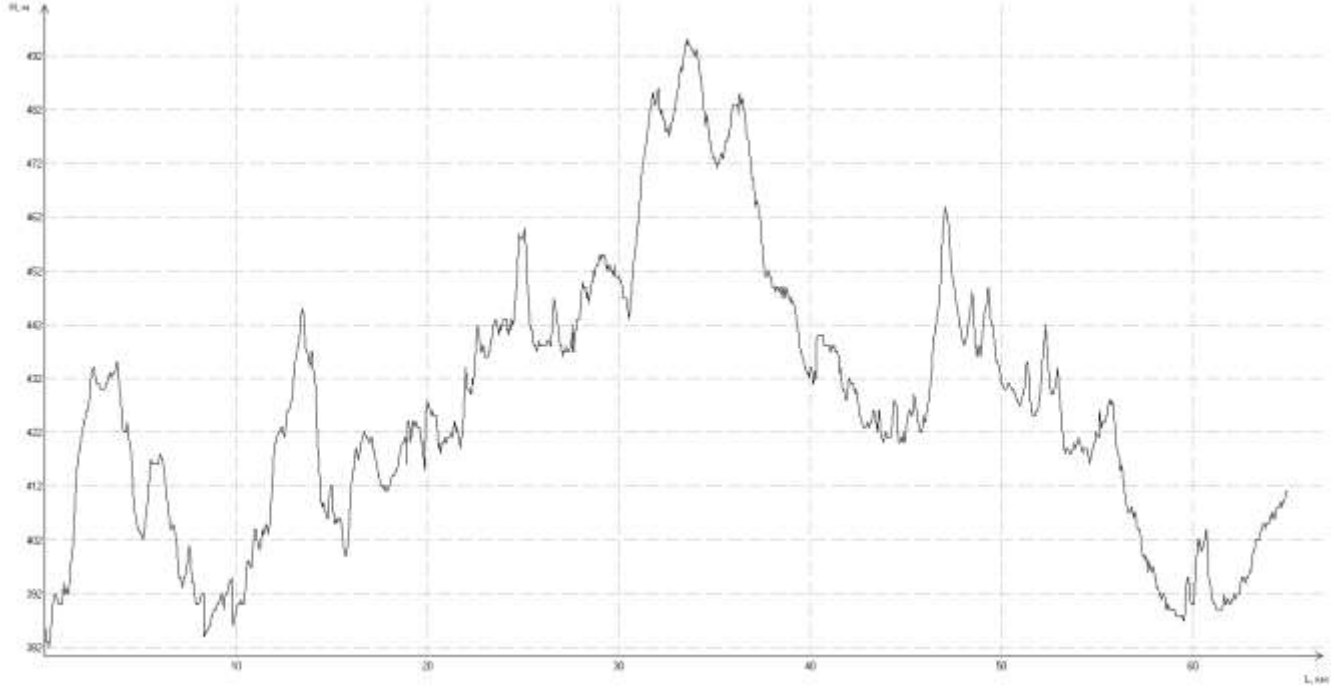
Общие сведения

Район: Россия, Челябинская обл., респ. Башкортостан
Границы: Трасса М5(Нижний Атлян) — граница Башкирии(Сулейманово)

Карта и трек препятствия:



Высотный профиль:



3. **Параметры препятствия**

Протяжённость препятствия: *64991 м*
Минимальная высота: *382 м*
Максимальная высота: *495 м*
Набор высоты: *712 м*
Сброс высоты: *686 м*

4. **Расчёт КТ**

Коэффициент покрытия (Кпк)

Характеристика покрытия

Длина участка	*Описание*	*Кпк*
19110	Грунт, Хор. качества, Мокрый *(М5 – Верхний Иремель)* [Фото 6.1]	1.8
23667	Грунт, Разбитый, Мокрый *(Верхний Иремель – оз.Аушкуль)* [Фото 6.2;6.3]	2.5
22214	Грунт, Хор. качества, Сухой *(оз.Аушкуль - граница Башкирии)* [Фото 6.4]	1.2

Кпк = *1.85*

Коэффициент абсолютной высоты (Кв)
Район похода: *Южный Урал*
Кв = *1.00*

Коэффициент набора высоты (Кнв)
Набор высоты: *712 м*
Кнв = *1.36*

Коэффициент протяжённости (Кпр)
Протяжённость препятствия: *64991 м*
Кпр = *1.65*

Коэффициент крутизны (Ккр)
Средний уклон подъёмов: *3.20%*
Средний уклон спусков: *3.18%*
Ккр = *1.04*

Сезонно-географический показатель (К*Г)
Температура: *19° С*
К = *1.0*
Географический фактор: *Малоблагоприятные районы*
Г = *1.1*

Категория трудности
КТ = Кпк * Кв * Кнв * Кпр * Ккр * К * Г
КТ = *1.85 * 1.00 * 1.36 * 1.65 * 1.04 * 1.0 * 1.1 = 4.75*

Препятствие соответствует III категории трудности

Фотографии определяющих участков ПП6

Фото 6.1

Фото 6.2

Фото 6.3

Фото 6.4

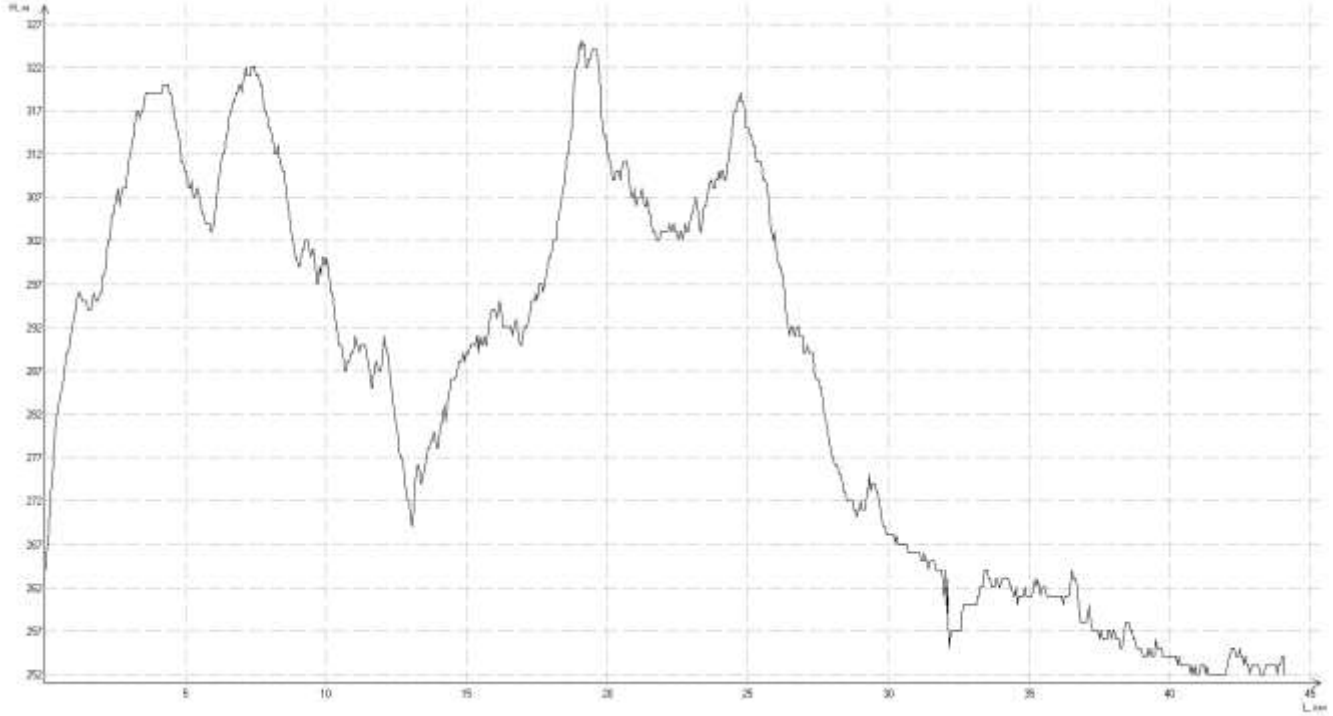
Паспорт протяжённого препятствия ПП7

Общие сведения

Район: Россия, Челябинская область
Границы: пос. Варламово — село Поляновка

Карта и трек препятствия:

Высотный профиль:



5. **Параметры препятствия**

Протяжённость препятствия: *44144 м*
Минимальная высота: *252 м*
Максимальная высота: *325 м*
Набор высоты: *295 м*
Сброс высоты: *307 м*

6. **Расчёт КТ**

Коэффициент покрытия (Кпк)

Характеристика покрытия

Длина участка	*Описание*	*Кпк*
44144	Грунт, Хор. качества, Сухой	1.2

Кпк = *1.20*

Коэффициент абсолютной высоты (Кв)

Район похода: *307 м*
Кв = *1.00*

Фото 7.1

Коэффициент набора высоты (Кнв)

Набор высоты: *295 м*
Кнв = *1.15*

Коэффициент протяжённости (Кпр)

Протяжённость препятствия: *44144 м*
Кпр = *1.44*

Коэффициент крутизны (Ккр)

Средний уклон подъёмов: *2.47%*
Средний уклон спусков: *2.50%*
Ккр = *0.99*

Сезонно-географический показатель (К*Г)

Температура: *27° С*
К = *1.16*
Географический фактор: *Малоблагоприятные районы*
Г = *1.1*

Категория трудности

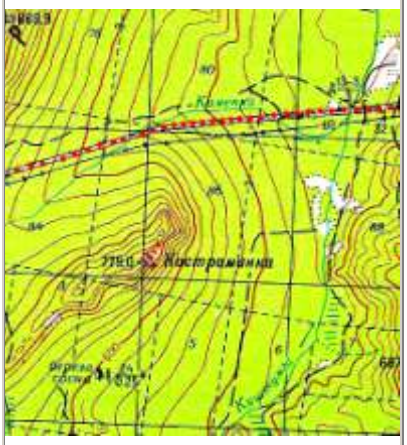
КТ = Кпк * Кв * Кнв * Кпр * Ккр * К * Г
КТ = *1.20 * 1.00 * 1.15 * 1.44 * 0.99 * 1.16 * 1.1 = 2.51*

Препятствие соответствует II категории трудности

БАЛЬНАЯ ОЦЕНКА СЛОЖНОСТИ ПОХОДА

Расчет эквивалентного пробега по ЛП

Переправы

Местоположение	Кол-во	Характеристика препятствия	эквива-лент, км
р.Куштумга	1	**2б** Навесная переправа	80
р.Каменка 	2	**1а** Для организации переправы требуются усилия не менее 2-3 человек	20

Коэффициент эквивалентного пробега:

Кэп i / дни	0,8	1	1,2	1,8	∑
1	20,5	5,7		4,8	31
2				10,22	10,22
3	14,3	14,31		4,19	32,8
4	46,8	3,5			50,3
5	32,9	12,6			45,5
6	35,5	13,1			48,6
7	35,75	18,33	1,28		55,36
8			23,67		23,67
9	38,66	37,74			76,4
10	3,05	68,63			71,68
∑	227,46	173,91	24,95	19,21	**Lф**=445,53
Кэпi	0,40843	0,390344	0,067201	0,077611	0.943586

Кэп = Кэп1*μ1 + Кэп2*μ2 + ... + Кэп n*μn

Кэп = 227,46/445,53*0,8+173.91/445,53*1+24.95/445,53*1,2+19.21/445,53*1,8=0,41+0,39+0,12=**0,94**

Интенсивность прохождения маршрута

I = (Lф*Кэп + ЛП)*Тн / Тф*Lн

I = ((445,53*0,944+100)*10)/(10*500)=**1.04**

Показатель автономности

A = A1*μ1 + A2*μ2 + ... + An*μn

A = (3*1+5*0,8)/8=**0,88**

Примечание: 3 суток — середина первого дня — середина третьего дня; восьмой день

Сумма баллов за препятствия

Протяженное препятствие	Категория трудности	Баллы
пос. Тургояк — выезд из г. Златоуст	1	1,65
поворот с М5 на пос. Куваши — поворот с М5 на пос. Зюраткуль	1	1,18
Итого: 2,83=> по таб.2 **2,83 балла**		
пос. Магнитка - трасса М5	2	2,12
пос. Варламово — село Поляновка	2	2,51
	2	
Итого: 4,63=> по таб.2 **4,63 балла**		
г. Златоуст — пос. Магнитка	3	4,34
Трасса М5(Нижний Атлян) — граница Башкирии(Сулейманово)	3	4,75
Итого: 9,09 => по таб.2 **9,09 баллов**		
оз. Тургояк — пос. Таганай	4	8,66
Итого: 8.66 => по таб.2 **8,66 баллов**		
∑(П)=25,21		

КС=П*I*A = 25,21*1.04*0.88= **23,1**

Протяженность, продолжительность, сумма баллов и набор препятствий маршрута соответствует походу 3КС

На маршруте присутствует препятствие 4КС следовательно

маршрут можно оценить как:

3 с эл. 4 КС

ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПРИ ПОДГОТОВКЕ К ПОХОДУ

Отчет о 6-ти дневном велопоходе по Южному Уралу:
http://mvg99.narod.ru/veloTurgojk.htm

ПВД вокруг оз.Тургояк:
http://www.liveinternet.ru/users/iwinter/post111323028/
http://www.spoofi.ru/2011/08/24/velopoezdka-vokrug-ozera-turgoyak/

Велопоход 3-й (4-й на самом деле) категории сложности по Южному Уралу, совершённого туристами Челябинского турклуба "Родонит" с 15 по 24 сентября 2007 года:
http://www.velochel.ru/travels/2007/su

Велопоход по Южному Уралу 21 - 27 июля 2002 года
http://paul-garvey.narod.ru/foto/2002/ural/ural.html

Таганай - п.Александровка. Велопоход 29-30 мая 2009 http://kurvets.livejournal.com/3046.html

Велопоход по Южному Уралу, 8-19 августа 2010
http://tourclub-perm.ru/dnevniki_pokhodov/velo_zuratkul_nurguzh_iremel/

Велопоход Озёра Южного Урала 6 - 15 июня 2011 г
http://kedr.marshruty.ru/Travels/Travel.aspx?TravelID=fb200ac6-3dd0-4885-a409-9a2f56428f0b

Отчет о велосипедном туристском спортивном походе четвертой категории сложности по Южному Уралу совершенном с 10 августа по 23 августа 2005 г.:
http://shatuni.narod.ru/ural.htm

Велопоход Зюраткуль-Иремель:
http://www.southural.ru/articles/305

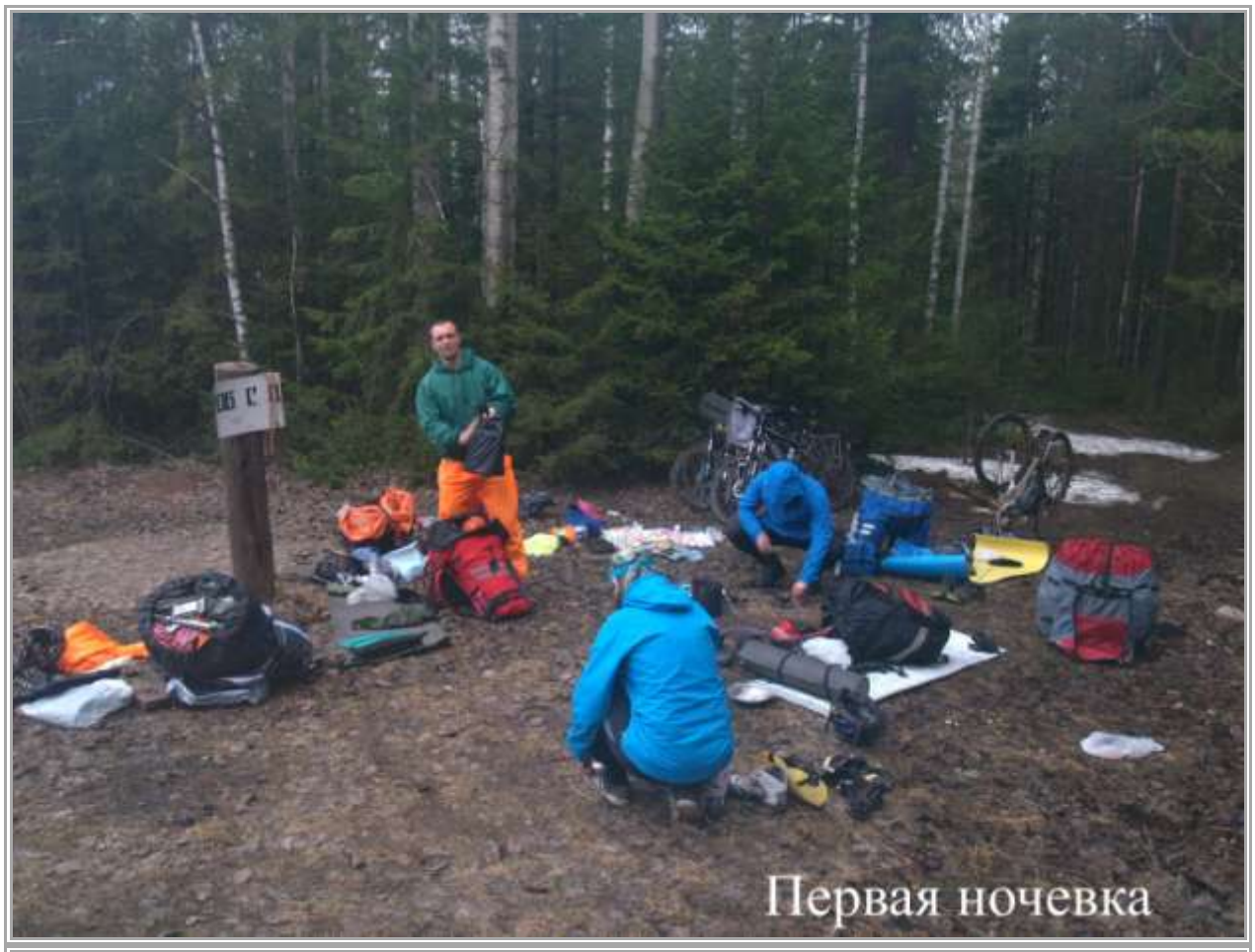
Отчет о походе по Южному Уралу. Июнь 2007:
http://bike.veloradar.ru/yuzhnyy-ural---2009-224.html

ФОТООТЧЕТ

В аэропорту в Москве

На берегу озера Тургояк

Дорога от Тургояка до Златоуста



Первая ночевка

Переправа

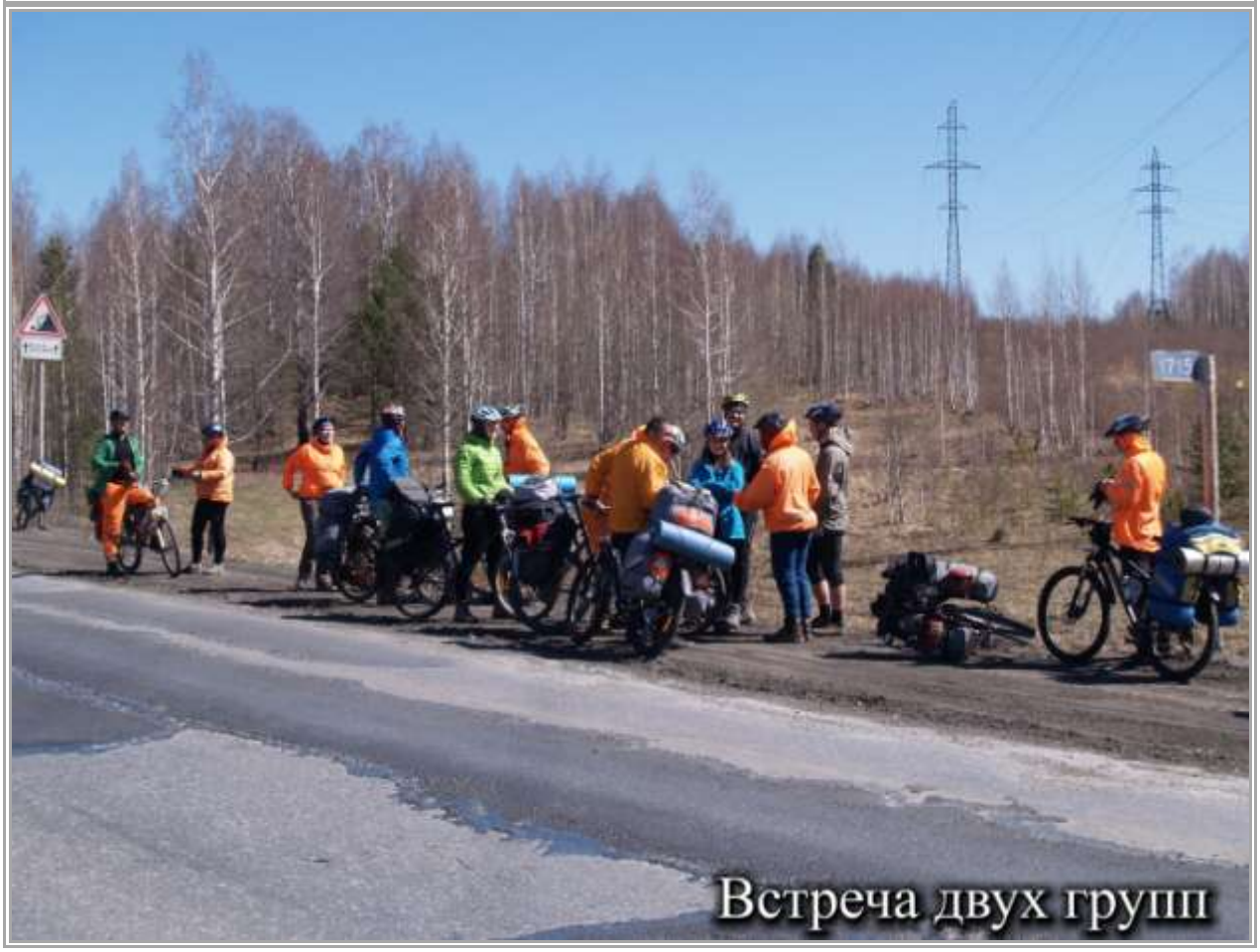
Въезд в заповедник "Таганай"

Ночевка в заповеднике

Златоуст

КУСА

Выезд на М5



Встреча двух групп

Дорога на Зюраткуль

Дорога на Зюраткуль

оз. Зюраткуль

Поворот на Ленинск с трассы М5

Дорога на Ленинск

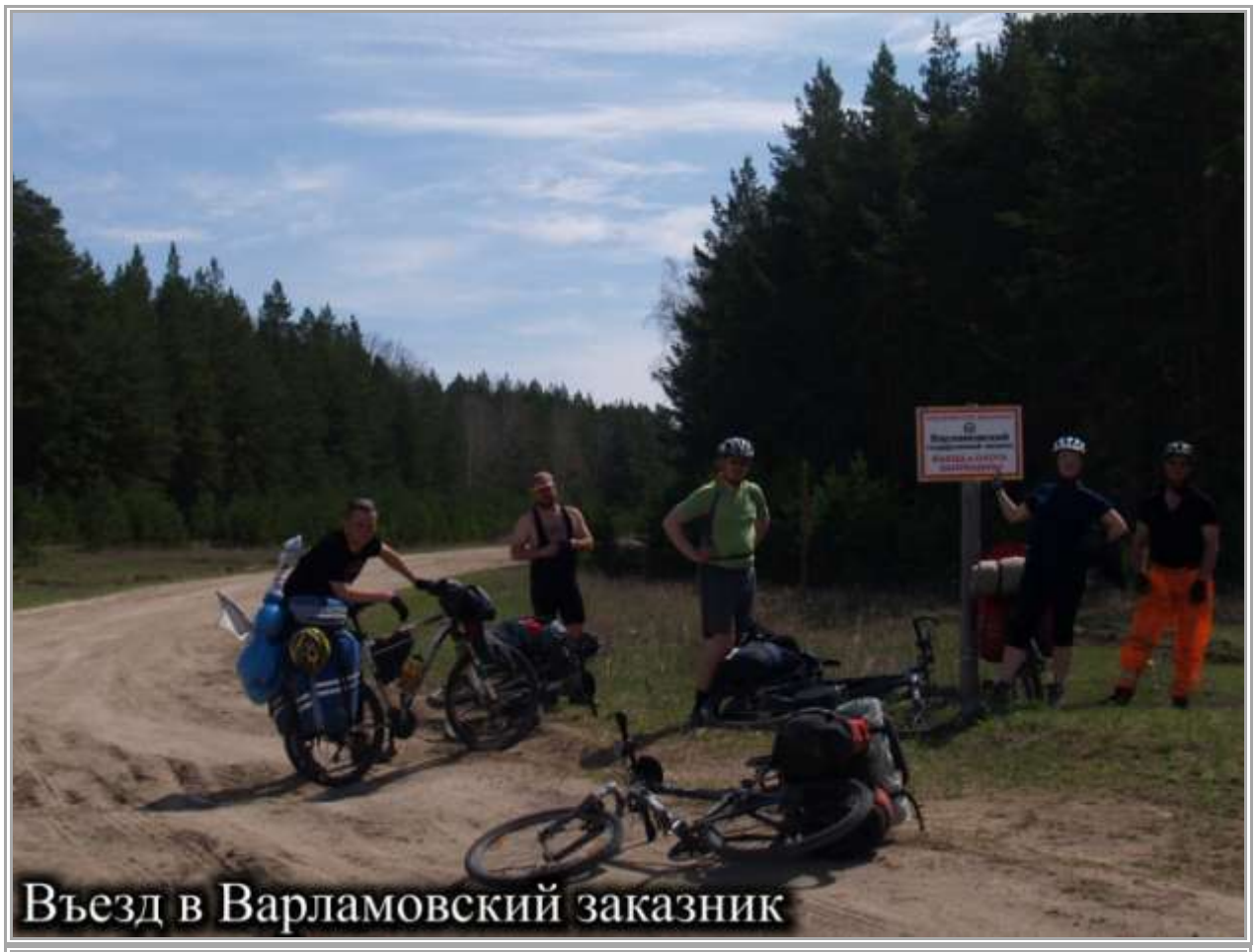
Дорога вокруг оз.Аушкуль

Дорога на Сулейманово

КРЫЖ ОВКА

Очередная ночевка

д. Варламово



Въезд в Варламовский заказник

Бродик перед с. Поляновка