

МОСКОВСКИЙ КЛУБ ВЕЛОТУРИСТОВ

ОТЧЁТ

о прохождении велосипедного
туристского спортивного маршрута
I с эл. II категории сложности
по Тверской области

Сроки проведения:
с 1 по 5 мая 2019 года.

Маршрутная книжка: № 1/5 – 107 (ФСТ-ОТМ)

Руководитель группы: Журавлёв Антон Владимирович

Адрес: г. Красногорск Моск. обл., ул. Пионерская, д. 7, кв. 12

Тел.: (495) 561-07-12

e-mail: cybercrane@mail.ru

Маршрутно-квалификационная комиссия ФСТ-ОТМ рассмотрела отчёт и считает, что маршрут может быть зачтён всем участникам и руководителю ___ категорией сложности.

Отметка об использовании в библиотеке _____

Судья по виду

_____ (_____)

Председатель МКК

_____ (_____)

Штамп МКК

Красногорск, 2019 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Справочные сведения.....	2
1.1 Проводящая организация.....	2
1.2 Выпускающая МКК.....	2
1.3 Сроки проведения.....	2
1.4 Регион проведения.....	2
1.5 Нитка маршрута.....	2
1.6 Определяющие факторы маршрута.....	2
1.7 Перечень маршрутных треков.....	2
1.8 Перечень протяжённых препятствий.....	2
1.9 Список участников.....	3
1.10 Дополнительные материалы и ссылки.....	4
1.11 Параметры маршрута на момент заявки в МКК.....	5
2. Характеристика района.....	6
2.1 Общая полезная информация о регионе.....	6
2.2 Перечень интересных культурных, исторических и природных объектов.....	6
2.3 Заезд и выезд с маршрута.....	9
2.4 Аварийные варианты схода с маршрута.....	10
3. Общая характеристика пройденного маршрута.....	10
3.1 Цели прохождения маршрута.....	10
3.2 Особенности пройденного маршрута.....	10
3.3 Новизна.....	10
3.4 Стратегия маршрута.....	10
3.5 Изменения маршрута.....	11
3.6 Случаи оказания медицинской помощи.....	11
3.7 Изменения состава участников.....	11
3.8 Использование незаявленных в МКК средств передвижения.....	11
4. Графики движения.....	11
5. Техническое описание прохождения маршрута.....	12
5.1 Погодные условия во время прохождения маршрута.....	18
6. Категория сложности пройденного маршрута.....	19
6.1 Интенсивность прохождения маршрута.....	19
6.2 Автономность маршрута.....	21
6.3 Показатель сложности маршрута.....	21
6.4 Категорирование маршрута.....	22
7. Дополнительные сведения о маршруте.....	23
7.1 Перечень средств передвижения и случаи ремонта на маршруте.....	23
7.2 Перечень запчастей и инструментов.....	23
7.3 Перечень общественного снаряжения.....	24
7.4 Состав медицинской аптечки.....	25
8. Итоги, выводы, рекомендации.....	27
9. Приложения.....	27

1. Справочные сведения

1.1 Проводящая организация

ООО МКВ, УТП НУ школы турподготовки

1.2 Выпускающая МКК

Группа была допущена к маршруту маршрутно-квалификационной комиссией: ФСТ-ОТМ (Москва).

Номер маршрутной книжки: 1/5-107

1.3 Сроки проведения

Маршрут пройден в сроки с 01.05.2019 по 05.05.2019.

1.4 Регион проведения

Страна: Россия

Район: Тверская область

Часовой пояс по стандарту UTC: 3

1.5 Нитка маршрута

Вышний Волочёк - Лужниково - Есиновичи - Б. Вишенье - Б. Кузнечково - Торжок - Альфимово - Кумордино - Тверь

1.6 Определяющие факторы маршрута

Продолжительность: 5 дн.

Протяжённость маршрута: 306 км

1.7 Перечень маршрутных треков

№ п/п Наименование Длина, км Дата загрузки

1. [Фактический трек](#) 306.1 00:03:55 / 07.05.2019 г.

1.8 Перечень протяжённых препятствий

<i>№ п/п</i>	<i>Наименование</i>	<i>К.т.</i>	<i>Характеристика</i>	<i>Формальный признак</i>	<i>Статус</i>	<i>Авторство</i>
1.	равнинное Автодорога 28Н-0284	2	Камень, грунт, песок	фактический	утверждён	собственное
2.	равнинное Вдоль реки Рачайна	1	Мелкий камень	фактический	утверждён	собственное
3.	равнинное Автодорога 28Н-0283	2	Грунт, мелкий камень	фактический	утверждён	собственное

- | | | | | | |
|----|--|---|-------------------------------|-------------|-----------------------|
| 4. | равнинное ЮБ Вышневолоцкого вдхр. и урочище Гарь | 2 | Песок, мелкий камень, асфальт | фактический | утверждён собственное |
| 5. | равнинное Вдоль нижнего течения р. Повесть | 2 | Грунт, мелкий камень | фактический | утверждён собственное |

1.9 Список участников

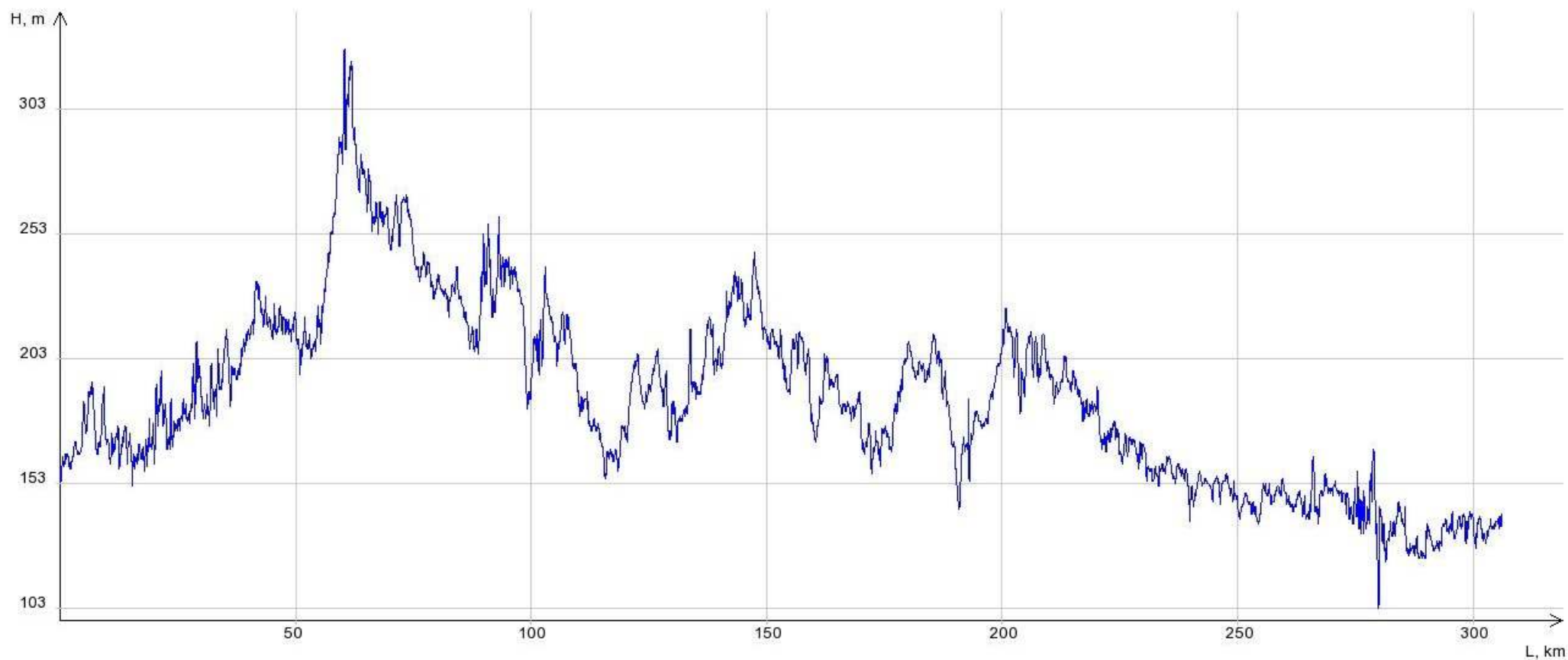
<i>№</i>	<i>Фамилия</i>	<i>Имя</i>	<i>Отчество</i>	<i>Дата рожд.</i>	<i>Пол</i>	<i>Контактные реквизиты</i>	<i>Тур. опыт</i>	<i>Обязанности</i>
1	Журавлёв	Антон	Владимирович	1983	М	cybercrane@mail.ru	5Р(Кольский п-ов), 6Р(Памир)	Руководитель, инструктор, штурман, хронометрист
2	Емельянов	Дмитрий	Станиславович	1975	М	emelyanov.free@mail.ru	ПВД	Завснар, финансист
3	Егорова	Лидия	Александровна	1964	Ж	lidia_e@mail.ru	ПВД	Завхоз, медик

1.10 Дополнительные материалы и ссылки

Обзорная схема маршрута:



Высотный профиль маршрута:



Фотографии с маршрута: <http://ancrane.ru/temp/tver2019/>

Материалы маршрута: <http://velotrex.ru/route.php?id=13>

Маршрутная книжка: http://velotrex.ru/attachments/1572510633_5dba9ba9ab2cd.pdf,

Последняя страница МК с отметкой о зачёте маршрута: http://velotrex.ru/images/1577388389_5e050965d678a.jpg

1.11 Параметры маршрута на момент заявки в МКК

Заявленная категория сложности: 1 с эл. 2

Заявленные сроки: с 01.05.2019 по 05.05.2019

Заявленная продолжительность: 5 дн.

Заявленная нитка маршрута: **Вышний Волочёк - Лужниково - Есиновичи - Б. Вишенье - Б. Кузнечково - Торжок - Альфимово - Кумордино – Тверь**

2. Характеристика района

2.1 Общая полезная информация о регионе

Восточно-Европейская равнина - обширная равнина в Восточной Европе, составная часть Европейской равнины. Простирается от побережья Балтийского моря до Уральских гор, от Баренцева и Белого морей — до Чёрного, Азовского и Каспийского. На северо-западе ограничена Скандинавскими горами, юго-западе — Судетами и другими горами центральной Европы, юго-востоке — Кавказом, а на западе условной границей равнины служит река Висла. Является одной из крупнейших равнин земного шара. Общая протяжённость равнины с севера на юг составляет более 2,5 тысяч км, а с запада на восток — около 1 тысячи км. Восточно-Европейская равнина состоит из возвышенностей с высотами 200—300 м над уровнем моря и низменностей, по которым текут крупные реки. Средняя высота равнины — 171 м, а наибольшая — 479 м — на Бугульминско-Белебеевской возвышенности в Предуралье.

2.2 Перечень интересных культурных, исторических и природных объектов

В познавательную программу входило:

- г. Торжок – старинный русский город

- храмы и усадьбы Тверской области

Перечень достопримечательностей с описаниями

Усадьба Горницы

Усадьба Горницы расположена в северо-восточной части Кувшиновского района, в 40 км от районного центра. С трех сторон усадьба окружена изгибом реки Поведь, которая в этом месте делает крутой поворот.

В первой половине 17 века Горницы принадлежали роду Кривских. Василий Григорьевич Кривский получил это имение в приданое за дочь Мусина-Пушкина, Ульяной Ильиной. После смерти В.Г. Кривского усадьба перешла во владение его вдове и дочери. В 1652 году по грамоте царя Алексея Михайловича поместье перешло Ивану Беклемишеву. При Никите Ивановиче Беклемишеве в 1702 году была построена деревянная церковь в честь Владимирской Божией Матери с приделом во имя Николая Чудотворца.

В 1789-1795 годах на средства Петра Васильевича Беклемишева была возведена двухэтажная каменная Владимирская церковь. Существует предположение, что автором проекта мог выступать Львов Н.А., поскольку некоторые декоративные и композиционные особенности этого здания позволяют предположить его авторство либо влияние его творчества на архитектора храма. Особенностью здания является то, что колокольня располагается не с западной стороны, как принято, а с южной. Верхний этаж ее – из колонн, что больше напоминает бельведер. Полукруглые арочные окна посередине с двумя колоннами выдают работу Н.А. Львова. Кроме того, на западном фасаде храма имеется полукруглый необычный выступ, который напоминает алтарь. У храма имеется подвальный этаж. В середине 18 века был разбит пейзажный парк.

После кончины Петра Васильевича имение перешло его вдове. Горницы принадлежали семейству Беклемишевых вплоть до начала 20 века. Незадолго до революционных событий усадьбу приобрел купец Пантюшкин.

Особенную ценность среди предметов, имевшихся в имении, представляла библиотека, собранная Беклемишевыми, упоминаемая после национализации в отчетах Тверского губернского комитета научных библиотек.

В настоящее время на территории усадьбы сохраняются остатки главного усадебного дома, несколько крестьянских домов, Владимирская церковь с частями валунной ограды и парк.

Баранья гора

Если ехать по Ленинградскому шоссе, то от г. Москвы до г. Кувшиново примерно 285км., потом по проселочной дороге 15 км до поселка Кунино. Самый удобный путь ехать по Ленинградскому шоссе до г. Торжка (будьте аккуратней до поворота, слева будет пост ДПС, и следите за разметкой она там не очень понятная). Поворот в город будет с левой стороны, потом едем прямо, через 3км. будет ж/д мост (перед мостом сбавляем скорость, так как весь мост разбит), после моста будет круг, сразу поворачиваем в первый правый поворот, потом проехав примерно 50м. поворачиваем налево (там будет висеть знак главная дорога). Едем прямо, проезжаем мост, через речку потом снова будет круг. На кругу вам нужно будем проехать по прямой, игнорируя правый поворот. Дорога будет вести вас на горку с поворотом на право. Далее нужно ехать все время прямо по Оставшескому шоссе. При въезде в Кувшиновский район будет стоять указатель. Едем до г. Кувшиново, там будет крестообразный перекресток, на нем поворачиваем направо и едем по сельской дороге. Надо

проехать три деревни и поселок Кузнечиково. Ехать нужно все время прямо при въезде в поселок Кунино, покажется сама гора, на ней стоит сам поселок и церковь Троицы Живоначальной. Церковь Троицы Живоначальной. Храм при всей его разрушенности производит большое впечатление. Каменная пятиглавая пятипрестольная церковь, построена в стиле классицизма по проекту архитектора В. П. Стасова. Холодные приделы: Никольский, Ильинский; тёплые: Казанский и иконы Богоматери Живоносный Источник. Расширилась в 1882. В советское время закрыта, снесена трапезная, ныне заброшена. Находится в тяжелом состоянии — обрушена кровля. Дата постройки последнего здания - 1832. План, пространственная композиция и даже размеры церкви очень близки к плану, композиции и размерам Спасо-Преображенского собора в Петербурге. Который был возведен по проекту Стасова в 1827–1829 гг. Различие состоит в том, что у петербургского собора один четырехколонный ионический портик с запада, тогда как у усадебной церкви их два, они тосканские и помещены по бокам, с севера и юга. По-другому обработаны и окна основного объема храма на Бараньей Горе. Все остальное очень похоже. В большей степени храм Троицы следует рассматривать как несколько пересмотренную и откорректированную авторскую копию знаменитого городского собора. Немного истории: Древний Тверской Валдай хранит много неразгаданных загадок... Например, интереснейшее место - район деревень Баранья Гора, Тавруево, Абабково, Божница, Таложня. Местные названия и предания до сих пор хранят память о далеких грозных событиях времен монголо-татарского нашествия. Зимой 1237 года полчища золотоордынских захватчиков, возглавляемые ханом Батыем, начали широкое наступление на русские земли. После пятидневной осады пала Рязань, в феврале взят Владимир, разграблены Ростов, Суздаль, Ярославль, Углич, Тверь и другие города. Казалось, что и сам Великий Новгород уже был в руках завоевателей. Кочевники осадили Торжок - последний крупный город на пути в новгородские земли, который мог оказать врагам сопротивление. Не получив помощи от новгородцев, его жители сражались мужественно, задержав неприятеля на две недели. Как считают современные исследователи, новгородская дружина, выступившая на помощь Торжку, появилась в этих краях, когда город уже пал. Остатки новоторжской дружины объединились с новгородцами в окрестностях древнего села Кунина современного Кувшиновского района. Именно здесь, предположительно, и произошла затяжная, упорная битва, продолжавшаяся около десяти дней. Поле сражения и прозвали с тех пор Браньей Горой, то есть местом, где происходила брань, сеча, затем возникшее здесь село стало Бараньей Горой. Это битва не нашла отражений в новгородских летописях, но оставила глубокий след в памяти народа, о ней рассказывают здесь и поныне. Жители окрестных селений и сейчас, спустя более семи столетий, находят древнее оружие, человеческие кости, следы пожара. До сих пор о прошлом хранится память: деревни Тавтуево и Абабково получили название по курганам, в которых, как рассказывают, похоронены татарские полководцы Таврул и Абаб. В деревне Божницы есть пруд, в воды которого по преданию, ушла церковь с людьми, окруженная кочевниками, но не сдавшаяся им. Местная летопись свидетельствовала о победе русского войска, но движение ордынцев на Новгород не остановилось. Полчища Батыя уже перевалили через Валдай, как вдруг неожиданно повернули обратно. Многие крупные историки - В.Н. Татищев, Н.М. Карамзин, С.М. Соловьев - каждый по-своему пытались толковать эту загадку истории. И все же до сих пор неясно, почему войска захватчиков отказались от похода на Новгород до которого оставалось 100 верст, всего 4 дня пути. Были ли тому причиной весенняя распутица, голод или непроходимые болота - неизвестно. Несомненно одно: героические битвы за Торжок, а затем у села Кунина не только задержали, но и настолько ослабили войска ордынцев, что этого оказалась достаточно для спасения Новгорода.

Пречисто-Каменка

Поселение на этом месте, вероятно, возникло в X–XII вв. на торговом пути из Новгорода в другие славянские земли. Вода в обмелевшей сегодня реке Каменке когда-то была настолько прозрачной, что хорошо просматривалось каменистое дно, – недаром находившееся на ее берегу село в летописи названо «Чистый Камень». Через поселение проходил старорусский тракт из Великого Новгорода до Осташкова, далее на Торжок или через Ржев на Смоленск. Здесь пролегал и ветвь летописного «Серегерского» (Селигерского) пути.

В Камеральном описании Новоторжского уезда сказано: «По преданиям прежде было сие место пустынею, на котором царь Иван Васильевич, проезжая в Зубцов, назначил быть городу, почему и поставлены кресты на тех местах, где быть церквам, от креста до креста сделан был земляной насыпной вал. После сего построена каменная церковь во имя Успения Богородицы и учреждена Собором и на оную дана жалованная грамота. Около тех мест, где поставлены кресты, и доныне бывает крестный ход в день Преполовения Господня».

В черновых записках Преображенского «Село Пречистая Каменка с остатком городка древних славян» говорится: «Здесь была некогда пустынь, а теперь стоят при всех дорогах 12 крестов, вытесанных из дикого камня красноватого цвета и поставленных во время какой-нибудь повальной болезни с целию отогнать морушку или мор силою крестною».

В документе (рукописи) «Пресветлая Звезда» за 1610 год, хранящемся в Тверском музее, упоминается Пречистенский мужской монастырь на Каменке. Пречистая Каменка в это время являлась монастырским селом и крупным торговым центром на тракте Вышний Волочек – Ржев.

В 1698 г. на погосте Пречисто-Каменке была выстроена каменная Успенская церковь с Успенским и Рождественским престолами.

Остатки старины Пречистой Каменки описаны археологом А. К. Жизневским (журнал «Древности», т. 6, вып. 2, 1876). В статье содержится описание городища, располагавшегося за огородами священнослужителей и представлявшего собой небольшое овальное возвышение (сопку) шириной более 7 саженей на расстоянии 80 саженей от церкви. На возвышении находился каменный крест, а рядом с сопкой – следы небольшого вала и рва. Местные крестьяне отсюда брали песок для своих нужд, при этом находили человеческие кости.

Согласно преданию, известному от старожил, на этом месте в давние времена было кладбище, стояла часовня, разрушенная в период литовского разорения. По мнению Жизневского, описанная сопка была остатками славянского городка, где впоследствии, как упоминается в предании, могло быть устроено кладбище.

На момент обследования А. К. Жизневским в селе Пречистая Каменка и на прилегающих к нему землях оставалось 11 каменных крестов. Виденные им 4 креста имели около аршина в высоту и были толщиной более 6 вершков. На вытесанных из красного гранита крестах был изображен восьмиконечный крест и имелись надписи: «ЦРЬ СЛВЫ», с боков «ІСУС ХСО І.НЦУ».

Август Казимирович Жизневский приводит три предания, связанные с этими памятниками. Одно из них, подобное описанному в «Генеральных Соображениях по Тверской губернии», рассказывает о том, что эти кресты были поставлены царем Иваном Грозным и обозначали места, на которых должны быть построены церкви предполагаемого города. По другому преданию, царица, супруга Ивана Грозного, проезжая через Пречистую Каменку, почувствовала приближение родов. Она дала обет, что если родится сын и он останется жив, то на этом месте построит город. У царицы родилась дочь, и вместо города она поставила каменные кресты в тех местах, где предполагалось строительство храмов. Согласно третьему преданию, эти кресты были поставлены на захоронениях православных людей, погибших в период литовского разорения. Данные сведения сообщил местный священник Сергей Постников.

Вытесанные из гранита поклонные кресты – немые свидетели позабытых средневековых событий. До 1970–1980 гг. сохранилось лишь семь крестов, четыре креста были переданы в этнографический музей-усадьбу Василёво под Торжком.

К настоящему времени установлено, что подобные каменные знаки использовались в качестве своеобразных указателей на древних водных путях, в особенности на сложных участках. Вероятнее всего, по мнению исследователей, они связаны с Успенской мужской обителью, существовавшей здесь в XVI–XVII вв. Большинство сохранившихся преданий, известных старожилам, связывают происхождение памятников со временем правления Ивана Грозного.

В 1782 г. село Пречистая Каменка находилось в ведении государственной коллегии экономии. В нем, по сведениям 4-й ревизии, числилось 499 жителей обоего пола – 236 мужчин, 263 женщины.

В Списке населенных мест Тверской губернии за 1859 г. Пречистая Каменка значится как село казенное Новоторжского уезда при речке Каменке, в 28 верстах от уездного города Торжка. В селе числилось 78 дворов и 526 жителей обоего пола – 248 мужского и 278 женского. Указаны православная церковь и ярмарка.

На рубеже XIX и XX вв. село являлось центром прихода, а также волости Новоторжского уезда. По данным за 1884 г., в Пречисто-Каменскую волость входили 37 селений с 1 249 дворами, в которых числилось 6 972 жителя. В самом селе было 94 двора с 549 жителями. В селе располагались земское училище, питейное заведение, мельница. Жители занимались различными промыслами, здесь были кузнецы, красильщики, скорняки, слесари, тряпичники.

В 1940 г. село Пречисто-Каменка являлось центром Пречисто-Каменского сельсовета в составе Каменского района Калининской области.

По данным на 1997 г. в селе было 95 хозяйств и 246 жителей. На территории села располагались: администрация сельского округа, центральная усадьба колхоза имени М. И. Калинина, Дом культуры, неполная средняя школа, отделение связи и сберкасса, магазин.

Торжок

Торжок — один из старейших городов России. Точная дата его возникновения не известна. Считается, что город был основан новгородскими купцами на рубеже X—XI веков. В пользу этого свидетельствуют результаты археологических раскопок. Первое же достоверное письменное упоминание Торжка найдено в Новгородской летописи и относится к 1139 году.

Историческое название города Новый Торг.

Оно посвящено захвату города суздальским князем Юрием Долгоруким:

«Въ лѣтѣ 6647. ...и разгнѣвася Гюрги, идя опять Суждалю, възя Новыи търгъ.»

Жители города называют себя «новоторы»

Название города происходит от слова «торг». В древности здесь устраивали торговлю купцы соседних княжеств и других государств. Начиная с XII века в летописях встречаются названия «Новый Торг» и «Торжок». Последнее закрепилось в языке и стало официальным названием города. Несмотря на это, в современной топонимике одновременно с прилагательным «торжокский» используется и вариант «новоторжский», а само названием жителей города по сей день остаётся «новоторы».

В начале XV века чеканилась собственная серебряная монета «деньга новоторжская»

С самого своего зарождения город оказался в центре экономической и политической жизни древней Руси. На протяжении столетий Торжок играл ведущую роль в защите южных пределов Новгородской вечевой республики, являясь одновременно важнейшим торговым центром. «Торжок, состоя всегда во владении Новгородцев, был пограничным городом и смежным с владениями Владимирских, Суздальских и потом Тверских князей, а иногда от Новгородцев отдаван был во владение разным князьям, удерживая, однако, и тогда республиканское правление, во время же ссор у Российских князей с Новгородцами и с удельными Новоторжскими князьями, не редко подвержен был осадам и разорениям.

Торжок старше Москвы.

Роль города как важного торгового пункта на Тверце особенно возросла при Петре Первом, когда для перевозки грузов в строящийся Петербург была сооружена Вышневолоцкая водная система, в которую вошла река Тверца. Город и его уезд поставляли в новую столицу зерно, муку, пеньку, кожи, строительные материалы. В то же время Торжок являлся одной из важнейших почтовых станций на «государевой дороге». В связи с проездом через Торжок Екатерины II срочно строился Путевой дворец. Дворец состоял из основного здания и двух флигелей. Все здания построены в стиле екатерининского классицизма. Возникла Дворцовая площадь, окаймлённая рядом зданий административного назначения. XVIII век в истории Торжка знаменуется большим строительством.

В 1742 году произошёл исключительный по своим размерам пожар, уничтоживший почти все жилые дома с надворными постройками, а также древнюю кремлёвскую стену с 11 башнями. В 1767 году после опустошительного пожара, возникшего от удара молнии в воеводскую канцелярию, в городе началось большое строительство по утвержденному правительством плану. Пожаром были уничтожены многие церкви, торговые ряды, многочисленные амбары, лучшие строения центральной части города и сотни обывательских домов. Новгородским городским управлением на дело восстановления Торжка было отпущено 50000 рублей сроком на 4 года. К этому времени относится начало строительства гостиного двора (Торговых рядов), которое продолжалось и в XIX веке. Центр застраивался особняками дворян и именитых купцов. В 1774 году был построен каменный мост через ручей Здоровец, действовал сооружённый ещё в XVII веке плотником Арбузовым самотечный водопровод из деревянных труб.

Во второй половине XIX века постройка Николаевской железной дороги, а также начало эксплуатации Мариинской водной системы повели к сокращению движения через Торжок, и он потерял своё былое торговое значение. Уезд в это время оставался сельскохозяйственным. К 1917 Торжок был тихим провинциальным купеческим городком.

Мужское население занималось портняжным, сапожным и кузнечным делом, а одним из женских промыслов было изготовление кирпича. Торжок ставился мастерицами-вышивальщицами. Кружевное шитьё золотом, серебром и шёлком по сафьяну и бархату - это древнейшее ремесло процветало в городе с XIII века. Вышивальщицы из Торжка издавна украшали золотой вышивкой царские парадные одежды, церковные облачения и одежды митрополитов. Вышивки отличались разнообразием узоров, где кроме растительных орнаментов изображались птицы и животные. Торжокская вышивка пользовалась огромным спросом: приезжие приобретали здесь пояса, шапки, скатерти, полотенца, праздничную одежду. Шитье золотом бархатные салфетки были постоянным экспонатом всероссийских выставок.

Торжок имеет весьма необычный герб, который был утверждён высочайшим указом в 1780 году: "В голубом поле 3 серебряные и 3 золотые голубя, имеющие красные ошейники". По преданию, Екатерина II, посетившая Торжок, обратила внимание на обилие в городе голубей и приказала поместить изображение этой птицы в уездный герб.

2.3 Заезд и выезд с маршрута

Заезд на маршрут осуществлялся электропоездами Москва-Тверь и Тверь-Вышний Волочёк. Выезд с маршрута – электропоездом Тверь-Москва.

2.4 Аварийные варианты схода с маршрута

Удобный вариант схода с маршрута – на электропоезде Торжок-Тверь. Кроме того, теоретически возможен сход практически в любой точке маршрута, т.к. весь маршрут проложен по используемым автодорогам с различной интенсивностью автотрафика.

3. Общая характеристика пройденного маршрута

3.1 Цели прохождения маршрута

- учебная (маршрут являлся учебно-тренировочным походом отделения начального уровня школы велотуристской подготовки)
- спортивная (участие в чемпионате по туристским маршрутам)
- исследовательская (освоение района, категорирование протяжённых препятствий)
- познавательно-рекреационная (ознакомление с местными достопримечательностями, активный отдых)

3.2 Особенности пройденного маршрута

Маршрут проложен таким образом, чтобы исключить движение группы по дорогам с повышенным автотрафиком (крупным автотрассам). При этом на маршруте представлен широкий спектр видов дорожных покрытий, а также довольно пересечённый рельеф. Всё это характеризует пройденный маршрут как хорошо приспособленный под прохождение новичками велосипедного туризма, и в то же время позволяющий отработать технику движения по различным видам покрытий и рельефу.

Перед прохождением маршрута группа в соответствии с новыми требованиями по безопасности СП была зарегистрирована в Тверском отделении МЧС посредством сайта <https://www.mchs.gov.ru/> через специальный сервис. **На всём протяжении маршрута сотрудники областного МЧС по несколько раз в день звонили руководителю и уточняли координаты и состояние группы**, что довольно напрягало. Повышенное внимание, видимо, было вызвано относительной новизной сервиса.

3.3 Новизна

Регион проведения маршрута для велотуризма можно охарактеризовать как хорошо освоенный. Однако велосипедных туристских маршрутов, проходящих непосредственно по районам проведения похода, в доступных источниках найдено не было. Все протяжённые препятствия пройдены (в рамках туристского спортивного велосипедного маршрута) и категорированы впервые.

3.4 Стратегия маршрута

Стратегический план прохождения маршрута разрабатывался на основе следующих сведений и заключений:

- все предполагаемые дороги для движения по маршруту изучены по различным картографическим материалам (топокарты, схемы OSM, космоснимки), на маршруте предварительно выделены протяжённые препятствия, по ним произведён предварительный расчёт категории трудности.
- учёт предполагаемых возможностей группы исходя из результатов, показанных участниками группы на предподходных скатках, и из многолетнего опыта проведения учебно-тренировочных походов в школах велотуристской подготовки.
- заброска на маршрут для оптимизации логистики была разделена на два дня: с вечера 30 апреля осуществлён заезд в Тверь и размещение в гостевом доме “Адмирал” (ул. 1-я Трусова, д. 32, бронировался заранее), а утром 1 мая проведена заброска электропоездом Тверь-Вышний Волочёк.

3.5 Изменения маршрута

Изменения в маршруте отсутствуют.

3.6 Случаи оказания медицинской помощи

Случаи оказания медицинской помощи на маршруте отсутствовали, за исключением однократного применения кинезиотейпирования коленного сустава одного из участников. После наклеивания тейп-ленты болевые ощущения в колене исчезли.

3.7 Изменения состава участников

Изменения состава участников отсутствовали. Маршрут проходил параллельно с группами под руководством Д. Романова и Г. Боярова

3.8 Использование незаявленных в МКК средств передвижения

Случаи использования незаявленных в МКК средств передвижения на маршруте отсутствовали.

4. Графики движения

Сводная таблица графиков движения

№	Дата	Заявленный график			Запасной график			Фактический график		
		Путь	Время	Средство	Путь	Время	Средство	Путь	Время	Средство
1	01.05.2019	г. Вышний Волочёк - д. Хорево	55	велo				г. Вышний Волочёк - м.н. за д. Хорево	54.5	велo
2	02.05.2019	д. Хорево - д. Подольцы	75	велo				М.н. за д. Хорево - м.н. у д. Подольцы	76.5	велo
3	03.05.2019	д. Подольцы - под г. Торжок (с/т Строитель-1)	55	велo				М.н. у д. Подольцы - м.н. у г. Торжок	55.5	велo
4	04.05.2019	м.н. - д. Князево	70	велo				М.н. у г. Торжок - м.н. за д. Князево	68.7	велo
5	05.05.2019	д. Князево — г.Тверь	50	велo				М.н. за д. Князево - ж/д вокзал г. Тверь	50.8	велo

Заявленная протяжённость: 305 км

Фактическая протяжённость: 306 км

5. Техническое описание прохождения маршрута

№	Время	Расстояние, км (от начала дня)	Расстояние, км (от начала маршрута)	Описание события	Изменение типа дороги	Метеоданные	ПП	ЛП
01.05.2019 - день 1								
1	11:25:18	0	0	Высадились из эл-ки Тверь - В. Волочѣк. У станции имеются магазины Дикси, Пятѣрочка и др., закупились на пару дней. Асфальт фото 1	дорога высокого качества	Ясно, безветренно, +12°C		
2	12:14:03	9.2	9.2	Отворотка вправо, на грунтово-песчаную дорогу. фото 2 фото 3 Начало препятствия равнинное ЮБ Вышневолоцкого вдхр. и урочище Гарь (2 к.т.)			ПП2258	
3	13:37:00	21.8	21.8	От дачного посѣлка Язвиха на дороге стал преобладать глубокий рыхлый песок фото 6 , ехать местами почти невозможно фото 8				
4	14:32:33	26.6	26.6	Переехали по эстакаде Ленинградское шоссе. На эстакаде уложен асфальт. фото 10				
5	14:45:26	28.6	28.6	Обед у моста ч/реку Черемница. фото 13		+17°C, ясно		
6	17:00:38	33.7	33.7	Своротка вправо на перекрѣстке в заброшенной деревне Кривцово фото 17 . Конец препятствия равнинное ЮБ Вышневолоцкого вдхр. и урочище Гарь. Начало препятствия равнинное Автодорога 28Н-0283 (1 к.т.). Разбитая грунтовка фото 18			ПП2258 ПП2257	
7	17:19:40	35.9	35.9	Дер. Межуиха фото 20 Выехали на дорогу хорошего качества. Покрытие - грунтовая укатанная дорога фото 22	дорога хорошего качества			
8	18:53:50	48.8	48.8	Д. Лужниково. фото 23 Конец препятствия равнинное Автодорога 28Н-0283			ПП2257	
9	19:09:36	51.1	51.1	По грунтовой срезке проехали в д. Емельянова Горка фото 24 Начало препятствия равнинное Автодорога 28Н-0284 (2 к.т.) фото 25			ПП2202	

10	19:24:53	54.4	54.4	<p>Конец ходового дня. Ночёвка в лесу за мостом у р. Белая фото 26 Координаты точки: N57.379034478217363, E34.059457015246153 Высота точки: 213 м</p> <p>Пройдено за день: 54.4 км Набор высоты: 841 м, сброс высоты: 789 м Общее ходовое время: 7 ч. 59 мин. 35 сек. Чистое ходовое время: 4 ч. 50 мин. 12 сек.</p>		+11°C, ясно		
02.05.2019 - день 2								
11	08:07:46	0	54.4	Начало ходового дня. Выдвигаемся в направлении пос. Есиновичи.		+8°C, пасмурно		
12	10:23:40	18.9	73.3	Конец препятствия равнинное Автодорога 28Н-0284			ПП2202	
13	10:24:00	19	73.4	Пос. Есиновичи. Выезд на асфальт фото 36 , поворот направо. Магазин фото 35	дорога высокого качества			
14	11:37:21	25.7	80.1	Отворотка влево на грейдер после п. Холм фото 37	дорога хорошего качества			
15	12:12:49	32.4	86.9	Сразу за мостом ч/реку Поведь поворот налево. Разбитая грунтовка фото 38 . Начало препятствия равнинное Вдоль нижнего течения р. Поведь (2 к.т.)			ПП2269	
16	12:45:00	35.8	90.3	С. Горницы. Осмотр необычной полуразрушенной церкви фото 40 . Координаты точки: N57.210589237511158, E34.345750976353884				
17	14:13:15	42.1	96.5	Д. Островок. Начало грейдера фото 48 .	дорога хорошего качества			
18	14:34:00	44.8	99.3	Обед на берегу р. Поведь, у дороги фото 47		+13°C,		

						пасмурно		
19	18:36:45	68.3	122.7	С. Большое Вишеньё. Асфальт фото 49 . Конец препятствия равнинное Вдоль нижнего течения р. Поведь. Поворот на Т-образном перекрёстке направо.				ПП2269
20	18:48:13	69.9	124.3	Отворотка влево на разбитый асфальт фото 50				
21	19:02:00	72.4	126.8	Отворотка вправо у разрушенной церкви. Начало грейдера фото 51 фото 52	дорога хорошего качества			
22	19:22:40	76.6	131	Конец ходового дня. Ночёвка у р. Таложенка в сосновом лесу в километре от д. Подольцы фото 53 Координаты точки: N57.10811703465879, E34.564786115661263 Высота точки: 171 м Пройдено за день: 76.6 км Набор высоты: 1025 м, сброс высоты: 1066 м Общее ходовое время: 11 ч. 14 мин. 54 сек. Чистое ходовое время: 5 ч. 46 мин. 7 сек.		+12°C, пасмурно		
03.05.2019 - день 3								
23	08:22:43	0	131	Начало ходового дня. Продолжаем движение в сторону д. Подольцы и далее вдоль реки		+12°C, пасмурно		
24	09:55:00	10.4	141.4	В с. Кунино осматриваем церковь Живоначальной Троицы, что на погосте Баранья Гора фото 56 Координаты точки: N57.097655748948455, E34.413165785372257				
25	12:26:00	21.9	152.9	Д. Пречисто-Каменка. Закупка в магазине фото 58				
26	13:05:00	25	156	Съехали влево на разбитую грунтовую дорогу, идущую вдоль края пашни фото 60	дорога среднего качества			
27	13:32:00	27.8	158.8	Въехали в с. Волосово. Начало грейдера	дорога хорошего			

					качества			
28	13:37:00	28.4	159.5	Выезд на шоссе, поворот направо фото 64	дорога высокого качества			
29	13:56:00	29.6	160.7	Обед за мостом через р. Осуга фото 65		+13°C, малооблачно		
30	15:17:00	31.3	162.3	П. Первое Мая. На перекрёстке влево на Селихово				
31	16:00:00	38.6	169.7	В д. Екатино сворачиваем влево на хорошую грунтовую дорогу фото 66 , едем вдоль р. Райчона. Берега высокие, красивые, кругом хвойный лес, много отличных мест для стоянки фото 67	дорога хорошего качества			
32	16:40:00	43.4	174.5	Выехали на грейдер, поворот направо на Торжок фото 68				
33	18:13:38	55.5	186.5	Конец ходового дня. Встали слева от дороги в роще у пруда фото 69 фото 70 Координаты точки: N57.043186789378524, E34.898263234645128 Высота точки: 206 м Пройдено за день: 55.5 км Набор высоты: 619 м, сброс высоты: 584 м Общее ход. время: 9 ч. 50 мин. 55 сек. Чистое ход. время: 4 ч. 8 мин. 44 с		+9°C, малооблачно		
04.05.2019 - день 4								
34	08:24:06	0	186.5	Начало ходового дня. Едем в Торжок		+7°C, ясно		
35	08:34:00	1.2	187.7	Въехали в Торжок, слева подошла асфальтовая дорога, едем по ней фото 71	дорога высокого качества			
36	10:03:00	7.2	193.7	Сделали круг по старой части Торжка. фото 74 фото 77 Закупаемся продуктами в магазине на выезде из города				
37	11:23:00	13.7	200.2	С. Головинские Горки. Сворачиваем с асфальта на	дорога			

				грейдер влево фото 80	хорошего качества			
38	12:48:00	24	210.5	С. Ильино. Выехали на асфальт фото 82	дорога высокого качества			
39	13:29:00	28.4	214.9	Газопровод, повернули налево, едем вдоль него. Укатанный песок фото 83	дорога хорошего качества			
40	13:51:57	33.7	220.2	Начало препятствия равнинное Вдоль реки Рачайна (1 к.т.)			ПП2252	
41	14:07:00	33.7	220.2	Пересечение газопровода с грейдером, повернули налево, едем вдоль р. Рачайна фото 84				
42	14:26:00	34.7	221.2	Обед у дороги на р. Рачайна фото 85		+13°C, малооблачно		
43	17:30:00	53.2	239.7	Пересечение с шоссе, поворот налево фото 87	дорога высокого качества			
44	17:35:53	53.2	239.7	Конец препятствия равнинное Вдоль реки Рачайна			ПП2252	
45	17:45:00	54.6	241.1	В д. Мошки поворот направо				
46	19:08:02	68.8	255.3	Конец ходового дня. Встали на ночёвку за д. Князево на берегу р. Тьма фото 88 Координаты точки: N56.828683996573091, E35.25703408755362 Выс. точки: 148 м Пройдено за день: 68.8 км Набор выс.: 638 м, сброс выс.: 696 м Общее ход. вр.: 10 ч. 43 мин. 56 сек. Чистое ход. вр.: 4 ч. 37 мин. 23 с.		+7°C, малооблачно		
05.05.2019 - день 5								
47	08:23:59	0	255.3	Начало ходового дня. Продолжаем движение по шоссе в том же направлении		+8°C, пасмурно		

48	09:17:00	11	266.3	На отворотке направо на п. Тутань. фото 89		Ливень		
49	09:38:00	14.3	269.6	П. Кумордино. Сворачиваем влево на грейдер фото 90	дорога хорошего качества			
50	09:55:00	18.4	273.7	После п. Тухинь дорога превратилась в укатанную песчаную фото 92		Ливень прекратился		
51	11:13:00	27.5	282.7	Выехали на шоссе, едем в сторону Савино	дорога высокого качества			
52	11:30:00	28.5	283.7	С. Савино, поворот направо.				
53	11:37:00	30.1	285.4	Свернули с шоссе вправо на укатанную грунтовку. Едем по пойме извилистой р. Тьма фото 94	дорога хорошего качества			
54	12:13:00	34.8	290	П. Отмичи, въехали на песчаный грейдер, едем в сторону Твери фото 97				
55	12:43:00	38.1	293.4	С. Дмитровское. Выехали на асфальт фото 98	дорога высокого качества			
56	13:00:00	42.6	297.9	Мост через р. Волга фото 99				
57	13:46:09	50.7	306	Закончили маршрут у ж/д вокзала г. Тверь Координаты точки: N56.834224769845605, E35.892430879175663 Высота точки: 139 м Пройдено за день: 50.7 км Набор высоты: 579 м, сброс высоты: 591 м Общее ходовое время: 5 ч. 22 мин. 10 сек. Чистое ходовое время: 3 ч. 31 мин. 18 сек.		+15°C, пасмурно		

5.1 Погодные условия во время прохождения маршрута

Время	Метеоданные
01.05.2019 - день 1	
11:25:18	Ясно, безветренно, +12°C
14:45:26	+17°C, ясно
19:24:53	+11°C, ясно
02.05.2019 - день 2	
08:07:46	+8°C, пасмурно
14:34:00	+13°C, пасмурно
19:22:40	+12°C, пасмурно
03.05.2019 - день 3	
08:22:43	+12°C, пасмурно
13:56:00	+13°C, малооблачно
18:13:38	+9°C, малооблачно
04.05.2019 - день 4	
08:24:06	+7°C, ясно
14:26:00	+13°C, малооблачно
19:08:02	+7°C, малооблачно
05.05.2019 - день 5	
08:23:59	+8°C, пасмурно
09:17:00	Ливень
09:55:00	Ливень прекратился
13:46:09	+15°C, пасмурно

6. Категория сложности пройденного маршрута
6.1 Интенсивность прохождения маршрута
Расчёт Кэп

Пробег по различным типам дорог по дням, км

№ дня	Дата	Пробег
1	01.05.2019	по дорогам высокого качества: 35.9 по дорогам хорошего качества: 18.5
2	02.05.2019	по дорогам высокого качества: 6.7 по дорогам хорошего качества: 69.9
3	03.05.2019	по дорогам высокого качества: 10.2 по дорогам хорошего качества: 42.5 по дорогам среднего качества: 2.8
4	04.05.2019	по дорогам высокого качества: 32.5 по дорогам хорошего качества: 36.3
5	05.05.2019	по дорогам высокого качества: 29.6 по дорогам хорошего качества: 21.1

Общий пробег по различным типам дорог, км

Дороги высокого качества	Дороги хорошего качества	Дороги среднего качества	Дороги низкого качества	Дороги сверхнизкого качества	Радиальные/неавтономные участки	ЛП
114.9	188.3	2.8	0	0	0	0

Лф = 306

Кэп = 1.06

Расчёт интенсивности

Эквивалентный пробег по различным типам дорог, км:

$$K_{\text{Эп}} = 1.06$$

Эквивалентный пробег за локальные препятствия, км:

$$L_{\text{П}} = 0$$

Протяжённость фактическая, км:

$$L_{\text{ф}} = 306$$

Продолжительность фактическая, дней:
(последний день неполный)

$$T_{\text{ф}} = 4.5$$

Протяжённость номинальная, км:

$$L_{\text{н}} = 300$$

Продолжительность номинальная, дней:

$$T_{\text{н}} = 6$$

Интенсивность маршрута:

$$I = (L_{\text{ф}} \cdot K_{\text{Эп}} + L_{\text{П}}) \cdot T_{\text{н}} / (T_{\text{ф}} \cdot L_{\text{н}}) = 1.45$$

6.2 Автономность маршрута

Продолжительность похода: 99 ч. (5 д.)

Автономность похода: 0.80

Подробный расчёт по временным интервалам:

1. Начало маршрута: 1.05.2019 11:00

Конец временного интервала: 1.05.2019 17:00

Количество часов: 7

Автономность временного интервала: **0.80**

2. Магазин д. Лужниково: 1.05.2019 18:00

Конец временного интервала: 2.05.2019 11:00

Количество часов: 18

Автономность временного интервала: **0.80**

3. Магазин п. Есиновичи: 2.05.2019 12:00

Конец временного интервала: 3.05.2019 11:00

Количество часов: 24

Автономность временного интервала: **0.80**

4. Магазин с. Пречисто-Каменка: 3.05.2019 12:00

Конец временного интервала: 4.05.2019 9:00

Количество часов: 22

Автономность временного интервала: **0.80**

5. Магазин г. Торжок: 4.05.2019 10:00

Конец временного интервала: 4.05.2019 16:00

Количество часов: 7

Автономность временного интервала: **0.80**

6. Магазин д. Мошки: 4.05.2019 17:00

Конец временного интервала: 5.05.2019 13:00

Количество часов: 21

Автономность временного интервала: **0.80**

6.3 Показатель сложности маршрута

* Зачёт по к.т. указывает, к какой к.т. данное ПП приравнивается при подсчёте зачётной суммы баллов.

ПП с большей к.т. могут замещать ПП с меньшей к.т.

№ п/п	Номер	Наименование	К.т.	Характеристика	Статус	Авторство	КТ, баллы	Зачёт по к.т.*
1.	2202	равнинное Автодорога 28Н-0284	2	Камень, грунт, песок	утверждён	собственное	2.42	1
2.	2252	равнинное Вдоль реки Рачайна	1	Мелкий камень	утверждён	собственное	1.54	1

3.	2257	равнинное Автодорога 28Н-0283	2	Грунт, мелкий камень	утверждён собственное 2.03	1
4.	2258	равнинное ЮБ Вышневолоцкого вдхр. и урочище Гарь	2	Песок, мелкий камень, асфальт	утверждён собственное 3.82	1
5.	2269	равнинное Вдоль нижнего течения р. Поведь	2	Грунт, мелкий камень	утверждён собственное 2.67	2

Общая сумма баллов за ПП: 12.48

В зачёт идут баллы:
за ПП 1 к.т.: 9

Сумма баллов за ПП:
S = 9

6.4 Категорирование маршрута

Расчёт баллов КС
 $КС = S * I * A$

КС = 9 * 1.45 * 0.8 = 10.44 баллов

Признак к.с. по баллам КС: 2

Набор ПП
1 к.т.: 1
2 к.т.: 4

Признак к.с. по набору ПП: 2

Определяющие факторы
Протяжённость фактическая: 306 км
Эквивалентный пробег по ЛП: 0 км
Продолжительность фактическая: 5 дней

Признак к.с. по протяжённости маршрута: 1

Признак к.с. по продолжительности маршрута: 1

Итоговая к.с.: 1 с элементами 2

7. Дополнительные сведения о маршруте

7.1 Перечень средств передвижения и случаи ремонта на маршруте

Журавлёв А.: хардтейл 26" на основе рамы Rapid-Titan, оборудование Deore XT

Емельянов Д.: хардтейл 26" Superior на алюминиевой раме, оборудование Deore SLX

Егорова Л.: хардтейл 26" Merida Matts на алюминиевой раме, оборудование Acera

Случаи ремонта на маршруте отсутствовали.

7.2 Перечень запчастей и инструментов

<i>№ n/n</i>	<i>Наименование</i>	<i>Кол-во</i>
1	Гаечные ключи 10X11, 12X13, 14X15	3шт
2	Шестигранники 2.5, 3, 4, 5, 6, 8, 10	7шт
3	Ключ разводной	1шт
4	Выжимка цепи	1шт
5	Ключ спицевой	1шт
6	Отвертки (шлицевая и крестовая)	2шт
7	Съемник шатунов	1шт
8	Съемник кассеты	1шт
9	Ручные тиски (струбцина)	1шт
10	Съемник каретки	1шт
11	Отбортовщик покрышки	2шт
12	Надфили (плоский, круглый)	2шт
13	Сверла Ø3.2; Ø5	2шт
14	Метчик М5	1шт
15	Вороток	1шт
16	Плоскогубцы	1шт
17	Пинцет	1шт
18	Ножовочное полотно	1шт
19	Спицы	5шт
20	Педаль правая в сборе	1шт
21	Тормозные рычаги	1шт
22	Тормозные колодки (v-brake)	4шт
23	Манетка заднего переключателя	1шт
24	Переключатель задн. Alivio	1шт
25	Эксцентрик переднего колеса	1шт
26	Эксцентрик заднего колеса	1шт
27	Эксцентрик седла	1шт
28	Тросики	комплект
29	Покрышка (26",29")	комплект

30	Камера	2шт
31	Ремнабор покрышек и камер	комплект
32	Ремнабор цепи	комплект
33	Ремнабор обода	комплект
34	Смазка цепная жидкая	300г
35	Смазка густая	150г
36	Проволока (медн., алюм.)	2м
37	Крепеж	комплект
38	Шило	1шт
39	Иглы швейные разных размеров	комплект
40	Изолента	1шт
41	Стропа капроновая	1м
42	Нитки (капроновые, х/б)	комплект
43	Лоскутки материи, капрона	комплект
44	Булавки разные	комплект
45	Застёжка "молния" запасная	3 шт

7.3 Перечень общественного снаряжения

Наименование	К-во	Вес 1	Вес Σ
Бивачное			6,133
Палатка 3ка	1	3,8	3,8
Тент вело (плёнка)	1	0,375	0,375
Тент 3х3	1	0,8	0,8
Трос велосипедный 4 м	1	0,3	0,3
Пила цепочка	1	0,218	0,218
Топор Fiskars X7	1	0,64	0,64
Кухня			4,87
Нож	1	0,1	0,1
Горелка мультитопливная	1	0,35	0,35
экран для горелки	1	0,1	0,1
переходник на цанговые баллоны	1	0,05	0,05
Горелка газ.	1	0,21	0,21

баллонны газ	8	0,22	1,76
Рукавица	1	0,1	0,1
Кан 5л без крышки	1	0,7	0,7
Кан 7л без крышки	1	0,8	0,8
Таганок	1	0,3	0,3
Поварешка	1		
скатерть	1		
Доска разделочная	1		
Щетка для котлов	1	0,4	0,4
Прочее			5,938
Ремнабор	1	3	3
Покрышки 26"	1	0,4	0,4
Насос	1	0,22	0,22
Насос в/д	1	0,287	0,287
Аптечка - основная	1	1,1	1,1
Фотоаппарат общественный	1	0,14	0,14
PowerBank	1	0,461	0,461
GPS-навигатор Legend HGX	1	0,23	0,23
GPS-навигатор батарейки	1	0,1	0,1
Σ			16,941
Сред. на чел.			5,647

7.4 Состав медицинской аптечки

№	Препарат	Заболевание	Применение	Кол-во в аптечке
1	Индовазин-гель	мышечно-суставные заболевания, варикоз, отеки, синяки, ссадины	Наносят 1-2 см геля легкими движениями 2-3 раза в сутки	1 тубик
2	Ибупрофен 0,2	Обезболивающее, жаропонижающее	1-2 таб. разово в зависимости от степени боли. Действие: натоцак через 45 мин, после еды через 1,5-2 часа	2x10 табл.
3	Кетанов, кетанол	Сильное обезболивающее	1 таб (не более 3х в день)	1x10 шт.

4	Лоперамид	Диарея	1 табл. Вторую давать только в исключительном случае!!	1x10 шт.
	Сенаде	Запоры	Слабительное	1x10 шт.
5	Мезим, фестал	Фермент, помогает перевариванию пищи (при тяжести и пр.)	1-2 табл.	2x10 шт.
6	Фуразолидон	Диарея, лечение	1 таб.х 3 раза в течении 3-5 дней	1x10 шт.
7	Линекс	Восстановление микрофлоры кишечника	2 капс. х 3 раза в день	2x12шт.
8	Шалфей	Воспаление гортани, ротовой полости	Рассасывание каждые 2 ч.	2x10 шт.
	Антиангин	Воспаление гортани	Рассасывание	1x10 шт.
9	Сандра	Гомеопатический иммуномодулятор	Для профилактики простудных заболеваний – 1 таб. Рассасывается подъязычно Лечение, при температуре 1 таб. каждые 2 часа	1 уп. х 30шт.
10	Уголь активированный	Отравления, спазмы кишечника	10 таб. на 10 кг веса	3x10шт.
11	Витамин С (растворимый)	Профилактика простудных заболеваний	Проф: 1 таб утром после еды В начале заболевания:4 табл после еды, при норм. желудке	2x10 шт.
12	Бинт стерильный	Раны, открытые травмы	Бинтовка после обработки раны	1 шт.
13	Бинт нестерильный	Ушибы		1 шт.
14	Бинт эластичный	Ушибы, растяжения		1 шт.
15	Жгут	Остановка кровотечения		1 шт.
16	Салфетки стерильные	Обработка ран		2 уп.
17	Хлоргексидин	Обработка ран		1 флакон
18	Крем герудо-бальзам, спасатель и прочее заживляющее	Небольшие раны, потертости	Наложение повязки на ночь, смазывание	1 тюбик
19	Пластыри разные	Порезы, небольшие травмы	Фиксирование повязки, наложение на рану	1 дор. набор
20	Зеленка	Обработка ран, царапин, ссадин		1 флакон
21	Йод	Обработка вокруг ран		1 флакон
22	Ватные палочки, диски	Обработка ран		1+1
23	Кларитин	Антигистаминный преп-т	1 таб. утром	1x10таб
24	Пантенол	Спрей от ожогов		1 флакон
25	Валидол	Сердечные таблетки	Под язык	1 флакон
26	Ножнички			1 шт.
27	Термометр медицинский	Измерение температуры		1 шт.

28	Тонометр	Измерение давления		1 шт.
30	Гаразон	Восполнение слизистой глаз или уха	1-2 капли в слезной мешок или ушной канал	1 шт.
31	Амбробене-форте	При кашле облегчает отхождение мокроты	1 капсула 1 раз в день	1 упаковка

8. Итоги, выводы, рекомендации

Велосипедный спортивный маршрут пройден в полном соответствии с заявленной ниткой и сроками. Категория сложности маршрута соответствует заявленной. Маршрут получился разнообразным как по рельефу, так и по ассортименту покрытий: были представлены асфальт, песок, мелкий и крупный камень, разбитый грунт. Время проведения маршрута выбрано удачно: остатки снежного покрова уже растаяли, но при этом комары и гнус, характерные для данного района в летнее время, ещё не появились. Простая транспортная доступность, наличие относительно разветвлённой сети второстепенных малоиспользуемых дорог и мелких населённых пунктов, красивая природа и множество достопримечательностей делают район проведения привлекательным для велотуризма.

Маршрут может быть рекомендован в качестве учебно-тренировочного маршрута для школ начального и базового уровня по велотуризму.

9. Приложения

Паспорта протяжённых препятствий (см. в отдельном файле)

Фотографии (см. в отдельном файле)