«Станция детского и юношеского туризма и экскурсий города Ульяновска» (СДЮТЭ)

Отчет

о прохождении водного
туристского спортивного маршрута
второй категории сложности
по рекеСакмара,
совершенной группой туристов г. Ульяновска,
в период с 28 апреля по 06 мая 2017 года

Руководитель:
Елизаров Павел Валерьевич
г. Ульяновск, ул. Отрадная, д.79/2-60,
тел.: 8-927-270-32-79
e-mail: 79272703279@ya.ru

_____
(подпись)

Маршрутно-квалификационная комиссия СДЮТЭ г. Ульяновска рассмотрела отчет и считает, что маршрут может быть зачтен всем участникам и руководителю ***второй*** категорией сложности.

Отчет использовать в библиотеке _____

Председатель МКК _____ Кушманцев С.И.
(подпись, печать)

г. Ульяновск, 2017

Оглавление

1. Вводная часть 3
1.1. Проводящая организация 3
1.2. Место проведения похода 3
1.3. Общие справочные сведения о маршруте 3
1.4. Подробная нитка маршрута 3
1.5. Обзорная карта маршрута 4
1.6. Определяющие препятствия маршрута 5
1.7. Состав группы 6
1.7.1. Ф.И.О., адрес, e-mail руководителя и участников 6
1.7.2. Опыт участников и их обязанности в группе 6
1.7.3. Распределение участников по экипажам 7
1.8. Адрес хранения отчета, наличие видео и фото материалов 7
2. Содержание отчета 8
2.1. Общая идея и подготовка к походу 8
2.2. Варианты подъезда и отъезда 8
2.2.1. Заброска 8
2.2.2. Переброска с реки на реку ..... **Ошибка! Закладка не определена.**
2.2.3. Выброска 8
2.3. Аварийные выходы с маршрута и запасные варианты 9
2.3.1. Дислокация поисково-спасательных служб 9
2.4. Изменения маршрута и их причины 9
2.5. График движения по маршруту 10
2.6. Техническое описание маршрута с элементами дневника 11
2.7. Потенциально опасные участки маршрута 33
2.7.1. Действия по обеспечению безопасности перед походом 33
2.7.2. Действия по обеспечению безопасности во время похода 33
2.8. Выводы и рекомендации, итоги 34
2.8.1. Рекомендации по выбору района путешествия и нитки маршрута 34
2.8.2. Выводы и рекомендации по маршруту 35
2.8.3. Выводы и рекомендации по снаряжению 35
2.8.4. Организация питания, ночевок 35
2.8.5. Познавательное и воспитательное значение похода 35
2.8.6. Итоги прохождения маршрута 35
3. Фотографии экипажей 37
3.1. Экипаж «Бэкс-2» 37
3.2. Экипаж «Урал-6» 37
4. Список литературы и отчетов 38
5. Приложения 38
5.1. Картографический материал 38
5.2. Схемы порогов 42
5.3. Список снаряжения группы 44
5.4. Продуктовая раскладка 48
5.5. Походная аптечка 51

1. Вводная часть

1.1. Проводящая организация

«Станция детского и юношеского туризма и экскурсий города Ульяновска» (СДЮТЭ).

1.2. Место проведения похода

Российская Федерация, Республика Башкортостан, река Сакмара. Сроки проведения: с 28 апреля по 06 мая 2017 года.

1.3. Общие справочные сведения о маршруте

Дисциплина (вид туризма)	*Категория сложности*	*Протяженность активной части, км*	*Продолжительность в днях*		*Сроки проведения*
			общая	*ходовых*	
Маршрут-водный (0840021811Я)	Первая (IIк.с.)	сплав – 110,0	9	5	с 28.04.2017 по 06.05.2017

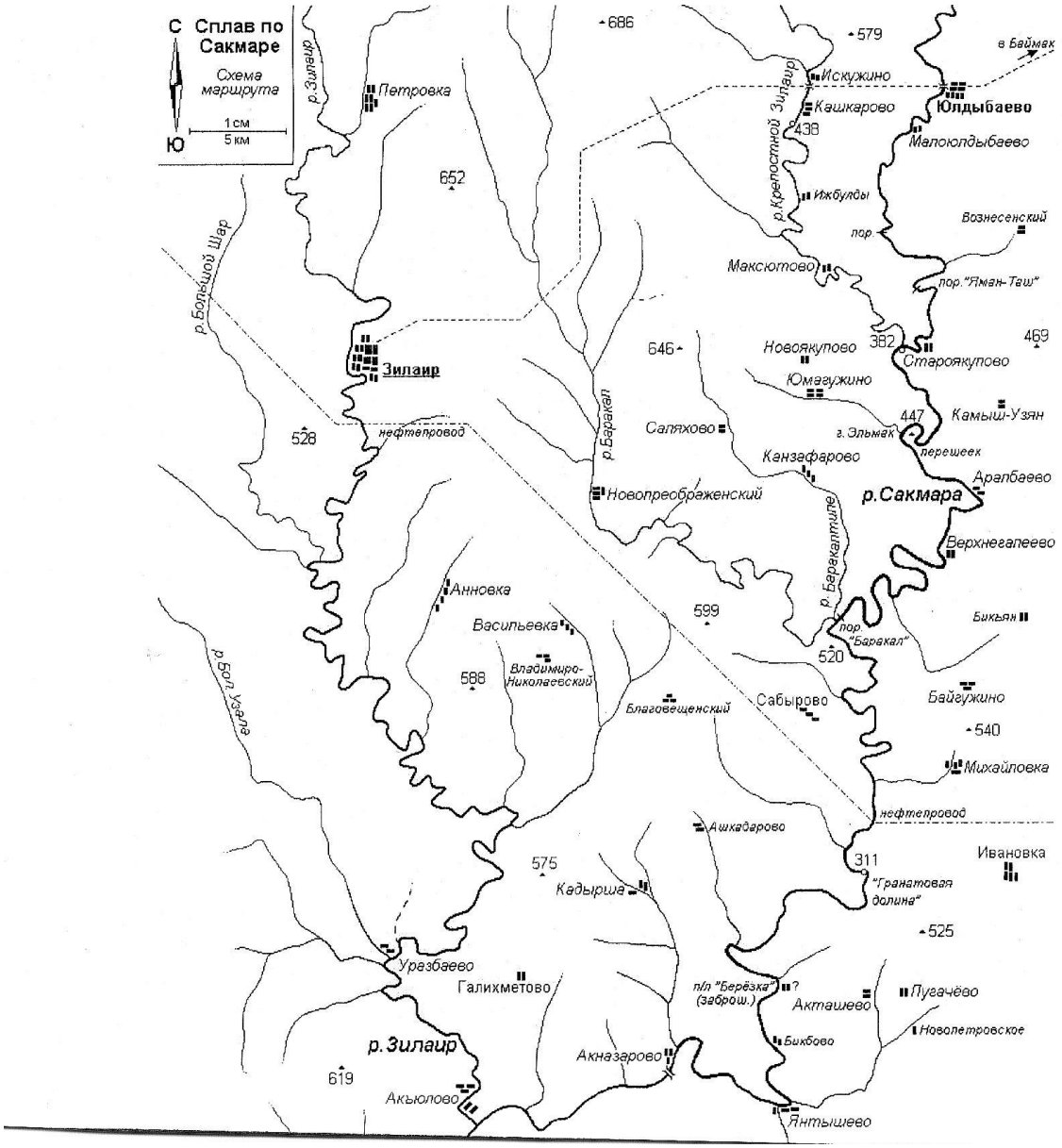
Уровень воды при прохождении маршрута: низкий уровень.

Средства сплава: катамараны «БЭКС-2» и «Урал-6».

1.4. Подробнаяниткамаршрута

г.Ульяновск–г.Оренбург – пос.Юлдыбаево – сплав по р. Сакмара - пор.Ложный Яманташ, Яман-Таш 4 ступени, (IIк.сл) – шивера Питекантроп – п. Верхнегалеево - пор.Баракал (IIк.сл) – Гранатовая долина - Пионерлагерь «Березка» - п. Янтышево– г. Оренбург – г. Ульяновск.

1.5. Обзорная карта маршрута М 1:500000



Подробная карта М 1:10000 представлена в Прил.1 к Отчету

1.6. Определяющие препятствия маршрута

№	*Вид препятствия*	*к. сл.*	*Длина*	*Способы преодоления препятствия*
1	Прижимы к скалам	I	50-300 м	Прохождение по струе
2	Перекаты Каменистые мели	I	20-100 м	Прохождение по струе кильватерной колонной, при посадке на мель осуществлялась проводка судна вручную
3	Порог «Ложный Яман-Таш»	II	400 м	Несколько сливов в центре русла, после одного из сливов поток идет на огромный камень, затем – шивера. После ~ 400 м гладкого быстротока – мощнаяшивера и прижим к скале на левом берегу. Проход по центру. Слив у большого камня проходится ближе к левому берегу, затем сразу обход камня справа. Отдельная разведка I и II части. У шиверы за большим камнем – страховка.
4	Порог «Яман-Таш»	II	800 м	1 ступень: сразу за поворотом реки на 900. Слив с огромных плит с перепадомуровня ~ 1 м. 2 ступень: через ~ 50 м. Слив с каменных глыб, перегораживающих реку поперек, валы около 1,5 м. 3 ступень: через ~ 150 м, представляющих собой шиверу с валами до 0,7 м. Главный слив < 1 м. Правый поток частично уходит под гигантский камень направом берегу, левый поток ударяется о камни и уходит вправо. После главного слива ~ 200 м шивера с большим обливным камнем в центре русла на выходе. 4 ступень: мощная шивера L ~ 400 м. На входе – много огромных надводных/подводных камней, далее – подводные камни.
5	Шивера«Питекантроп»	II[1]	350 м	Мощная шивера с сильным течением длиной около 350 м. На входе многобольших надводных и подводных камней, валы. Проход по центру, обходякамни, на выходе необходимо смещаться к левому берегу
6	пор. «Баракал»	II	700 м	Слив водопадного типа с перепадом < 1 м. Перед сливом – шивера в поворотереки вправо (L ~ 200 м). Разведка по правому берегу, проход шиверы в центре русла, затем проход слива у правого берега или по центру

[1]По низкому уровню воды при прохождении данного маршрута

1.7. Состав группы

1.7.1. *Ф.И.О., адрес, e-mail руководителя и участников*

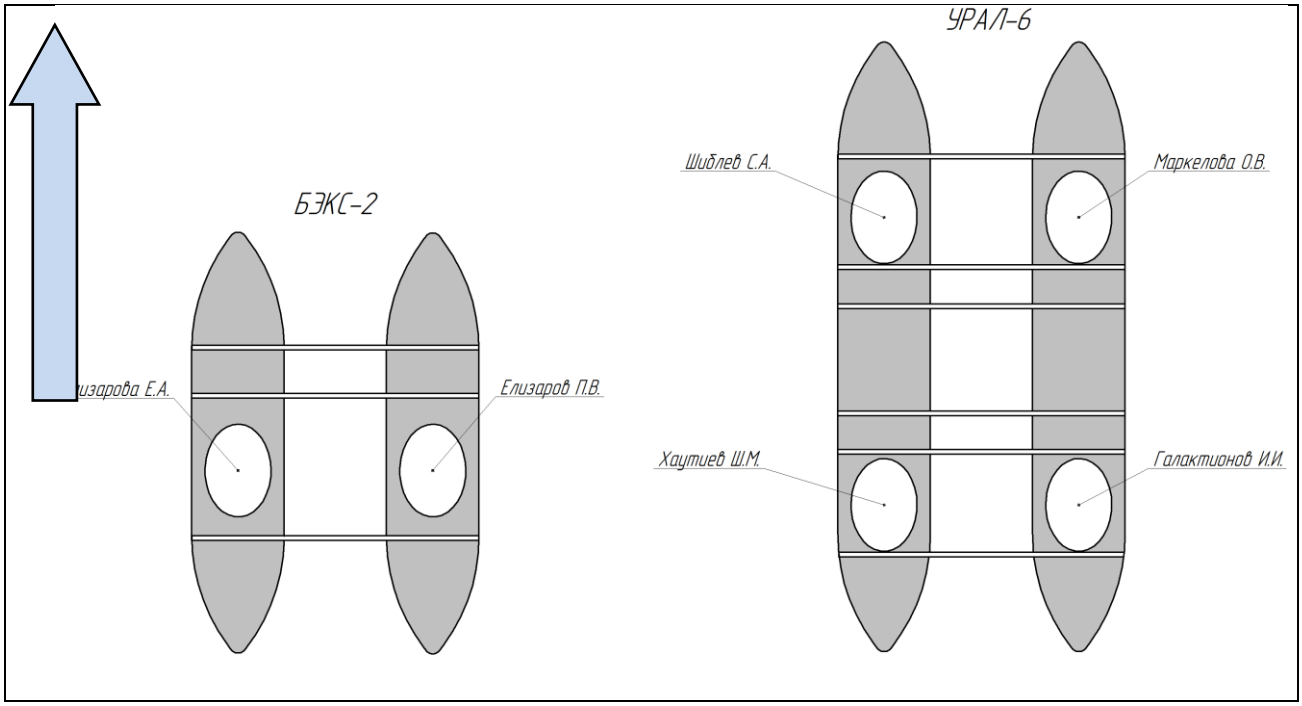
№	ФИО	Дата рождения	Адрес	Место работы, должность	e-mail
1	Елизаров Павел Валерьевич	11.01.1979	432054, г. Ульяновск, ул. Отрадная, 79/2-60	ООО «Аргут», директор	79272703279@ya.ru
2	Елизарова Евгения Алексеевна	05.01.1984	432054, г. Ульяновск, ул. Отрадная, 79/2-60	Индивидуальный предприниматель	eny20@rambler.ru
3	Галактионов Илья Иванович	30.08.1982	432067, г. Ульяновск, пр-т Ленинского Комсомола, 53-384	АО "УМЗ" инженер-конструктор 2 кат.	ilyagalaktika@gmail.com
4	Хаутиев Шарпудин Маулиевич	09.01.1974	432071, г. Ульяновск, ул. Федерации 63, кв. 33	Директор департамента по культурному наследию Ульяновской области	sharp1974@yandex.ru
5	Маркелова Ольга Анатольевна	11.12.1979	432011, г. Ульяновск, ул.Красногвардейская, д.25, кв.47	Начальник отдела правового и кадрового обеспечения Министерства искусства и культурной политики Ульяновской области	
6	Шиблев Сергей Алексеевич	01.01.1986	г. Екатеринбург, П. Тольятти, д.26, кв.28	ОО «Стройдор», инженер	

1.7.2. *Опыт участников и их обязанности в группе*

№	ФИО	Опыт походов	Должность в походе	
1	Елизаров Павел Валерьевич	р.Илеть 1 к.с. (р); р.Инзер-Лемеза 1 к.с.(р) р. Песчаная 3 к.с. (у); р. Улуг-О 4у к.с (у); р. Чуя-р.Катунь 4 к.с. (у); р. Саянская Ока - 4 к.с. (у)	Адмирал, рем.мастер, фото	Капитан катамарана "Бэкс-2"
2	Елизарова Евгения Алексеевна	р.Юшут-Илеть 1 к.с. (у); р.Инзер-Лемеза 1 к.с.(у) р. Песчаная 3 к.с. (у); р. Улуг-О 4у к.с (у); р. Чуя-р.Катунь 4 к.с. (у); р. Саянская Ока 4 к.с. (у)	Завхоз, деж.мешок	Матрос катамарана "Бэкс-2"
3	Галактионов Илья Иванович	р. Юшут, р.Охта 3 к.с. (у), р. Сура н/к (р), р. Зилим 2к.с. (у) р.Инзер-Лемеза 1 к.с.(у)	Костровой, реммастер	Капитан катамарана "Урал-6"
4	Хаутиев Шарпудин Маулиевич	р.Инзер-Лемеза 1 к.с.(у)	Финансист, культпросвет	Матрос катамарана "Урал-У6"
5	Маркелова Ольга Анатольевна	Опыт водных ПВД по Ульяновской обл. н/к	Врач, хронометрист	Матрос катамарана "Урал-У6"

6	Шиблев Сергей Алексеевич	р. Саянская Ока - 4 к.с. (у); Жом-Болок-р.Урик 5 к.с (у)	Экспедитор	Матрос катамарана "Урал-У6"

1.7.3. *Распределение участников по экипажам*



1.8. Адрес хранения отчета, наличие видео и фото материалов

Экземпляр № 1 – библиотека «Станция детского и юношеского туризма и экскурсий города Ульяновска» (СДЮТЭ);

Экземпляр № 2 (электронный) – у руководителя.

Фотоальбом и видеозаписи в электронном виде хранятся у руководителя по домашнему адресу.

2. Содержание отчета

2.1. Общая идея и подготовка к походу

Основной идеей похода стало изучение территории Российской Федерации, водных объектов Южного Урала, обретение туристического опыта, совершенствование знаний и навыков преодоления природных водных препятствий, закалка характера и тела участников, формирование коллектива единомышленников.

Участники похода знакомы от 2 до 15 лет. Руководитель похода обладает водно-туристическим опытом (походы 1-4 категорий).

Физическая подготовка к походу проводилась каждым индивидуально. С группой проведены предварительные тренировки по технике водного туризма, занятия по подбору снаряжения, сложностях и опасностях похода. Большая часть группы привита от клещевого энцефалита.

Водный маршрут Южного Урала по рекеСакмара является одним из самых удобных для обучения новичков. Относительно спокойное течение реки (1 категория сложности) до порогов ЛожныйЯман-Таш и Яман-Таш позволяет отработать основные навыки и слаженность работы участников похода. А удобный обзор порогов с берега и возможность заноса судов к началу порога позволяет пройти пороги неоднократно, показать новичкам опасность и сложность водного туризма и зародить желание профессионально развиваться и готовиться к более высоким категориям походов.

Прохождение маршрута 2к.сл. параллельно с Екатеринбургской школой водного туризма и участие членов группы в соревнованиях по ТВТ и семинаре на пор.Яман-Таш стало для группы сильным мотивирующим фактором для дальнейшего развития в водном туризме.

2.2. Варианты подъезда и отъезда

2.2.1. *Заброска*

Маршрут начинается в п. Юлдыбаево, респ. Башкирия, нами была выбрана заброска полностью на личном автомобильном транспорте через г.Оренбург (2 автомобиля типа кроссовер), затем ночевка в забронированном хостеле (350 руб/чел). Утром была сделана пересадка на заказной транспорт «Газель».

г.Ульяновск	Выезд 28.04.2017 15:40	640 км	г.Оренбург	Приезд 29.04.2017 01:00	Стоимость 5 658руб
г.Оренбург	Выезд 29.04.2017 07:40	230 км	пос.Юлдыбаево	Приезд 29.04.2017 12:20	Стоимость 7 000 руб

2.2.2. *Выброска*

Наш маршрут заканчивался в пос. Янтышево, далее река не представляет спортивного интереса ввиду отсутствия течения. К этому населенному пункту ведет асфальтированная дорога, по которой возможен выезд заказанной машины в Оренбург.

Группа осуществила выезд с маршрута из пос. Янтышево на предварительно заказанном автомобиле «Газель» (тот же, что и при заброске) до г. Оренбург. Затем ночевка в забронированном хостеле (350 руб/чел). Далее на личных автомобилях до г. Ульяновска.

пос.Янтышево	Выезд 05.05.2017 15:30	320 км	г.Оренбург	Приезд 05.05.2017 18:20	Стоимость 8 000 руб
г.Оренбург	Выезд 06.05.2017 07:30	640 км	г.Ульяновск	Приезд 06.05.2017 18:20	Стоимость 5 600 руб

2.3. Аварийные выходы с маршрута и запасные варианты

1. Пос. Юлдыбаево – регулярное автобусное сообщение с Сибаем;
2. Д. Верхнегалеево – два раза в неделю ходит автобус из Акъяра (районный центр) и дальше в Сибай либо на юг в сторону Кувандыка и Орска;
3. Д. Сабырово – ходит автобус из пос. Залаир, и уже оттуда в Сибай;
4. Д. Янтышево - ежедневное автобусное сообщение с Акъяром, с д.Акназарово.

В качестве запасного варианта маршрута при очень низком уровне воды в р.Сакмара рассматривался вариант прохождения р. Лемеза с обносом препятствий выше 2 к.с.

2.3.1. *Дислокация поисково-спасательных служб*

Главное управление МЧС России по Республике Башкортостан находится по адресу: 450005, Уфа, 8 Марта, 12/1.

2.4. Изменения маршрута и их причины

Изменений маршрута не было, группа двигалась согласно заявленного графика.

2.5. График движения по маршруту

Даты	*Дни*	*Ходовые дни*	*Участки маршрута*	*Км*	*Способ передвижения*
28.04.17	1	-	Ульяновск-Оренбург. Ночевка в хостеле	640	Авто
29.04.17	2	1	Переезд на заказном микроавтобусе «Газель» в пос. Юлдыбаево. Стапель. Сплав по р. Сакмарадо пор. Яман-Таш16 км. Прохождение пор.Яман-Таш	230 16	Авто Сплав
30.04.17	3	2	Дневка. Обкатка порога. Семинар по водному туризму от Екатеринбургской ШВТ	-	-
01.05.17	4	3	Дневка. Участие в соревнованиях по ТВТ	-	-
02.05.17	5	4	Шив. Питекантроп. Сплав до пос.Верхнегалеево.	40	Сплав
03.05.17	6	5	Пор.Баракал.Сплав до притока Гранатовая Долина	20	Сплав
04.05.17	7	6	Приток Гранатовая Долина – п.Пионерлагерь.	20	Сплав
05.05.17	8	7	п.Пионерлагерь – пос. Янтышево пос. Янтышево – г.Оренбург	14 320	Сплав Авто
06.05.17	9	-	г.Оренбург – г.Ульяновск	640	Авто

Итого активным способом передвижения: 110 км (сплав)

2.6. Техническое описание маршрута с элементами дневника

28.04.2017 День первый

15.40 С небольшой задержкой из-за совещания у губернатора выехали из Ульяновска.
17.00 – проехали г.Димитровград
17.50 – пересекли границу Ульяновской и Самарской областей
19.40 – перекус на обочине
21.20 – пересекли границу Оренбургской области
21.45 – проехали г.Бузулук
01.00 – торжественно въехали в г.Оренбург (размещение в хостеле)

Дорога до Оренбурга в удовлетворительном состоянии. Транспорта на много, поскольку мы не выезжали на федеральную трассу М5, а двигались по различным региональным автодорогам. Погода хорошая, ясно. Между машинами была установлена радиосвязь двумя коротковолновыми рациями «MidlandG9».

Ночью заселились в хостел «Like» в самом центре города (ул. Пролетарская, 25) рядом с пешеходной улицей Советской. Хостел на троечку, вместе с нами ночевали гастробайтеры. Мы попросились впятером в четырехместный номер, и нам не отказали, взяв деньги как за четверых.

29.04.2017 День второй

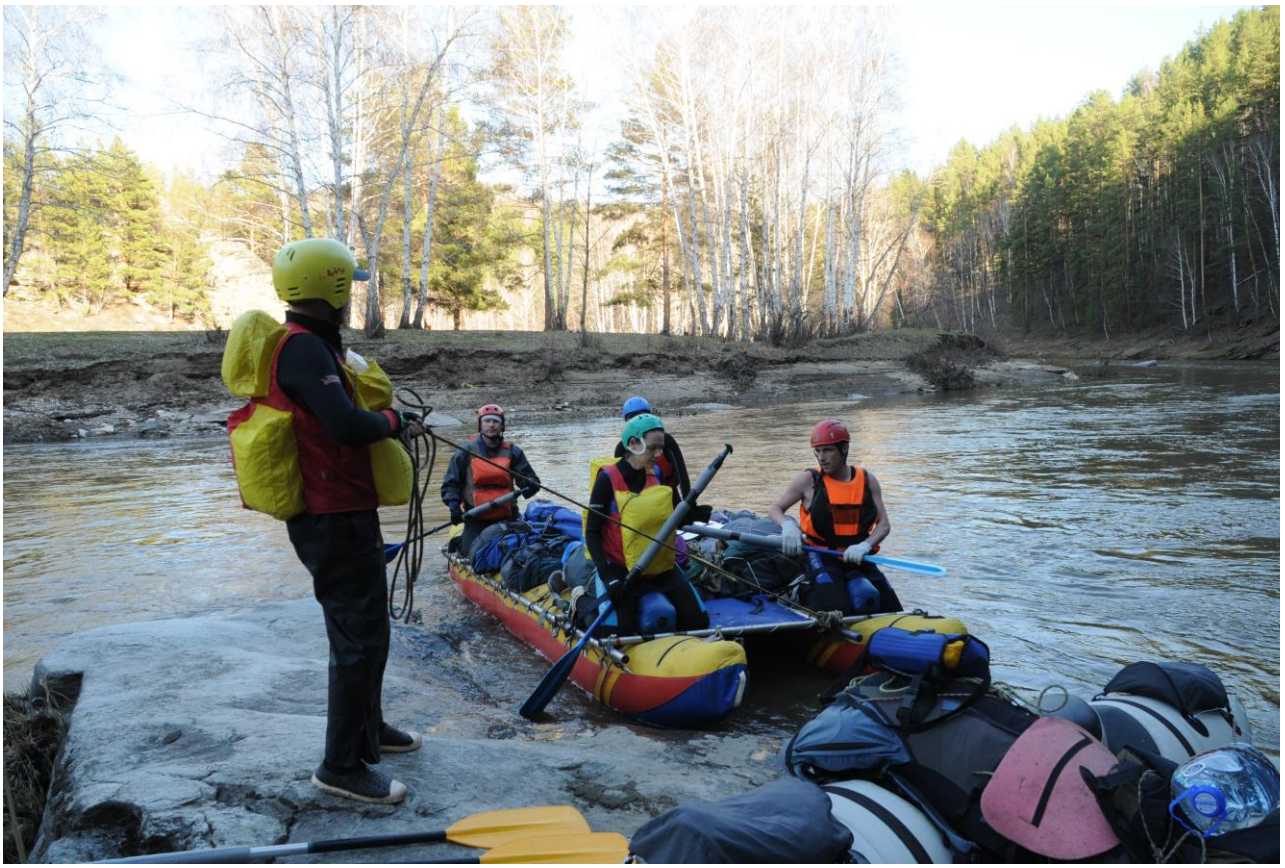
06.40 – выезд их хостела;
07.40 – выезд из г.Оренбурга;
10.20 – пересекли границу республики Башкортостан;
12.20 – пос.Юлдыбаево, река Сакмара (стапель);
16.30 (далее - время по Оренбургу) – флотилия из 15 катамаранов покинула берега Юлдыбаево;
19.00 – прошли ложный Яман-Таш;
20.30 – стоянка у порога Яман-Таш.

Рано утром погрузили снаряжение в «Газель», поставили машины на платной парковке, докупили недостающие продукты и выдвинулись в сторону реки. «Газель» отказалась в довольно плохом техническом состоянии, поэтому наша скорость не превышала 60 км/ч. Дороги местами тоже были разбиты, что способствовало нашей задержке в пути.
В итоге 230 км ехали почти 5 часов!
По прибытии на реку наша команда воссоединилась с шестым членом группы – Шиблевым Сергеем из Екатеринбурга. Он, а вместе с ним ещё 50 человек из Екатеринбургской школы водного туризма ждали нас на берегу и помогли отстапелиться. Через четыре часа мы были уже на воде.
К вечеру прошли порог Ложный Яманташ, который по нашей воде показался несложной шиверой.
Участники на катамаране «Урал-6» опробовали катамаран, ощутили, как он управляется. Пробовали чалится по команде Адмирала. Есть подозрение, что один баллон слегка спускает.
В 19.30 после просмотра прошли порог Яман-Таш. По нашей воде порог оказался несложным, но очень красивым. Бочка в первой ступени была не жесткой, держащей только при заходе лагом. Водопадный слив под правом берегом около 0,7 м, проходим всеми судами.
В 20.30 встали на стоянку между второй и третьей ступенями порога.

Место старта

Стапель

Группа перед выходом на маршрут



Чалка перд пор.Ложный Яман-Таш

Просмотр пор.Яман-Таш

Прохождение пор.Яман-Таш экипажем К-2 «Бэкс»

Прохождение пор.Яман-Таш экипажем К-6 «Урал»

30.04.2017 День третий. Дневка. Покатушки. Отработка спасработ

08.40 – 09.30 – пробуждение (постепенное);
12.18 – выход на воду (экипажи:Паша+Женя, Илья+Шарпудин, Павел+Ольга)
16.20 – второй выход на воду;
(обкатка порога, стоянка лагом в бочке, прохождение водопада, слива, косых валов);
19.20 – отработка спасработ, оверкиль, постановка катамарана на ровный киль, страховка «морковкой»

Запланированная первая дневка. С утра ШВТ Екатеринбурга начали навешивать ворота для соревнований. Все остальные – тренироваться в прохождении. Трассу повесили довольно сложную, многие ворота, поставленные на быстротоке нужно проходить против течения, а это требует больших физических усилий и очень слаженной работы экипажа. В разных составах прошли первую ступень порога около 10 раз. Специально заходили в бочку лагом, но бочка не смогла перевернуть БЭКС.

После обеда отрабатывали спасработы: переворот катамарана на струе, постановка его на ровный киль, самосплав, работа спасконцами. Всё прошло удачно.

Вечером сотрудники МЧС провели занятие по оказанию первой помощи на воде.

Погода жаркая, ясно.

Навес трассы соревнований

Тренировка смешанного экипажа К-2

Тренировка мужского экипажа К-2

Отработка спасработ на перевернутом катамаране

Отработка подъема на катамаран из воды

Отработка постановки катамарана на ровный киль

Лекция сотрудников МЧС о первой помощи в водном походе

*01.05.2017*День третий. Дневка. Соревнования

09.30 – подготовка катамарана (двойка) к соревнованиям, заявлены два экипажа:
Паша+Женя, Паша+Илья (результаты соревнований - 7 место);
17:00 Семинар по ТВТ;

22:30 Отбой

Практически весь день были заняты соревнованиями. Сначала соревновались каякеры, потом смешанные двойки, затем смешанные четверки, затем мужские двойки и завершали представление женские четверки (самый фееричный момент). Мы заняли 7-е место в обеих дисциплинах из 14 участвовавших команд.
Попытались найти, где спускает баллон у «Урала-6». Нашли, заклеили. Баллон перестал спускать
Вечером уральцы провели семинар по технике водного туризма. Очень познавательно, а главное, можно применить сразу же на воде.

Погода жаркая, ясно.

Прохождение трассы каякером

Экипаж мужской двойки

Прохождение трассы К-2 мужским экипажем

Ожидание своей очереди перед стартом

Ремонтные работы на Урал-6

Семинар Екатеринбургской ШВТ

02.05.2017 День четвёртый

07.00 – подъём в лагере (общий сбор);
10.00 – выход флотилии с порога Яманташ;
12.30 – прохождение шиверы Питекантроп;
15.30 – дневной перекус на берегу;
20.30 – стоянка (ночёвка);
За день пройдено около 40 км

Большой ходовой день. Вышли около 10 часов. После прохода второй ступени порога Яман-Ташбольшой плёс, упирающийся в гору Питеканторп, после которой начинается одноименнаяшивера. Шиверу проходили после просмотра, поскольку при нас несколько рафтов довольно ощутимо засели на камнях посередине. Далее река становится более спокойной. В 15:30 сделали остановку на правом берегу у впадения правогопритока Крепостной Зилаирна перекус. В этом месте очень много клещей! Солнце светит жарко и ярко. Идём неплохо, слажено. Течениеиногда замедляется, тогда возникает ощущение, что его и вовсе нет. Места очень красивые.

К ночи нашли стоянку на левом берегу. Не скажу, что живописную, но дрова есть. Дальше идти не было смысла, поскольку темнело.

Погода жаркая. Ясно.

У скалы Питекантроп

Просмотр шиверы Питекантроп

Флотилия совместно с Екатеринбургской ШВТ

Спокойное течение Сакмары

03.05.2017 День пятый

11.25 – выход из лагеря;
14.00 – осмотр порога Баракал;
14.25 – прохождение порога Баракал;
16.00 – дневной перекус на берегу;
16.15 – выход;
20.00 – стоянка (ночёвка);
За день пройдено около 20 км

На воду вышли не рано, в 11:25. Большой ходовой день.
К 14 часам подошли к порогу Баракал. По нашей воде порог не представлял сложности. Прохождение по центру по основной струе, на выходе смещаясь к правому берегу через проносную мягкую бочку. После порога огромное улово, удобное место для чалки. Просмотр по правому берегу.
Прошли с просмотром и страховкой с воды. Сначала К-6 «Урал», затем К-2 «БЭКС». Страховали уральцы.
На ночевку встали поздно, поскольку долго задержались на пороге прохождением 9 судов. Ставим лагерь почти в темноте. Стоянка хорошая, но не живописная. Дрова есть, но мало. После ужина и небольших посиделок с уральцами все отошли ко сну.

Общий вид пор. Баракал

Прохождение пор. Баракал экипажем К-6 «Урал»

Прохождение пор.Баракал экипажем К-2 «БЭКС»

Стоянка на левом берегу

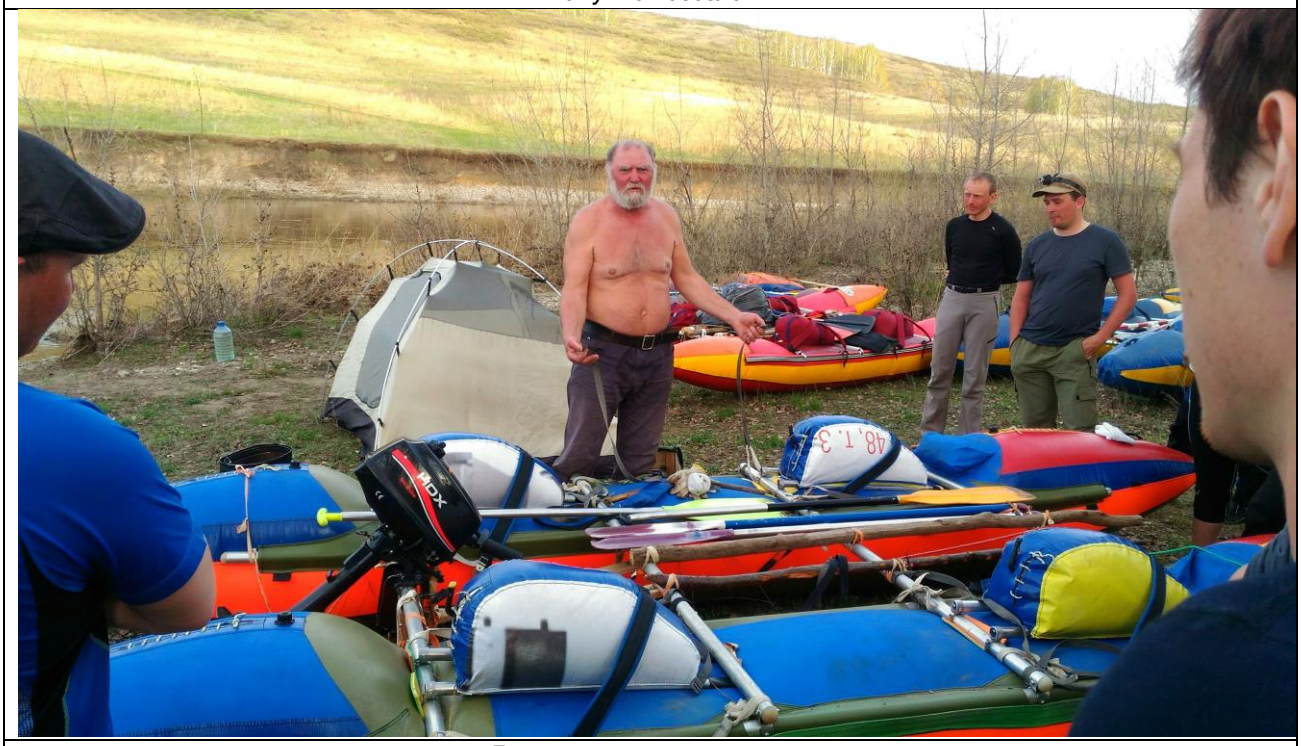
*09.05.16*День шестой

11.00 – выход из лагеря;
11.25 – набрали воды в Гранатовой долине;
16.00 – стоянка (ночёвка);
Отработка спасработ, оверкиль, страховка «морковкой»
Дневной переход осуществлялся в жёсткой сцепке двух катамаранов (двойка и четвёрка)
Прошли около 20 км.

Не ранний подъем, ленивые сборы. Последний ходовой день на Сакмаре.
Идти сегодня не много, до п. Пионерлагерь «Березка», а там и до антистапеля недалеко.
Вышли в 11, а через полчаса уже чалились к ручью, вытекающему их Гранатовой долины.
Конечно же, все бросились искать гранаты, и некоторым даже повезло. Гранаты действительно были, причем довольно приличных размеров – с копеечную монету.
Река совсем успокоилась, течение слабое. Река выходит на равнину, появился ветер. К-2 «БЭКС» при встречном ветре отстает, принято решение взять её на жесткую сцепку при помощи сырых веток, привязанных к продолинам. В таком положении наш «Сакмарский экспресс» обгоняет все суда.
К 16 часам подошли к месту последней стоянки. В запасе полдня, решили ещё раз устроить отработку аварийных работ на воде: спрыгивали с катамаранов, забирались на них, отрабатывали технику работы веслом при самосплаве, бросали морковки в самосплавщиков, переворачивали катамараны на струе и ставили их на ровный киль.
Вечером посиделки с уральцами в лагере екатеринбургского производителя катамаранов Горшкова Сергея Евлапьевича.

Поиски гранатов

Кому-то повезло



Горшков и его катамараны

05.05.17 День седьмой

08.30 – пробуждение;
11.50 – выход из лагеря (прошли 14 км);
12.40 – пос.Янтышево (антистапель);
15.30 – загрузка в «Газель», выезд в г.Оренбург.

С утра погода начала хмуриться. Как только вышли на воду, начался дождь. Через несколько поворотов показался пос. Янтышево. В это время дождь разошелся в полную силу. Пришлось проводить антистапель под дождем. О просушке судов речь уже не шла.

Оперативно был натянут тент, напилены дрова, приготовлен горячий чай. Через час все переоделись и собрались у костра. Температура упала до 10-12 град.

Поскольку сотовая связь в Янтышево до сих пор отсутствует, оставалось надеяться, что водитель, с которым договаривались о выброске, окажется порядочным. К 14 часам у уральцев подъехал большой 40-местный автобус и тентованная Газель под рюкзаки и катамараны. Наша Газель тоже пришла вовремя, но не к началу деревни, а к мосту, поэтому, взяв Газель у уральцев, пришлось перегнать ее к нашему лагерю.

К 15:30 закончили погрузку и, распрощавшись с уральцами, выдвинулись в сторону Оренбурга. Дорога обратно оказалась быстрее, и в 19 часов мы уже заселились в тот же хостел.

Приняв душ и соответствующий вид, отужинали в ресторане. Отбой был ранний, поскольку Хаутиеву наутро в 12 часов нужно было быть на работе в Ульяновске.

Антистапель

Лагерь в Янтышево

С Екатеринбургской ШВТ

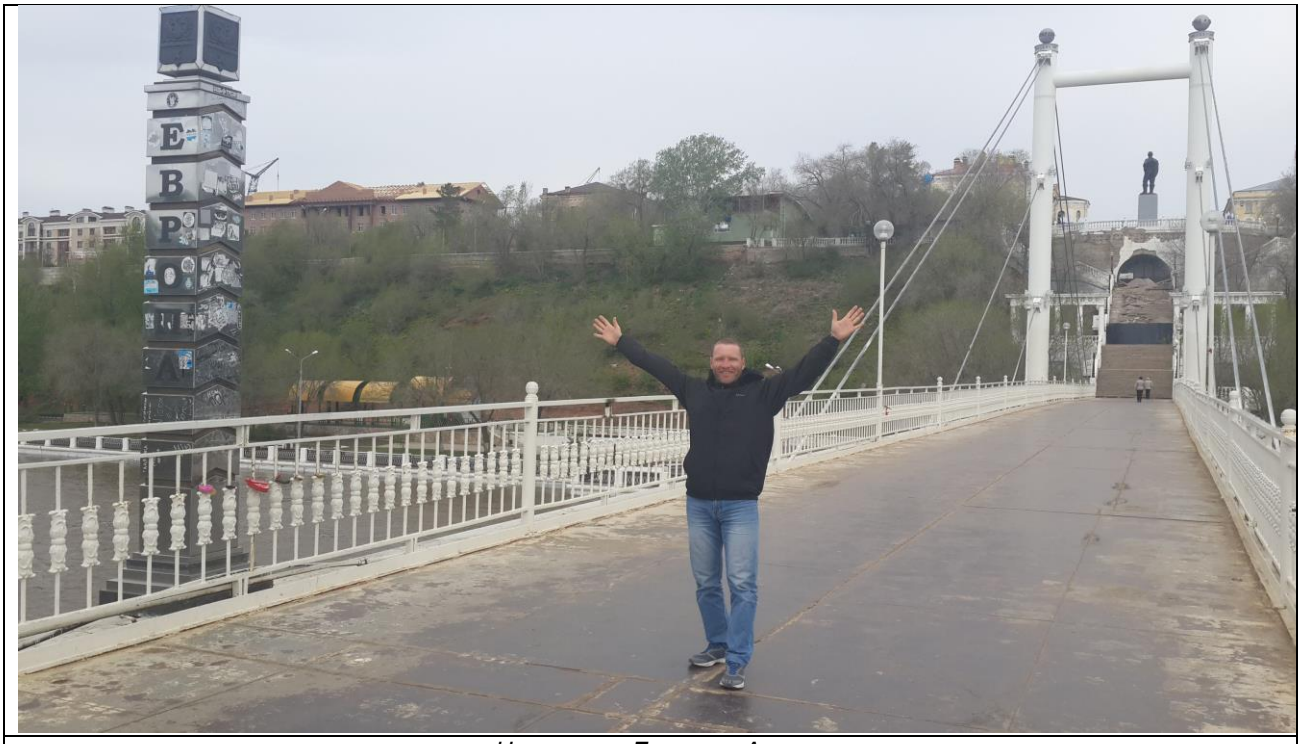
06.05.2017 День восьмой

В 5 утра уехали Ольга и Шарпудин, а мы, хорошо отоспавшись, прогулялись по пешеходной улице Советской до моста через р.Урал, где установлен знак Европа-Азия, осмотрели достопримечательности города.

Пообедали в кафе и на машине выдвинулись в Ульяновск. Дорога заняла 8 часов с остановками на перекус и дозаправку. К вечеру все благополучно добрались до дома.

Пешеходная улица Советская

Екатерининская арка



На границе Европы и Азии

2.7. Потенциально опасные участки маршрута

1) Пороги «Ложный Яман-Таш», «Яман-Таш», шивера «Питекантроп», пор. «Баракал».
Все пороги проходились с предварительным просмотром порогов с берега и страховкой как с берега, так и с воды.
2) Шиверы и перекаты проходились кильватерной колонной со взаимостраховкой.
3) Температура воды в апреле-мае не превышает 5-7^{0}С, поэтому гидрокостюм обязателен.

2.7.1. *Действия по обеспечению безопасности перед походом*

Перед походом группа встречалась для теоретической подготовки к сплаву. На лекциях были рассмотрены вероятные препятствия на реке и варианты их прохождения. Так же были рассмотрены случаи оказания экстренной медицинской помощи и поведения в экстремальных ситуациях. Были подробно рассмотрены лоции, карты местности, возможные пути аварийного выхода с маршрута.

Поскольку маршрут находится в эндемичном районе по клещевому энцефалиту, перед походом все участники прошли вакцинацию от энцефалита на базе Железнодорожной поликлиники.

Во время сплава члены группы приняли участие в семинаре по водному туризму, проводимому Екатеринбургской школой водного туризма на пор. Яман-Таш.

2.7.2. *Действия по обеспечению безопасности во время похода*

Перед выходом на маршрут руководитель Елизаров П.В. оповестил оперативного дежурного Главного управления МЧС России по Республике Башкортостан (450005, Уфа, 8 Марта, 12/1) по телефону, передав ему список участников похода, их координаты, сроки выхода на маршрут и окончания маршрута. Для сплава все участники имели хорошо подогнанное личное снаряжение: гидрокостюм, каску, неопреновыеноски перчатки, спасжилет, весло. На каждом катамаране имелось по одному запасному веслу. На катамаране «Урал-6» имелся 1, а на катамаране «БЭКС-2» 2 спасконца Александрова («морковки»).

Поскольку группа шла параллельно с группой Екатеринбургской школы водного туризма (50 чел), организация страховки как с воды, так и с берега не представляла никакой сложности.

При прохождении таких препятствий как шиверы, перекаты было организовано прохождение тандемом кильватерной колонной со взаимной страховкой с воды с расстоянием между судами 10-15 м.При прохождении ключевых порогов была организована страховка с берега спасконцами Александрова («морковками»).На дневке на пороге «Яман-Таш» отрабатывалась элементы спасработ с берега путем метания «морковки» в цель.

Имитация спасработ морковкой на пороге «Яман-Таш»

2.8. Выводы и рекомендации, итоги

Группа успешно прошла маршрут, участники и руководитель повысили свое спортивное мастерство. Поход был интересен и полезен всем участникам. Осуществлена общая идея похода.

Участие двух экипажей: Елизаров-Елизарова (смешанные катамараны-двойки), Елизаров-Галактионов (мужские катамараны-двойки) выявило хороший уровень подготовки нашей группы по ТВТ в дисциплине «Дистанция» (7 место из 14 участников).

Очень полезно было общение с туристами-водниками из другого региона, обмен опытом, усвоение новых навыков.

2.8.1. *Рекомендации по выбору района путешествия и нитки маршрута*

При выборе района похода и нитки маршрута выдвигались требования:

- наличие удобного автомобильного подъезда и выезда с маршрута
- возможность проведения полноценных тренировок для подготовки (в перспективе) кмаршрутам более высокой категории сложности,
- красивая природа Южного Урала,
- возможность прохождения маршрута в ограниченные майскими праздниками сроки.

Из всего разнообразия водных маршрутов Европейской части России этим требованиям вполне удовлетворяет маршрут по реке Сакмара. Район позволяет осуществлять водные путешествия, как со спортивными задачами, так и с краеведческими.

2.8.2. *Выводы и рекомендации по маршруту*

1) Река Сакмара – одна из наиболее доступных для посещения и популярных рек Южного Урала. Удобная заброска и выброска, хорошая дорога в обе стороны. И одновременно – довольно малая населенность реки.
2) Время пребывания на маршруте можно достаточно точно рассчитать, что позволяет заранее договориться о выброске.
3) Река очень красивая. Однако, в связи с популярностью маршрута среди туристов, довольно часто встречаются замусоренные участки.
4) О погоде. В 2017 годуна майские праздники погода была хорошая, солнечная,стояла аномальная жара с температурой 25-30 градусов в то время, как неподалеку, в долине р.Лемезы шел снег. Только на антистапеле нас настиг сильнейший ливень.
5) К началу мая активизируются клещи, в нашем походе укушен никто не был, но регулярно производился осмотр.
6) Из сотовых операторов на маршруте связи почти нигде нет, на месте антистапеля в пос.Янтышево связь так же отсутствовала, поэтому договариваться в выброске нужно заранее и прибывать к месту выброски вовремя к точно назначенному времени или заранее.

2.8.3. *Выводы и рекомендации по снаряжению*

Снаряжение было традиционное, применяемое в водных походах.
Набор снаряжения полностью нас удовлетворил, перечень представлен в приложении.
Аптечка была пополнена, исходя из рекомендаций Гаева. Ремнаборы были собраны в один основной комплект и один вспомогательный (по количеству судов) и распределены на оба судна. Также на разных судах находились спасконцы (3 шт.), 2 насоса.

2.8.4. *Организация питания, ночевок*

Продукты для похода были подобраны с учетом веса, калорийности, соотношения жиров-белков-углеводов и упакованы герметично. Раскладка представлена в приложении. Пищу готовили на костре. В группе было 2 палатки, в каждой из них жил экипаж.

2.8.5. *Познавательное и воспитательное значение похода*

Природа на Южном Урале разнообразна и интересна, все реки разные, поэтому познавательную роль похода переоценить сложно.

По ходу подготовки и проведения похода каждый участник группы выполнял роль согласно штатного расписания: завхоз, экспедитор, реммастер, медик, фотограф, финансист и т.д. Самостоятельное выполнение любой из этих обязанностей невозможно без получения новых знаний, умений, навыков, которые были развиты и закреплены в ходе путешествия.

В любом походе достаточно много дискомфортных условий пребывания. А маршрут, пройденный при не всегда благоприятных погодных условиях, требует проявления дисциплины, выдержки, силы воли, дружелюбия, взаимопомощи, товарищеской поддержки, честности и справедливости.

2.8.6. *Итоги прохождения маршрута*

В рамках традиционного весеннего сплава группой в полном объеме пройден интересный водный маршрут второй категории сложности на Южном Урале. Участники похода повысили свою спортивную квалификацию, поучаствовали в соревнованиях по ТВТ в дисциплине «Дистанция», прослушали семинар Екатеринбургской ШВТ, получили возможность участвовать в походах более высокой категории сложности, приобрели технический и тактический опыт, необходимый для организации сплава в весенний период, отдохнули. Это

хороший, насыщенный маршрут.

С погодой нам повезло. Жаркая погодапозволила насладиться весенним теплом. Прохождение этой реки на выбранных типах судов (двух, и шестиместном катамаране) особых сложностей не вызвало. Предварительная договоренность с транспортом облегчила заброску и выброску группы на маршрут.

Можно рекомендовать всем желающим пройти данный маршрут, как для повышения опыта, так и просто для хорошего активного отдыха в весеннее время.

3. Фотографии экипажей

3.1. Экипаж «Бэкс-2»

3.2. Экипаж «Урал-6»

4. Список литературы и отчетов

1. Организация работы туристских маршрутно-квалификационных комиссий: методические рекомендации. М: Центральное рекламно-информационное бюро «Турист», 1974

2. Перечень маршрутов и препятствий по всем видам в PDF.-Туристско-спортивный союз России

3. Перечень классифицированных туристских маршрутов на 1977—1980 годы. — М., Центральное рекламно-информационное бюро «Турист», 1978.

4. Методические рекомендации по подготовке отчётов о самодеятельных туристских путешествиях, «Центральный совет по туризму и экскурсиям» - Управление самодеятельного туризма. - М., - Центральное рекламно-информационное бюро «Турист», 1977.

5. Попчиковскнй В., Рязанский Н. Туристские спортивные маршруты. Перечень классифицированных туристских спортивных маршрутов на 1989-1992 г. М., Профиздат, 1989.

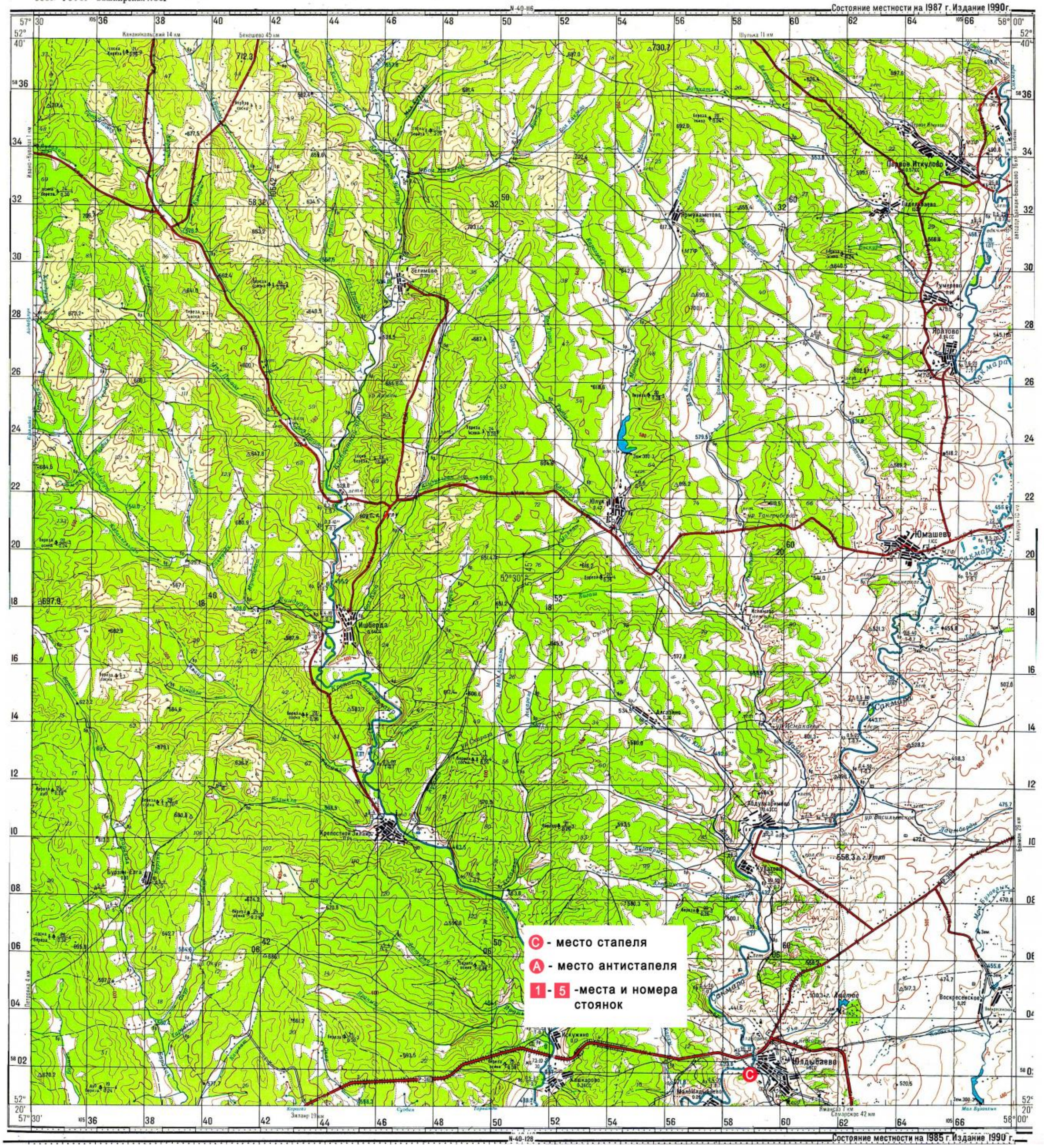
6. Л.А. Плечко, И.П. Сабанеева. "Водные маршруты СССР. Европейская часть".

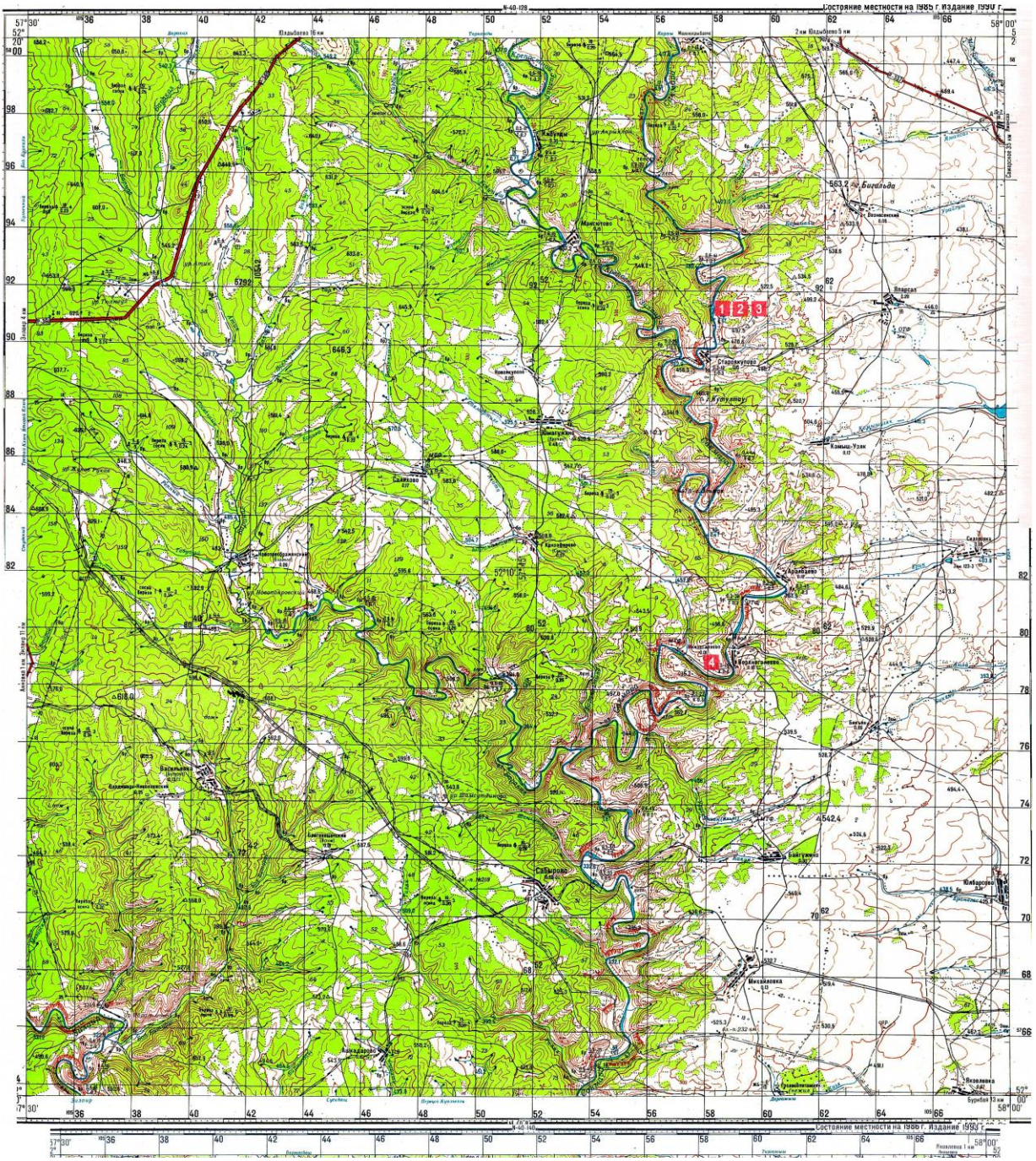
7. Отчет о водном туристическом путешествии II категории сложности в районе Южного Урала по маршруту р. Сакмара (г. Ульяновск, 29.04.2010-11.05.2010, рук.А. Гаврилов).

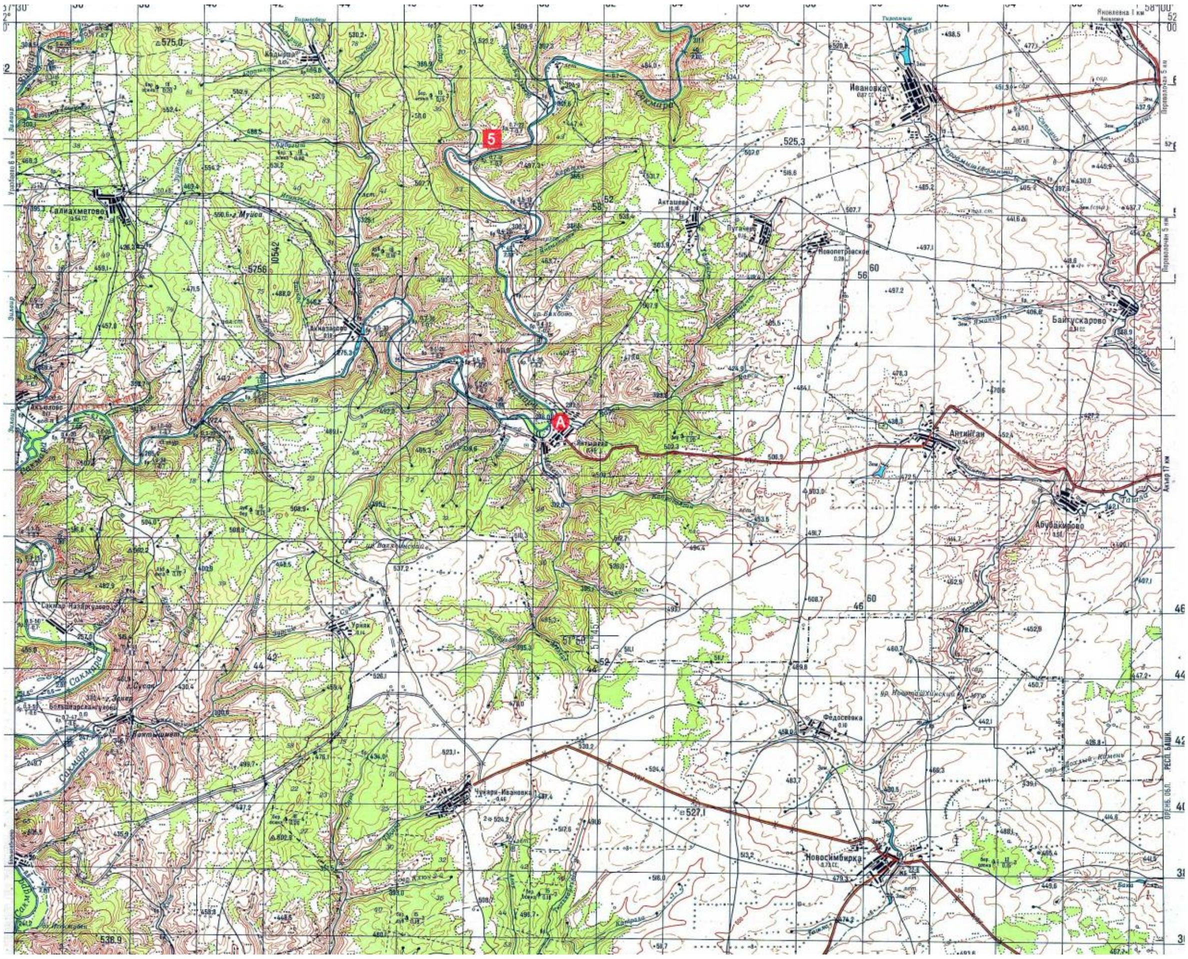
5. Приложения

5.1. Картографический материал

Водный поход 2 кс р.Сакмара 29.04-05.05 2017

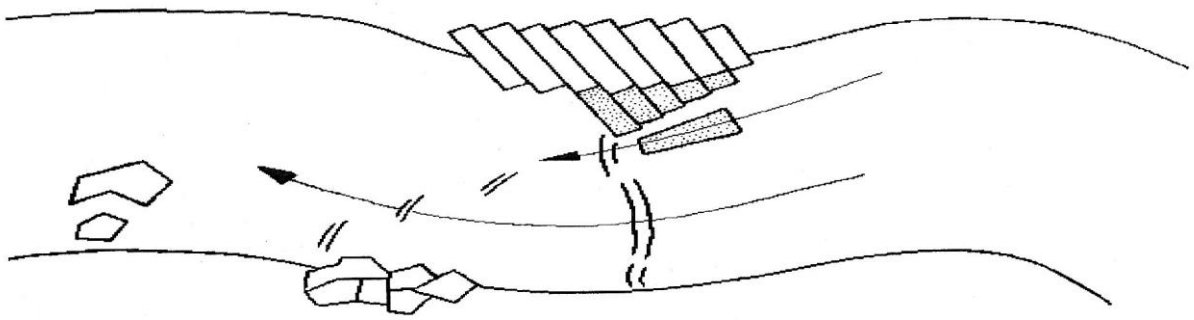



1
2
3
4

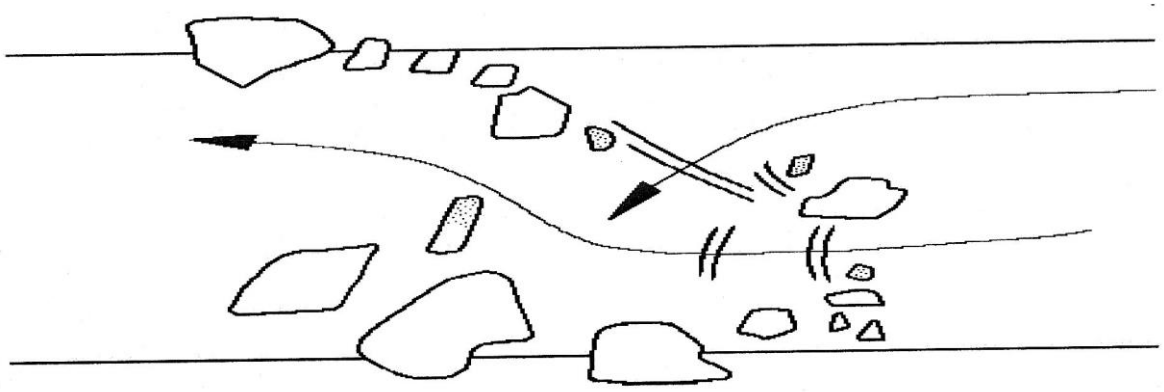

5
A
Салихметово
Кадырша
Акназарово
Ивановка
Акташево
Пугачев
Новопетровское
Байтускарово
Антингап
Абубакирово
Федосеевка
Новосимбирка
525,3
575,0

5.2. Схемы порогов

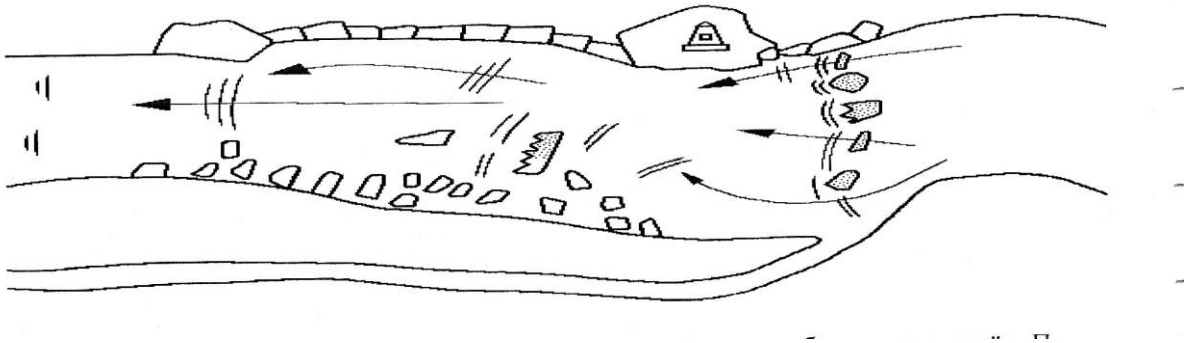
Пор. Яман-Таш 1 ступень



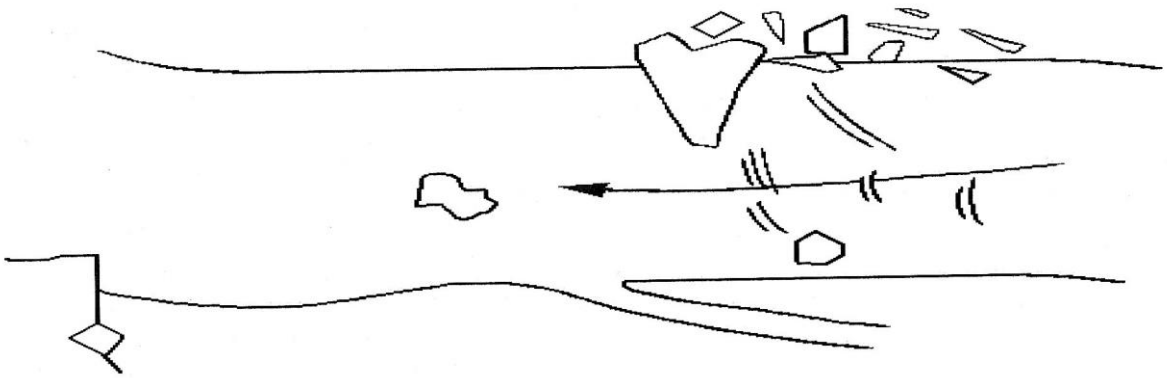
Пор. Яман-Таш 2 ступень



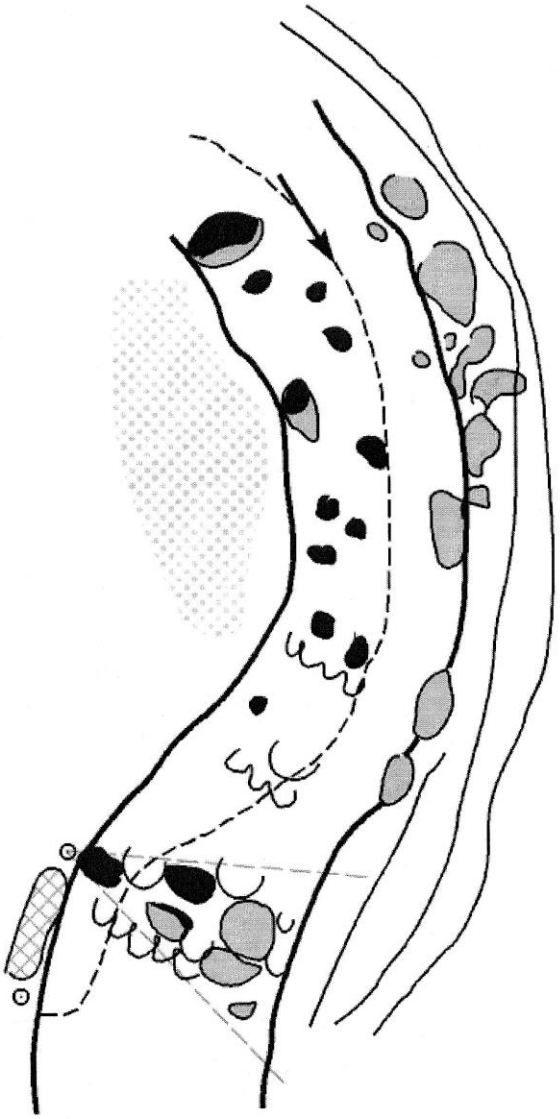
Пор. Яман-Таш 3 ступень



Пор. Яман-Таш 4 ступень



Пор. Баракал



5.3. Список снаряжения группы

Снаряжение	Пояснения
Одежда ходовая на воду	
Обувь сплавная	Кроссовки/кеды старые на 1-2 размера больше с нескользкой подошвой - мокрый вариант.
Носки неопреновые	Вариант - шерстяные носки в кроссовки. Резиновые сапоги - нельзя.
Вариант 1 - Гидрокостюм мокрый - если планируется дальнейшее хождение - то стоит купить:	
Неопреновый костюм	можно только брюки или шорты
Ветрозащитный костюм на неопрен (сухая гидра)	от брызг, ветра, а также чтобы не рвать неопрен
Вариант 2 - "Сухой":	
Гидроштаны	непромокаемые, герметичные внизу и на поясе (широкой резинкой). Можно купить или сшить, главное проклеить по швам, что бы брызги не протекали, но в походе 3 к.с. - эту уже очень мокро и холодно.
Под гидроштаны	Нательные шерстяные рейтузы или термобелье. 2 или 3 шт. на случай промокания!
Гидрокуртка	Непромокаемая, герметичная на рукавах, горле и поясе - идеально. Но подойдёт хорошая непромокаемя ветровка.
Подгидренное	Шерстяная водолазка или термобелье, хорошо подойдёт поларка+футболка или водолазка синтетическая гигроскопичная. 2 или 3 шт. на случай промокания!
Теплый верх	На случай дикого холода или купания, свитер или жилетка под гидрокуртку
Перчатки	Неопреновые или кожаные, или поларовые - на холодную погоду, чтобы не натереть руки и чтобы весло не скользило или х/б (нейлоновые) хозяйственные перчатки - тоже вариант.
Каска	специальная водная > хоккейная > роллерная >= но, не строительная
Спасжилет	надувной >25 литров с паховыми ремнями, плюс обвязка и карабин
Стропорез	Нож, который крепится на спасжилете, вынимается одним движением и режет веревку -"шестерку" с первого раза,тупой с конца
Веревка для привязывания рюкзака или крабы	5-6 метров, желательно "шестерки", купить спец. крабы или их сшить
На стоянку (основное)	
Шорты и сланцы	в поезд
Одежда до поезда в город	то, в чём будете ехать до вокзала и обратно (по желанию)
Кроссовки, ботинки и т.п.	для ходьбы посуху
Резиновые сапоги	для грязной жижи :) при желании
Носки тёплые	Можно шерстяные или мохровые
Тонкие носки	можно махровые (4-5)
Штаны/брюки на берег	Камуфляж и прочие варианты...
Нижние штаны для тепла на вечер/утро или отдельные	Рейтузы или тёплые колготки/лосины. Или отдельные брюки.
Теплый свитер + доп.	Поларка и пр. Лучше 2 тонки кофты (полар) и 1 более теплую (если нет ветровки)
Куртка легкая от ветра/дождя/клеща	Типа ветровки из капрона/авизента с подкладкой
Куртка теплая на вечер/утро	на 0 с ветром и мокрым снегом пополам с дождем :)
Накидка-дождевик	Например, Атеми или Спортмастер
Футболка	по потребностям, учтите поезд (3-4)
Рубашка с длинным рукавом	от солнца и комаров (1-2)
Шляпа от солнца	панамка, стетсон... :) защитить нос и уши
Шапка от холода	шерстяная вязаная или полар
Перчатки рабочие	х/б с резинками на ладошках, для стапеля и антистапеля
Перчатки от холода	по потребности, можно варежки
Купальник, плавки	для бани
Белье	по потребности
Ночное	
Тельняшка и штаны на ночь	чтобы спать на 100% в сухом, это вещи использовать только ночью, что бы были сухими
Ночное тёплое	У гого спальник не очень тёплый - сверху надевать все, что есть. Не стоит лишнего брать

Носки на ночь	Теплые и сухие
Снаряжение личное	
Рюкзак	Минимум 90, лучше 120 литров
Гидромешок в рюкзак	Сваренный из полиэтилена или фирменный, обязательно!
Гидромешок малый	для фото / связи / аптечки / ремнабора / НАЗ снаружи рюкзака
Спальник	с минимальной температурой комфорта 0
Коврик	двухслойная ижевская пенка стандартного размера
Сидушка	кусок пенки на резинке для раздувания огня и сидения на чем попало
Фонарик	налобный фонарь + запасной комплект батареек
Свеча	для уютных вечеров
Спички	в герметичной упаковке, например от фотоплёнки
Мешки для мусора	используются по прямому и переносному назначению
Личная аптечка	Вы про себя знаете, что надо Обязательно сообщить руководителю о своих заболеваниях и противопоказаниях!!!!
Нитка, иголка, булавки	1 на семью, можно не брать
Гигиенический набор	Зуб.паста, щетка, крем жирный защитный или детский (руки на холоде и на воде могут трескаться), мыло небольшое, салфетки влажные, можно шампунь одноразовый, бумага туалетная, далее по желанию...
Туалетная бумага	в поезд тоже
Полотенце	Одно маленькое и тонкое большое для бани
ТЕРМОС	
КЛМН	Кружка, ложка, миска, нож (нож 1 на семью)
Репелент	Для жеалющих лучше привиться от энцефалита, делают в ж/д поликлинике в будние дни до 15 часов, 450 руб.
Палатка, дуги, колья	Непромокаемая, двухслойная
Верёвочки	Несколько штук обязательно, всегда пригождаются в водном походе.
Губки бытовые	для мойки катов, для посуды, для себя)))
Полиэтилен	Кусок полиэтилена 2х2 м или чуть меньше, для удобства собираться или на всякий случай
Документы и деньги	Паспорт, полис, запас денег наличных, билеты ж/д, телефон с заряд., часы
Общественное	
Спалвсредство	Катамаран в комплекте
Весла с поплавками + 1 запасное на судно	
Морковка (спасконец) 1 на судно	
Резина для вязки или кницы, болты	
Чалка из "десятки", длиной мин. 10 м	
Палуба при необходимости	
Верёвка для рамы	при необходимости
Леер	
Ремнабор, инструменты	
Насос	
Рации	
Навигатор	
Документы	
Регистрация МЧС	
Карта топографическая	2 шт
Лоция	2 шт
Описание, мар. книжка и прочее официальное группы	2 шт
Компас	

Ручки, карандаши	
Дневник (блокнот)	
Дежурный мешок	сумка, в которую складывают все нижеперечисленные вещи
Газетная бумага или сухое горючее	
Зажигалка	пьезо
Спички в гермоупаковке	
Мусорные пакеты	1 пачка
Пластиковые бутылки	для чая, воды в "дорогу", 1 литр мин на чел.
Половник	
Противень или сковородка	
Разделочная доска	
Норма жадности	
Соль, сахар, специи в гермоупаковках	
Тёрка	
Тряпки, ёршик, губка	
Средство для мытья посуды	в непротекаемой таре
Миска групповая для салатов	
Сама сумка	
Фильтр для воды	
Столовый полиэтилен	
Костровое	
ДоЛары (крючки костровые)	в дежурном мешке
Рукавица	в дежурном мешке
Верёвка для треноги, шестёрка	в дежурном мешке
Бивачное	
Тент	
Топор большой	
Топор малый	
Пила бензиновая	
Пила цепная	
Котёл для еды основной, 10 л	
Котел для чая, 5 л	
Котел еще?	3 литра есть
Фонарь для стола	есть круглый
Рыбацкое	Блесна, двойники, тройники, катушки, крючки, леска, мушки, нитки шелковые, пенопласт, свинец, спининг...
Фото, видео + гермоупаковка, аккумуляторы, флешки и пр.	Павел фото, Илья Кочетков - камера
Ремнабор	
Обезжириватель	Бензин, ацетон
Болты, гайки, шурупы	
Иглы простые	5-6 шт
Иглы цыганские	2-3 шт
Изолента	2 шт
Скотч армированый	1 шт
Клей полиуретановый "900"	500 мл
Надфиль	плоский, трейгольный, круглый

Наждачная бумага	
Нитки капроновые	толстые и тонкие
Ножницы	1 шт
Ножовочное полотно	1 шт
Отвертка + и -	2 шт
Пассатижи	1 шт
Проволока медная	
Резина, серебрянка, чернуха, ПВХ	
Ручка шариковая	
Сверла	d=5 и 3 мм
Шило	
Гидромешок для ремнабора	1 шт
Зажигалка	пьезо

5.4. Продуктовая раскладка

р. Сакмара (II к.с.), 29.04.2017-05.05.2017							Раскладка				
кол-во человек		5									
Продукты	**раз**	**на 1 раз.на 1 чел. в ед.**	**раз./ груп.**	**всего**	**ед. изм.**	**вес в гр ед.**	**масса, гр**	***фасовка в граммах***	***Покупать/ фасовать всего***	**Кому по порции**	**Кому по порции 2**
брынза	2	70,00	350,00	**700,00**	**гр**		700,00	350,00	2 упаковки по 350 гр	Шарпудин	
вафли	2	2,00	10,00	**20,00**	**шт**	**15**	300,00	150,00	2 пачки по 10 штук (по 150 гр)	Павел	
вермишель для супа	2	10,00	50,00	**100,00**	**гр**		100,00	50,00	2 пакетик	Женя	
горчица	4	2,00	10,00	**40,00**	**гр**		40,00	10,00	1 упаковка	дежмеш	
гречка	2	80,00	400,00	**800,00**	**гр**		800,00	400,00	2 пакетика по 400 гр	Илья	
заедки	4	50,00	250,00	**1 000,00**	**гр**		1 000,00	250,00	4 пакетика по 250 грамм	Илья	
зажарка	6	0,14	0,71	**4,29**	**пакет**	**10**	42,86	7,14	6 пачек	Женя	
заправка для борща	1	0,30	1,50	**1,50**	**шт**	**30**	45,00	45,00	1 шт	Женя	
зелёный горошек	2	0,20	1,00	**2,00**	**шт**	**340**	680,00	340,00	2 банки 340 гр	Илья	
зефир	2	3,00	15,00	**30,00**	**шт**	**20**	600,00	300,00	1 порция + 6 шт. и шок. Нескв.	Илья	
имбирь	5	30,00	150,00	**750,00**			750,00	150,00	750 гр. (на 5 раз)	Шарпудин	
какао	1	20,00	100,00	**250,00**	**гр**		250,00	250,00	пачка	Женя	
капкан ебыгыз	2	1,00	5,00	**10,00**	**шт**	**50**	500,00	250,00	10 штук	Павел	
капуста суш	1	0,14	0,71	**0,71**	**шт**	**20**	14,29	14,29	1 шт	Женя	
карамель в паёк	4	2,00	10,00	**50,00**	**шт**	**15**	750,00	187,50	каждому отдельно поровну	Женя	
картофель в суп	2	2,00	10,00	**20,00**	**шт**	**60**	1 200,00	600,00	2 порции по 10 шт	Илья	Женя
кетчуп	5	10,00	50,00	**250,00**	**гр**		250,00	50,00	2 пачки	Павел	
козинаки	2	2,00	10,00	**20,00**	**шт**	**20**	400,00	200,00	2 порции по 200 гр	Павел	
колбаса	2	50,00	250,00	**500,00**	**гр**		500,00	250,00	3 паки по 300 гр.	Павел	
компотная смесь	1	10,00	50,00	**50,00**	**гр**		50,00	50,00	1 пакетик	Женя	
конфеты "Коровка"	1	3,00	15,00	**15,00**	**гр**	**15,0**	225,00	225,00	1 пакетик по 3 конф. на чел.	Павел	
кисель	1	2,00	10,00	**10,00**	**гр**	**30,0**	300,00	300,00	10 пакетиков	Павел	
кофе	6	4,00	20,00	**120,00**	**гр**		120,00	20,00	1 пачка	Павел	
кукуруза ж/б	1	0,40	2,00	**2,00**	**шт**	**200**	400,00	400,00	2 банки	Шарпудин	
изюм на кашу	2	5,00	25,00	**50,00**	**гр**		50,00	25,00	2 пакетика	Женя	
куриный рулет	2	30,00	150,00	**300,00**	**гр**		300,00	150,00	2 куска по 200 гр	Илья	
кускус	1	80,00	400,00	**400,00**	**гр**		400,00	400,00	400 гр 1 пакетик	Павел	
лимон	11	0,20	1,00	**11,00**	**шт**	**100**	1 100,00	100,00	15 шт	Павел	
лук	6	0,30	1,50	**9,00**	**шт**	**50**	450,00	75,00	5 штук	Оля	
майонез	4	20,00	100,00	**400,00**	**гр**		400,00	100,00	3 шт по 300 гр	дежмеш	

макароны	2	100,00	500,00	**1 000,00**	**гр**		1 000,00	500,00	2 пакетика по 600 гр	Илья	
мясо в вакууме	2	50,00	250,00	**500,00**	**гр**		500,00	250,00	3 упаковки по 250 гр	Шарпудин	
грибы мар.	1	0,50	2,50	**2,50**	**шт**	**250**	625,00	625,00	2 банки	дежмеш	
овсяная каша	2	75,00	375,00	**750,00**	**гр**		750,00	375,00	2 пакетика по 400 гр	Оля	
оливки	3	0,40	2,00	**6,00**	**шт**	**420**	2 520,00	840,00	3 банки	Оля	
орехи в паёк	4	20,00	100,00	**400,00**	**гр**		400,00	100,00	каждому отдельно поровну	Женя	
пастила	2	2,00	10,00	**20,00**	**шт**	**15**	300,00	150,00	2 упаковки по 10 шт	Оля	
паштет	3	0,50	2,50	**7,50**	**шт**	**95**	712,50	237,50	6 шт по 95 гр	Оля	
перловка	1	80,00	400,00	**400,00**	**гр**		400,00	400,00	400 гр 1 пакетик	Илья	
печенье	3	2,00	10,00	**30,00**	**шт**	**15**	450,00	150,00	3 пачки по 10 шт	Оля	
плавленный сыр в суп	1	0,30	1,50	**1,50**	**шт**	**200**	300,00	300,00	3 пачки мал.	Женя	
приправа для плова	1	1,50	7,50	**7,50**	**гр**		7,50	7,50	1 шт	Женя	
приправа фунчозы	1	0,20	1,00	**1,00**	**шт**	**20**	20,00	20,00	2 шт	Женя	
пряники	1	2,00	10,00	**10,00**	**шт**	**20**	200,00	200,00	1 уп.по 5 шт + еще 5 шт	Оля	
пшеничная каша	1	80,00	400,00	**400,00**	**гр**		400,00	400,00	1 пакетик по 400 гр	Оля	
рис для каши	2	90,00	450,00	**900,00**	**гр**		900,00	450,00	2 пакетика по 450 гр	Илья	
рис пропаренный	1	100,00	500,00	**500,00**	**гр**		500,00	500,00	1 пакетика по 500 гр	Шарпудин	
рыбные кон.в суп	1	0,40	2,00	**2,00**	**шт**	**300**	600,00	600,00	2 банки	Илья	
рыбные кон.перекус	1	0,60	3,00	**3,00**	**шт**	**300**	900,00	900,00	3 банки	Шарпудин	
сайра	1	0,40	2,00	**2,00**	**шт**	**300**	600,00	600,00	2 банки	Илья	
сало	4	40,00	200,00	**800,00**	**гр**		800,00	200,00	700 гр	Павел	
сахар	19	15,00	75,00	**1 425,00**	**гр**		1 425,00	75,00	1,5 кг	Шарпудин	
сгущенка в кашу	5	20,00	100,00	**500,00**	**гр**		500,00	100,00	2 банки по 750 гр	Оля	
мясо в банке заначка	0								2 банки по 750 гр	Женя	
сникерс	1	1,00	5,00	**5,00**	**шт**	**50**	250,00	250,00	5 штук	Женя	
соль	13	5,00	25,00	**325,00**	**гр**		325,00	25,00	300 гр	Женя	
сух сливки	4	10,00	50,00	**200,00**	**гр**		200,00	50,00	1 штпо 300 гр	Женя	
сухари	11	45,00	225,00	**2 475,00**	**гр**		2 475,00	225,00	10 пачек	Женя	
сыр	6	20,00	100,00	**600,00**	**гр**		600,00	100,00	7 кусков по 150 гр	Оля	Шарпудин
сыр копчёный	1	40,00	200,00	**200,00**	**гр**		200,00	200,00	1 кусок по 200 гр	Илья	
оливковое масло	2	10,00	50,00	**100,00**	**гр**		100,00	50,00	1 банка 100 гр	Женя	
тушенка	5	0,40	2,00	**10,00**	**шт**	**380**	3 800,00	760,00	10 банок	Шарпудин	Илья
тушенка баранина	2	0,40	2,00	**4,00**	**шт**	**300**	1 200,00	600,00	4 банки	Павел	
тушенка куриная	2	0,40	2,00	**4,00**	**шт**	**380**	1 520,00	760,00	4 банки	Павел	
фасоль белая	1	0,20	1,00	**1,00**	**шт**	**380**	380,00	380,00	1 банка	Павел	

финики в паёк	4	20,00	100,00	**400,00**	**гр**		400,00	100,00	каждому отдельно поровну	Женя	
фрунчоза	1	0,30	1,50	**1,50**	**шт**	**50**	75,00	75,00	1 упаковка	Женя	
халва	1	80,00	400,00	**400,00**	**гр**		400,00	400,00	1 пачка по 400 гр	Илья	
хлеб	4	20,00	100,00	**400,00**	**гр**		400,00	100,00	2 буханки		
хлеб белый	3	50,00	250,00	**750,00**	**гр**		750,00	250,00	2 буханки		
хлеб черн	1	50,00	250,00	**250,00**	**гр**		250,00	250,00	2 буханки		
чай	20	5,00	25,00	**500,00**	**гр**		500,00	25,00	3 пачки по 150 гр	Женя	
чеснок	8	25,00	125,00	**1 000,00**	**гр**		1 000,00	125,00	1 кг	Женя	
чечевица для супа	1	50,00	250,00	**250,00**	**гр**		250,00	250,00	1 пачка по 250 гр	Павел	
чечевица красная	1	80,00	400,00	**400,00**	**гр**		400,00	400,00	1 пачка 400 грамм	Женя	
шок конфеты	2	2,00	10,00	**20,00**	**шт**	**20**	400,00	200,00	3 пакетика по 10шт	Женя	
шоколад	6	0,30	1,50	**9,00**	**шт**	**100**	900,00	150,00	5 шт	Оля	
шпроты	1	0,40	2,00	**2,00**	**шт**	**240**	480,00	480,00	2 банки	Оля	
щербет	2	45,00	225,00	**450,00**	**гр**		450,00	225,00	2 пачки по 250 гр	Оля	
огурцы свежие в салат	2	1,00	5,00	**10,00**	**шт**	**30**	300,00	150,00	10 штук	Женя	
стебель сельдерея	2	2,00	10,00	**20,00**	**шт**	**20**	400,00	200,00	2 упаковки	Женя	
яблоко в салат	2	1,00	5,00	**10,00**	**шт**	**20**	200,00	100,00	10 штук	Женя	
халва кунжутная	1	45,00	225,00	**225,00**	**гр**		225,00	225,00	1 пачка 250 гр	Шарпудин	
							46 357,14				

Дополнительно у завхоза было меню на каждый день.

5.5. Походная аптечка

Наименование препарата	Назначение	Приём и дозы	наличие
ПЕРЕВЯЗОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ			
Бинт стерильный	Перевязка ран, фиксация переломов		5
Бинт нестерильный	то же		3
Эластичный бинт	Фиксация		2
Эластичный бинт трубчатый			2
Вата нестерильная			1
Жгут кровоостанавливающий	Остановка кровотечений		1
Лейкопластырь широкий	Фиксация		2
Лейкопластырь бактерицидный	Остановка кровотечений		10
АНТИСЕПТИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА			
Раствор бриллиантовойзел.	Обработка ран и ссадин		1
Настойка йода 3-5%	Обработка ран и ссадин	Дополнительно при ангине: полоскание горла 3-4 капли на 100 мл тёплой воды	1
Перманганат калия (марганцовка)	Промывание ран, обеззараживание воды дезинфекция воды (2-3 г на ведро -слабо-розовый)	Обработка ран, промываение гнойных ран промывание желудка (бледно-розовый)	1
Бора-Плюс крем	Укусы насекомых, ожоги, ссадины		2
Пантенол	Ожоги		1
Гидроперит	Полоскание рта, кровотечения, стоматит, тонзилит	1 табл=15 мл перекиси	50
Фурацилин	Промывание ран, обеззараживание воды		10
ПРОТИВОВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА			
Эритромицин	Температура, воспаления	По одной табл (0,5 г) 4 раза в день (max 4)	20
Доксициклин	Воспаления, укус клеща	1 капсула 2 раза в день	20
Сульфатдиметоксин	Воспаления, отит, ларингит, цистит	2-4 табл в 1 день, потом по 1	20
ОБЕЗБОЛИВАЮЩИЕ И ЖАРОПОНИЖАЮЩИЕ СРЕДСТВА			
Нурофен	Боль при травмах и воспалениях	1 табл 3 раза в день после еды	20
Каффетин	Зубная, головная боль, миалгия	1 табл 3-4 раза в день	10
Парацетамол	Воспаления, ОРВИ	1 табл 2 раза в день (макс 2)	30
ТераФлю	Воспаления, ОРВИ	1 уп 3 раза в день	10
Нимесил	Противоспалительное, жаропонижающее		5
Мидокалм	Остеохонроз, радикулит	1 табл 1-2 раза в сут	20
Кеторол	Боль при травмах	1 табл 4 раза в сут (макс 40 мг)	30
Цитрамон	Головная боль		10
Быструм-Гель	Растяжения		1
СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ СРЕДСТВА			
Валокордин, корвалол	Боль в области сердца, снижение давления	20 капель при болях в области сердца	20
Валидол	Боль в области сердца	под язык	10
Нитроглицерин	Боль в области сердца,стенокардия	под язык	1
Адреналин	Аллергия, спазм, астма	0,5 мл 0,1% под кожу	1
СОГРЕВАЮЩИЕ СРЕДСТВА			
Кофеина бензоат натрия	Шок, снижение давления, переохлаждение, обморок	2-3 табл за раз	20
Горчичники			10
Бальзам "Золотая Звёзда"	ОРЗ, укусы насекомых, простуда		1
ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ СРЕДСТВА			
Левомецитин	Кишечные инфекции	1 шт 3-6 раз в день после еды	20
Фталазол	Кишечные инфекции	по 4 табл в день после еды	20
Но-шпа (дротаверин)	Спазмы	1 шт 3 раза в день	20
Активированый уголь	Отравления, вздутие живота	1 табл на 10 кг веса, неограниченно	40
Лоперамид	Понос	1 табл 3 раза (макс 8)	20
Сенаде	Запор	1-2 табл	30
Смекта	Понос, гастрит, язва	1 пакет 3 раза в сутки	10
Фестал	Улучшение пищеварения	1 шт во время еды	20
Атропина сульфат	Колики	в ампулах	1
Драмина	Тошнота, морская бллезнь	1 табл 2-3 р в сут перед едой	2
ПРОТИВОАЛЛЕРГИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА			
Лордестин	Аллергия	1таб в день	20
Преднизолон	Аллергия, отёк Квинке	0,025-0,05 г в сут (2-3 приёма во время еды)	3
МЕДСРЕДСТВА			
Термометр	Измерение температуры		1
Ножницы			1
Шприцы одноразовые 5 мл	Введение препаратов		0
Булавки	Фиксация		5
Крем	Смазывание кожи		1
Нашатырный спирт	От обморока		1
Перекись водорода	Кровоостанавливающее		1
ВИТАМИНЫ	Витамин С, Ревит		250+100