

ФЕДЕРАЦИЯ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА УЛЬЯНОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Неформальное объединение туристов города Ульяновска
«Русские Бульдозеры»

ОТЧЕТ

о прохождении пешеходного спортивного маршрута
первой категории сложности
по республике Абхазия,
совершенного группой туристов «Русские бульдозеры»
в период с 25 июня по 2 июля 2022 года.

Маршрутная книжка № __-22П
Руководитель группы: Борисов В.Б.
Адрес: 432072, город Ульяновск,
Пр-т ген. Тюленева, д. № 12, кв. № 123,
Телефон: 8-908-488-19-47 (м)
e-mail: vladimir_metal@mail.ru

Маршрутно-квалификационная комиссия РОО «Ульяновская Федерация спортивного туризма» рассмотрела отчет и считает, что маршрут соответствует _____ категории сложности и может быть зачтён _____ участникам и руководителю.

Судья маршрутной квалификации _____ (_____)

Штамп МКК

Содержание

1.	Справочные сведения о маршруте	3
2.	Определяющие препятствия на маршруте	4
3.	Список группы	5
4.	Содержание отчёта:	
4.1.	Идея похода	6
4.2.	Район проведения похода	6
4.3.	Обеспечение безопасности на маршруте	7
4.4.	Транспорт	7
4.5.	Запасные и аварийные варианты	8
5.	Изменения маршрута	9
6.	Расчет категории сложности похода	11
7.	Тактико-техническое описание маршрута	13
8.	Потенциально опасные участки маршрута	29
9.	Дополнительные сведения о походе	30
10.	Итоги, выводы, рекомендации	36

Проводящая организация
 Неформальное объединение туристов
 города Ульяновска «Русские Бульдозеры»
 Адрес 432027, город Ульяновск,
 Улица Радищева, д. 174, кв. 22
 Т. 8-908-488-19-47, 8-927-824-37-88
 Место проведения похода:
 Республика Абхазия

1. Общие справочные сведения о маршруте:

Дисциплина	Категория	Протяженность	Продолжительность		Сроки проведения
			общая	ходовых дней	
пешеходный	I (первая)	общая – 103,1 в зачёт – 100,7	8	7	с 25.06.22 по 02.07.22

Количество ночлегов в палатке: 6
 Среднее расстояние, проходимое за день: 14,4 км.
 Количество ходовых часов за маршрут: 35 ч 55 мин.
 Среднее количество ходовых часов за день: 6 ч 7 мин.
 Максимальная высота маршрута: 2310 м (пер. Арбаика).
 Максимальная высота ночевки: 2186 м (пятый день, на спуске с пер. Арбаика).
 Суммарный перепад высот: 9654 м (набор – 4478 м, сброс – 5176 м)

Нитка маршрута (фактически пройденная):

г. Адлер – оз. Рица - оз. Малая Рица – гребень севернее оз. Малая Рица (безымянные вершины «1582», «1724») – вершина Пшегишхва (н/к, 2217 м) – лесной массив на западе от в. Пшегишхва – балаган Ферона - тропа вдоль левого притока реки Гега – балаган Ферона – радиальный выход в верховья р. Гега - навесная переправа через р. Гега – балаган около Гегского водопада - Гегский водопад – кафе у развилки дорог на правом берегу р. Гега – заброшенная лесовозная дорога на массив Хырка – лесной массив под плато Арбаика - выход на альпику плато Арбаика – родник под перевалом Шу – перевал Арбаика (н/к, 2310 м) – начало грунтовой дороги в урочище Гелгелук - урочище Гелгелук – грунтовая дорога на урочище Кутаис – перевал «2200» (н/к, 2200 м) – пос. Гюзле – лесной массив южнее пос. Гюзле - грунтовая автомобильная дорога в долину р. Хашупсе – кафе «Христофор» у входа в каньон Хашупсе - пос. Цандрьпш – г. Адлер.

Примечание.

1. Обозначение сторон – правый, левый – дано согласно орографии, за исключением особо оговоренных.
2. т/с – туристическая стоянка,
3. МН – место ночевки.
4. ЛП – локальное препятствие.
5. ПП – протяженное препятствие,
6. С – север, Ю – юг, З – запад, В – восток.
7. р. – река.
8. пер. – перевал.
9. ист. – источник.
10. в. – вершина.
11. пос. – поселок.
12. рад. – радиально.
13. Время на территории республики Абхазия Московское.

2. Определяющие препятствия маршрута (перевалы, траверсы, вершины, каньоны, переправы, пороги, растительный покров, болота, осыпи, снег, лед, водные участки и т.д.):

Вид препятствия	Категория трудности	Характеристика препятствия (характер, высота, новизна, наименование и т.п.)	Путь прохождения (для ЛП)
Вершина	н/к	Пшегишхва, 2216 м, травянистый склон, скользкий после дождя.	Подъём со стороны озера Малая Рица. Поднялись на плато под вершиной. Подъём на вершину по грунтовой тропе, местами короткие выходы скал. Сильного уклона нет, надо быть осторожным если на подъёме снег, поскольку в сторону Малой Рицы обрыв. Спуск по пути подъёма.
Перевал	н/к	Арбаика, 2310 м, скально-снежный	Подъём со стороны плато Арбаика. Перемежающиеся осыпные и снежные площадки. К концу июня снега много, но он сильно спрессован – можно делать ступени. Перевальный взлёт крутизной до 30°, снежный. Протяженность – 70 метров. Перевал – широкая седловина. Тур не нашли.
Переправа	н/к	Через р. Гега, ширина потока 20 м.	Спустились со стороны вершины Пшегишхва. Если ориентироваться на балаган на тропе, известен, как балаган Ферона, то попадаешь к организованной тросовой переправе. Мы о ней уже знали. Переправляет сам хозяин за плату, на подвесной системе от парашюта. Если хозяина нет, то можно организовать самостоятельно: потребуется веревка или репшнур 50 м, натянута металлический трос, поэтому обязательно использовать ролик.

3 Список группы.

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения	Туристский опыт	Домашний адрес, телефон	Должность в походе
1	Борисов Владимир Борисович	06.07.1979	4 к.с. ГУ, Тянь-Шань, 2017 3 к.с. ГР, Алтай, 2016	Ульяновск, 8-908-488-19-47	Руководитель
2	Басьров Линар Илдарович	28.10.1992	Пвд	Ульяновск 8-937-030-05-55	Участник
3	Дмитришин Евгений Игоревич	26.08.1993	ПУ - Крым, 1кс, 2021	Артём, 8-924-321-08-85	Участник
4	Мачкасов Денис Александрович	18.11.1980	ПУ - Урал, нк, 2022	Ульяновск 8-986-736-53-09	Участник
5	Пронина Анастасия Александровна	12.10.1980	Пвд	Ульяновск 8-903-320-00-38	Участник
6	Самсонова Александра Витальевна	30.11.1992	Пвд	Владивосток 8-917-632-08-91	Участник
7	Хабаров Евгений Николаевич	08.04.1984	ПУ- Урал, нк, 2022	Ульяновск 8-917-621-66-69	Участник
8	Чувирова Елена Анатольевна	20.03.1986	ПУ - Алтай, нк, 2021	Ульяновск 8-917-632-08-91	Фотограф

Поход рассмотрен (с указанием шифра полномочий): маршрутно-квалификационной комиссией РОО «Ульяновская Федерация спортивного туризма».

Шифр: 173-00-334320000.

4. Содержание отчёта.

4.1. Идея похода.

Данный поход представляет собой продолжение программы неформального объединения туристов города Ульяновска «Русские бульдозеры». Цель программы – прохождение спортивных и экскурсионных маршрутов в различных уголках нашей Родины и других стран Мира.

Основные задачи похода:

- Пройти интересный и красивый маршрут в горно-лесной части республики Абхазия, осмотреть знаковые достопримечательности района;
- Повысить грамотность в вопросах стратегии и тактики при планировании пешеходных походов в гористой местности и прохождения локальных препятствий;
- Обучить участников тактике движения в горной местности, индивидуальной и групповой технике преодоления различных локальных и протяженных препятствий, характерных для пешеходных походов;
- Изучение состояния троп, склонов, водных источников, вариантов переправ через реки в районе для организации в дальнейшем новых походов;
- Расширение кругозора туристов, принимавших участие в прохождении маршрута.

4.2. Район проведения похода.

«Русские бульдозеры» уже неоднократно посещают Абхазию, как с целью проведения спортивного похода, так и с экскурсионно-познавательными целями.

В нитку маршрута были заложены следующие рукотворные и природные достопримечательности:

- Юпшарский каньон (во время трансфера к началу маршрута).
- Озеро Рица.
- Озеро Малая Рица.
- Вершина Пшегишхва.
- Гегский водопад.
- Плато Арбаика.
- Озеро Дзоу (не посетили).
- Перевал Дзоу (не посетили).
- Скала Дракон или Динозавр (не посетили).
- Перевал Арбаика.

Обо всех достопримечательностях можно легко найти информацию на просторах интернета, поэтому описание в данном отчёте приводить не буду.

Климатические особенности Абхазии:

Климат Абхазии обусловлен её прибрежным положением и наличием высокогорных хребтов.

На побережье климат влажный субтропический. Количество осадков: 1300—2400 мм в год. Среднегодовая температура составляет: +15 °С.

В горах чётко выражена высотная поясность, что обуславливает большие различия в климате различных горных местностей. Субтропический климат в горах простирается приблизительно до отметки 400 м. Вечные снега лежат на высотах 2700-3000 м. Средние температуры января от +4...+7° С в долинах до +2...-2 °С в горах, июля — от +22...+24 °С в долинах до +16...+18 °С в горах. Продолжительность безморозного периода на побережье — 250—300 дней. В горах мощный снежный покров, в районе гребней около 170 ледников общей площадью около 70 км².

4.3 Обеспечение безопасности на маршруте.

Походы в Абхазии, в горной местности потенциально опасны ввиду следующих факторов:
- Обрывы и крутые склоны. Все участники группы пользовались треккинговыми палками для сохранения равновесия на переходах. На снежных участках, где группа передвигалась вверх или вниз по склону, организовывалась тропёжка с организацией ступеней. В случае необходимости организации перильной страховки группа располагала всем необходимым снаряжением для этого.

- Климатические особенности. В арсенале группы были проверенные палатки, позволяющие комфортно пережить затяжные дожди или снегопад, а так же сильный ветер. Спальные мешки и личное снаряжение было подобрано с учётом возможного понижения температуры воздуха до -5°C . Горелки для приготовления пищи использовали мультитопливные, как топливо - очищенный бензин «нефрас» - это позволяло готовить пищу и топить воду из снега на относительно больших высотах без потери мощности горелок.

В арсенале группы были три GPS-навигатора с предварительно загруженными картами района. Имелись хребтовые и топографические карты района и перечень ключевых точек с координатами, как в навигаторе, так и на бумаге.

4.4. Транспорт.

Группа была сборная с нескольких городов России, поэтому начальной точкой сбора был железнодорожный вокзал в городе Адлер, откуда все вместе, на заказанном транспорте переезжали к началу маршрута – к озеру Рица.

В данный поход участники добирались разными способами.

Самолётом:

В аэропорт Адлера самолеты летают из большинства крупных городов. Июнь достаточно загруженный месяц, из-за разгара пляжного сезона, поэтому билеты нужно покупать задолго до планируемого вылета.

Двое участников из Приморского Края прилетел за день до начала похода. Ещё двое приезжали на поезде из Ульяновска – так же за день до начала маршрута. Остальные участники, вместе с руководителем, приехали на автомобиле – путь занял почти два дня, с одной ночевкой.

Автотранспортом:

Часть участников (4 человека) добиралась до Адлера на личной машине руководителя по маршруту: Ульяновск – Сызрань - Саратов – Волгоград – Сальск - Майкоп – Туапсе – Сочи - Адлер. Протяженность пути – примерно 1870 км. Чистое время в пути примерно 28 часов. Однако по пути делаются остановки на приём пищи, заправку автомобиля.

Из Ульяновска выехали 23 июня в 9:00. Была запланирована одна ночевка по пути на территории Волгоградской области. Ночь перед началом маршрута планировалась в Адлере – жильё нужно бронировать заранее из-за высокого туристического сезона. С группой встретились на железнодорожном вокзале в 10:00.

Трансфер к началу маршрута искали на месте: около выхода с вокзала всегда много таксистов и через них можно найти микроавтобус по приемлемым условиям. Трансфер обошелся по 1000 руб. с человека от вокзала до озера Рица, с пересечением государственной границы. Личный автомобиль оставили во дворе частного дома водителя микроавтобуса за отдельную плату.

По завершению маршрута – из поселка Цандрыпш – заказывали трансфер на легковых автомобилях до границы (две машины по 500 руб.). После пересечения границы на рейсовом автобусе можно доехать до железнодорожного вокзала, либо вызвать Яндекс-такси. Таксисты около пункта перехода границы ломают цену в несколько раз выше, чем централизованный оператор.

Двое участников остались в Абхазии продолжать отдых. Так же двое участников оставались в Адлере. Участники из Приморья вылетали во Владивосток самолётом, с пересадкой в Москве (билеты приобретались заранее). Руководитель и ещё одна участница уезжали на автомобиле на следующее мероприятие «Русских бульдозеров» - в Приэльбрусье.

4.5. Запасные и аварийные варианты.

Аварийные варианты:

Горная Абхазия достаточно обжитой район. Из любого места, в течение половины дня, можно выйти в населенный пункт, либо на асфальтовую дорогу, откуда возможно вызвать скорую помощь или обеспечить эвакуацию общественным транспортом или на такси.

5. Изменения маршрута.

Нитка маршрута (Заявленная):

Даты	Дни пути	Участки маршрута
25.06.22	1	Адлер - граница - Долина реки Гега - Рица - Малая Рица
26.06.22	2	Мн-Гребень горы Пшегишхва (2216 м) - г. Пшегишва - верховья реки Гега
27.06.22	3	Мн - Гегский водопад - озеро Дзоу.
28.06.22	4	Мн - перевал Дзоу (1А, 2590 м)- урочище Хорхи - начало подъёма на вершину Арбаика
29.06.22	5	Мн - перевал Арбаика (н/к, 2310 м) – вершина горы Арбаика (2610 м) - урочище Гелгелук.
30.06.22	6	Мн - Спуск к реке Хашупсе - каньон Хашупсе.
01.07.22	7	Мн - Спуск в посёлок Цандрыпш
02.07.22	8	Мн – Граница – Адлер

Запасной вариант:

27.06.22	3	Мн - Гегский водопад - лесовозная дорога под в. Хырка - родник под в. Арбаика.
28.06.22	4	Мн - перевал Шу (1А, 2405 м)- урочище Бамбонаш - озеро под скалой Лягушка
29.06.22	5	Мн - урочище Чамхония – урочище Берчиль - урочище Хорхи - урочище Гелегелук

Нитка маршрута (фактически пройденная):

Даты	Дни пути	Участки маршрута
25.06.22	1	Адлер - граница - Долина реки Гега - Рица - Малая Рица
26.06.22	2	М. Н. - Гребень горы Пшегишхва - г. Пшегишва (н/к, 2216 м) – лесной массив на юго-западных склонах г. Пшегишхва
27.06.22	3	М.Н. – переправа через реку Гега – балаган перед Гегским водопадом
28.06.22	4	М.Н. – Гегский водопад - лесовозная дорога под в. Хырка – лесной массив под плато Арбаика
29.06.22	5	М.Н. – родник под в. Арбаика – пер. Арбаика (н/к, 2310 м)
30.06.22	6	М.Н. – грунтовая дорога через урочище Берчиль – лесной массив после пос. Гюзле
01.07.22	7	М.Н. – грунтовая дорога «Гюзле – Хашупсе –Цандрыпш» - пос Цандрыпш (частично на автомобиле из долины р. Хашупсе до пос. Цандрыпш)
02.07.22	8	М.Н. – г. Адлер

В целом по маршруту изменения следующие:

- из долины реки Гега не стали подниматься на перевал Дзоу. Первые три дня шли проливные дожди и группа отстала от графика на половину дня. Подъём предполагал набор за день почти 1000 метров, группе нужен был отдых после напряженного пути. Поэтому воспользовались запасным вариантом – пошли лесовозной дорогой под вершину Хырка.

- с плато Арбаика отказались от прохождения перевала Шу (1А, 2405 м) в пользу перевала Арбаика (н/к, 2310 м). Летом в горах Абхазии ещё есть снег. На перевальном взлёте было много снега. На выходе на седловину был виден снежный карниз – прохождение перевала было неразумным с точки зрения безопасности группы.

- в долину реки Хашупсе выходили по грунтовой наезженной дороге через урочища Гелгелук, Кутаис и дальше на село Гюзле. Из-за задержек на маршруте это позволяло не тратить время на поиск правильного пути на малохоженной тропе вдоль р. Хашупсе, начиная с её верховий.

- трезво оценивая возможности группы из долины реки Хашупсе вызвали машины для спуска в поселок Цандрыпш. Иначе спустились бы к финишу уже в темноте.

6. Расчет категории сложности похода.

6.1. Расчет категории сложности похода по республике Абхазия летом 2022 г.

№	Показатель маршрута	Согласно «МЕТОДИКЕ» для пешеходных походов 1 к.с.	Для пройденного маршрута.
1	Продолжительность маршрута (Е), дней (не менее)	6	6
2	Протяженность маршрута (L), км (не менее)	100	101
3	Баллы за локальные препятствия (ЛП), идущие в зачет (не более)	10	<u>2,5</u>
4	Баллы за протяженные препятствия (ПП), идущие в зачет (не более)	12	<u>3,99</u>
5	Коэффициент труднопроходимости района (К)	0,33	0,33
6	Географический показатель района (Г)	2	4
7	Автономность маршрута (А)	1	1 (для маршрутов 1 и 2 к.с.)
8	Коэффициент перепада высот на маршруте (К)		1,8
9	Общее кол-во баллов, набранных категорируемым маршрутом (КС)	7-20	<u>13,69</u>

2. Оценка сложности категорируемого маршрута за счет ЛП:

Переправа – 1 н/к=0,5 балла

Перевал – 1 н/к+2 балла

Вершина – 1 н/к – в зачет не идет.

ИТОГО, баллов за ЛП = 2,5 балла

3. Оценка маршрута по ПП:

$ППб = K_t \times ППор \times (L_{мар}/L)$ (1), где

ППб - количество баллов за протяженные препятствия категорируемого маршрута,

K_t - коэффициент труднопроходимости района, определяемый по Таблице 3 для района, в котором проложен категорируемый маршрут,

ППор - количество баллов за протяженные препятствия маршрута из Таблицы 1 для категории сложности маршрута, определенной в п.1 Методики,

$L_{мар}$ - длина категорируемого маршрута, включая длину водного участка, если он имеет место,

L - протяженность маршрута из Таблицы 1 для категории сложности маршрута, определенной в п.1 Методики.

$0,33 \times 12 \times (101/100) = 3,99$ балла.

4. оценка сложности категорируемого маршрута по Географическому показателю района (Г), по Автономности маршрута (А) и суммарному перепаду высот на маршруте

$K = 1 + \Delta H / B$ (2), где

K - коэффициент перепада высот,

ΔH – суммарный перепад высот на активной части маршрута, включая подъемы и спуски, выраженный в километрах,

$B = 12$ км – величина нормирования для перехода к безразмерным единицам.

$1 + 9,564 \text{ км} / 12 = 1,8$

$R_b = \Gamma \times K \times A$ (3), где

R_b – интегральная оценка категорируемого маршрута за район в баллах,

Γ – географический показатель района в баллах,

K – коэффициент перепада высот,

A – коэффициент автономности маршрута.

$$4 \times 1,8 \times 1 = 7,2 \text{ балла}$$

5. Общее количество баллов, набранных категорируемым маршрутом по всем показателям Таблицы 1, определяется по формуле (4) - суммированием баллов, рассчитанных в соответствии с пунктами 2, 3 и 4.

6

$KСб = ЛПб + ППб + R_b$ (4), где

$KСб$ - общее количество баллов, набранное категорируемым маршрутом

$ЛПб$ и $ППб$ – баллы за локальные и протяженные препятствия, соответственно, но не более идущих в зачет с соответствии с табл.1.

R_b - интегральная оценка категорируемого маршрута за район в баллах.

$$2,5 + 3,99 + 7,2 = 13,69 \text{ балла.}$$

По всем критериям, определяющим категорию маршрута, пройденный маршрут соответствует I (первой) к.с.

7. ТАКТИКО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОПИСАНИЕ.

День 1
25.06.2022г.

Пройденный путь:
На автомобиле – г. Адлер – оз. Рица.
Пешком – оз. Рица – оз. Малая Рица.

Погода: утром – солнечно, без осадков; днём – переменная облачность, без осадков; вечером – пасмурно, кратковременные дожди; ночью – постоянный дождь.

Все участники группы встретились у входа на железнодорожный вокзал Адлера в 10:00 (фото 1). На заказанном микроавтобусе переехали к началу пешеходной части маршрута – озеру Рица (фото 2). С ожиданием на границе весь путь занял 4 часа. На озере сели в кафе, $44^{\circ}28'18.72''N$, $40^{\circ}31'57.95''E$, высота 900 м: пообедали и перераспределили групповое снаряжение и раскладку питания (фото 3).

В 16:00 вышли на тропу, ведущую на озеро Малая Рица.

Путь занял две ходки по 40 минут. Вышли к балагану на берегу. Площадки под палатки влажные – в горах были осадки.

Оплатили проход на озеро.

Ужин готовили на горелках. Чай смотритель озера разрешил вскипятить на его костре, под навесом.

Координаты места ночевки $43^{\circ}28'27.01''N$, $40^{\circ}30'19.97''E$. Высота – 1250 м н.у.м. (фото 4)

Отбой в 21:20.



Фото 1. Сбор группы на железнодорожном вокзале г. Адлер.

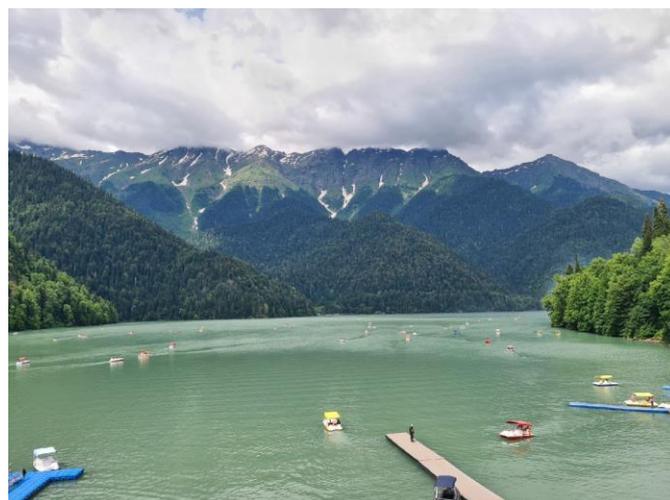


Фото 2. Озеро Рица.



Фото 3. Распределение продуктов на старте маршрута.



Фото 4. Группа на фоне озера Малая Рица.

Итоговая таблица дня:

Чистое ходовое время	1 Ч. 20 Мин.
Перепад высот, м	набор – 412 м сброс – 70 м
Высота max, м	1250 м
Высота min, м	900 м
Расстояние пешком, км (с учетом коэф 1,2)	5,0 км

День 2
26.06.2022г.

Пройденный путь:

Пешком – оз. Малая Рица – гребень севернее оз. Малая Рица (безымянные вершины «1582», «1724») – вершина Пшегишхва (н/к, 2217 м) – лесной массив на западе от в. Пшегишхва - балаган.

Погода: утром – облачно, постоянный небольшой дождь; днём – пасмурно, постоянный дождь; вечером – пасмурно, кратковременные дожди; ночью – небольшой дождь.

Подъём в 7:30.

Выход в 9:20. От ночевки на берегу озера есть тропа (фото 5) на гребень, примыкающий к горе Пшегишхва с севера-северо-востока. Координаты начала подъёма 43°28'33.51"N, 40°30'27.16"E. Тропа достаточно крутая и из-за дождя скорость сильно снижена – много скользких участков. За 50 минут поднялись только на 150 метров и прошли

(по прямой) 600 метров. За следующую ходку набрали ещё 160 метров и прошли всего 1 км. В целом на плато под вершиной были в 13:25 (фото 6). То есть на прохождение 5 км пути потратили 3 часа 30 минут чистого времени. Примерно с высоты 1700 метров начинается крутой подъём. Без дополнительной опоры пройти его крайне проблематично: участки раскисшей глины пересекают островки мокрой травы. Средний уклон порядка 30°.

Группа собралась под раскидистым деревом. Координаты места 43°28'15.72"N, 40°28'50.91"E, высота 1890 м. Оставили рюкзаки и налегке сходили на вершину горы Пшегишхва (н/к, 2217 м). Координаты вершины 43°27'40.23"N, 40°29'22.43"E.

Тропа натоптана, довольно пологая, проложена по северному гребню горы (фото 7). На восток крутой обрыв, на запад – травянистый склон. На вершине большая площадка и установлен триангуляционный знак (фото 8). На вершину не ходила одна участница – Анастасия Пронина – устала на подъёме. На подъём, остановки для фото и спуск потратили 1 ч. 35 мин. Из них ходовое время 1 ч. 15 мин. Прошли 3,6 км, в зачёт 1,8 км.

Быстро перекусили и начали спуск с массива Пшегишхвы.

Тропа не сложная в верхней части сильно заросшая травой. При входе в лес немного сбились с неё, но минут через 5 снова вышли уже по навигатору. Из-за постоянного дождя скорость группы довольно низкая. Ориентировались на ночевку раньше запланированной. Шли к роднику, отмеченному на карте 43°27'25.32"N, 40°28'45.46"E. За две ходки по 40 минут прошли 2,4 км. Обнаружили, что в данный момент источник не пригоден для набора воды – его сильно повредила лавина, которая, видимо, весной сошла со склонов Пшегишхвы. Проточной воды нет, есть отдельные лужи. Спустились немного ниже и наткнулись на оставленное пастушье убежище (фото 9). Воды рядом нет. Видимо ходили на родник выше. В 100 метрах - поваленная лавиной большая сосна. В нижней части много сухих веток, а под кроной – чистый снежный сугроб (фото 10). Поэтому воду для ужина и обеда топили из снега. Перед укрытием площадка, на которой встали как раз две наших палатки.

Координаты места ночевки 43°27'28.85"N, 40°28'36.37"E. Высота – 1725 м н.у.м.

Отбой в 22:20.

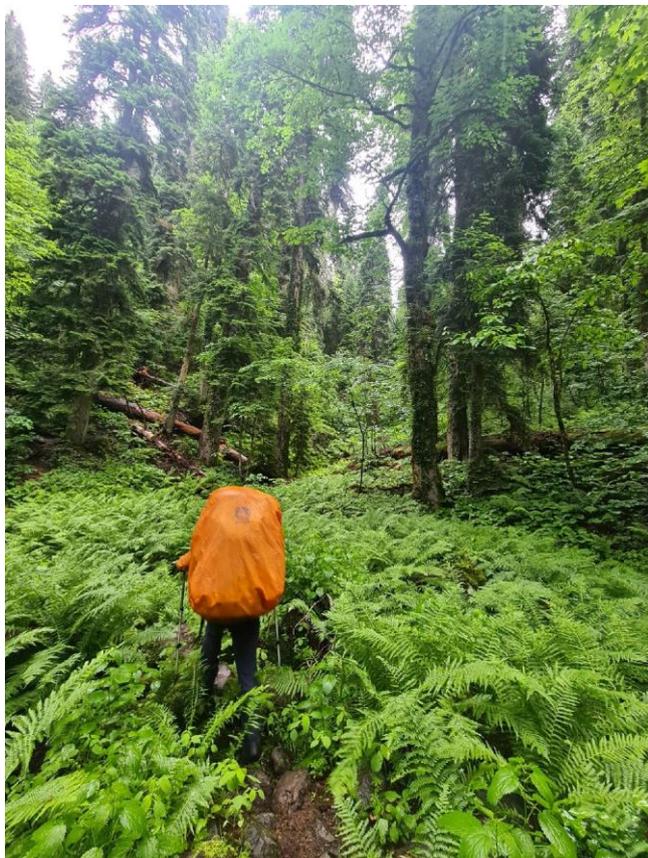


Фото 5. Начало тропы на гребень, примыкающий к в. Пшегишхва.

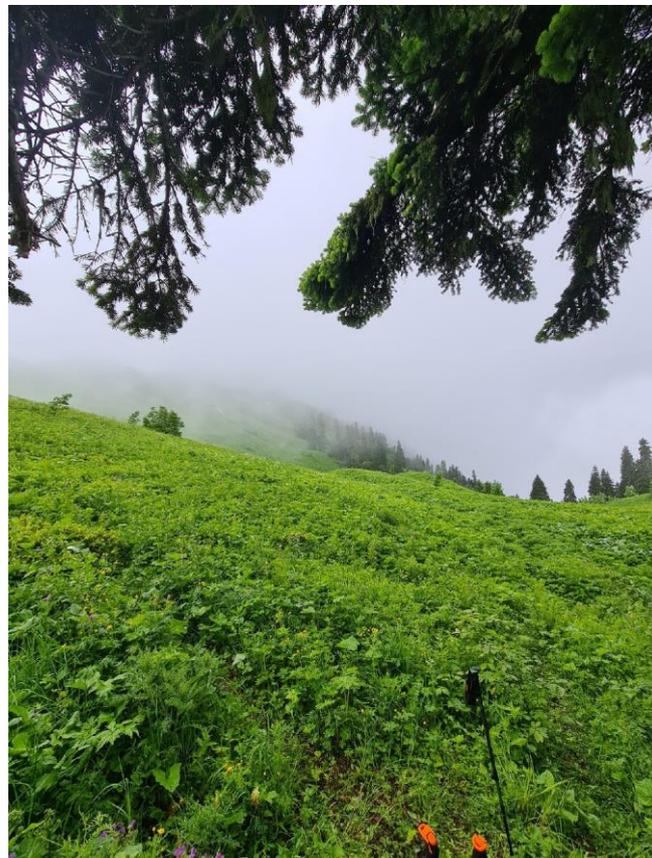


Фото 6. Вид от места привала на плато под в. Пшегишхва.



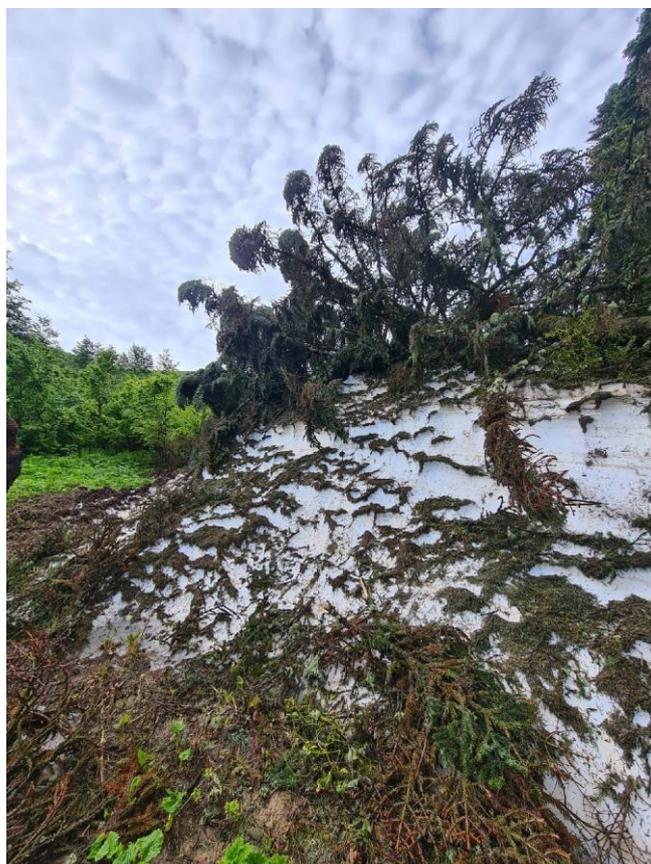
**Фото 7. Характер тропы на в. Пшегишхва
в июне 2022 г.**



Фото 8. Группа на в. Пшегишхва (2217 м)



Фото 9. Балаган.



**Фото 10. «Источник» вод на ночевке
26.06.2022**

Итоговая таблица дня:

Чистое ходовое время	6 Ч. 55 Мин.
Перепад высот, м	набор – 1054 м сброс – 575 м
Высота max, м	2217 м
Высота min, м	1250 м
Расстояние пешком, км (с учетом коэф 1,2)/ в зачёт	14,5 км/ 12,7 км

День 3
27.06.2022г.

Пройденный путь:

Пешком – место ночевки – тропа вдоль левого притока реки Гега – балаган Ферона – радиальный выход в верховья р. Гега - навесная переправа через р. Гега – балаган около Гегского водопада.

Погода: утром – солнечно, без осадков; днём – переменная облачность, без осадков; вечером – пасмурно, кратковременные дожди; ночью – небольшой дождь.

Подъём в 7:30.

Разложили некоторые вещи для просушки – солнце позволяло (фото 11).

Позавтракали.

Выход в 10:15. Вернулись на тропу, ведущую в долину реки Гега. В верхней части тропы, пока шли по альпике, тропа теряется в разросшейся траве. При входе в лес вышли на заброшенную грунтовую дорогу. Всё время шли по краю оврага, на дне которого протекает приток реки Гега. Переходили в узком месте водный поток: 43°26'16.25"N, 40°26'33.58"E, высота 1150 м н.у.м (фото 12).

К 12:40 спустились к балагану и навесной тросовой переправе через Гегу. Обычно переправляет хозяин балагана за небольшие деньги. Но в этот момент его не было на месте. Самостоятельно организовывать переправу не стали – опыт участников не позволял быстро сделать это. По первоначальному плану хотели по исходному берегу Геги подняться в её верховья. Отошли от балагана вверх порядка 800 метров. Тропа уходила под воду – дожди в горах увеличили сток воды и тропа вдоль берега стала непроходимой (фото 13). Попытки обойти скальный прижимы по верху так же не увенчались успехом – всегда упирались в вертикальные скалы.

Вернулись к балагану (фото 14). Группа осталась обедать, руководитель в это время сделал разведку вниз по течению. В 600 метрах есть завалы брёвен, но переправа по ним рискованная из-за сильного потока воды. Пока группа обедала – пришёл хозяин строения. Организовал переправу: перемещались в парашютной системе на ролике, с сопровождением репшнуром. Рюкзаки переправляли вместе с участниками, подвешивая на отдельный карабин на каретку (фото 15).

Разведка, переправа заняли довольно много времени. После переправы было принято решение идти по запасному варианту – по лесовозной дороге на плато Арбаика.

По дороге вдоль реки Гега начали спуск в сторону Гегского водопада (фото 16-17). Не доходя 1 км до водопада остановились на ночлег около ещё одного балагана. Рядом с ним построена большая беседка, есть удобный спуск к реке. В балагане ночевать неудобно – одно место и каменный пол, поэтому ставили рядом палатки (фото 18). Готовили в балагане – прятались от дождя.

Координаты места ночевки 43°26'16.25"N, 40°26'33.58"E. Высота – 625 м н.у.м.
Отбой в 21:50.



**Фото 11. Группа на фоне лагеря. Утро
27.06.2022**



**Фото 12. Переправа через один из притоков
Геги.**



**Фото 13. Разведка тропы вдоль берега, в
верховья р. Гега.**



Фото 14. На обеде у балагана Ферона.



Фото 15. Переправа через р. Гегга по тросу.

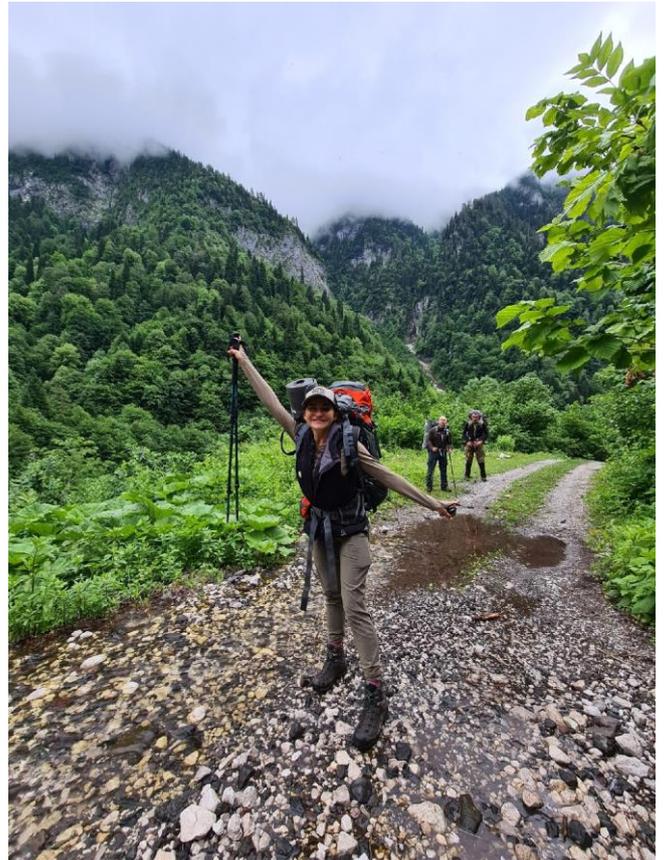


Фото 16. Характер тропы в сторону Гегского водопада, после переправы.



Фото 17. Группа на тропе к Гегскому водопаду.

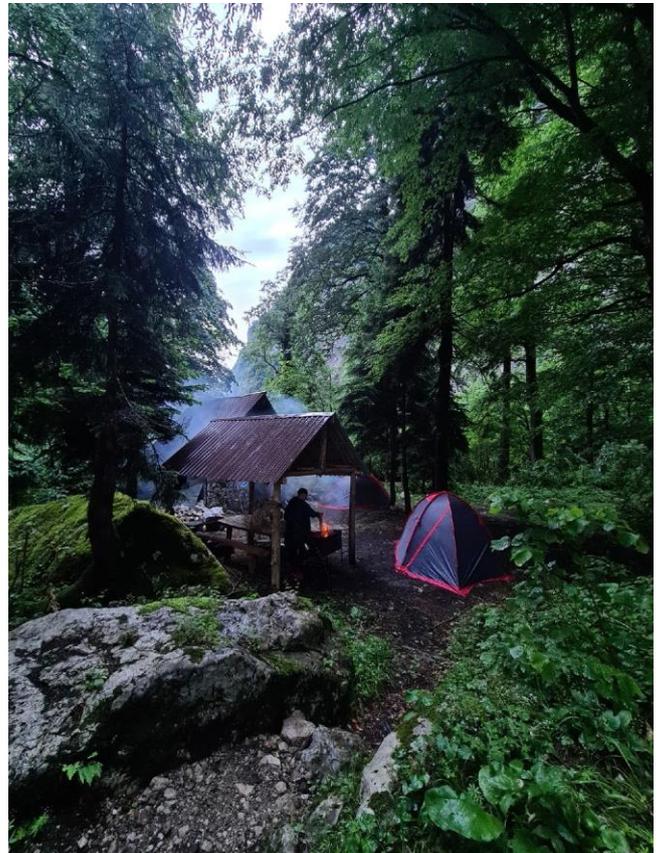


Фото 18. Место лагеря 27.06.2022.

Итоговая таблица дня:

Чистое ходовое время	4 Ч. 25 Мин.
Перепад высот, м	набор – 152 м сброс – 1217 м
Высота max, м	1725 м
Высота min, м	660 м
Расстояние пешком, км (с учетом коэф 1,2)/ в зачёт	13,4 км/ 12,8 км

День 4
28.06.2022г.

Пройденный путь:

Пешком – место ночевки – Гегский водопад – кафе у развилки дорог на правом берегу р. Гега – заброшенная лесовозная дорога на массив Хырка – лесной массив под плато Арбаика.

Погода: утром – солнечно, без осадков; днём – солнечно, без осадков; вечером – ясно, без осадков; ночью – без осадков.

Подъём в 7:40.

Погода отличная.

Позавтракали и за 15 минут дошли до Гегского водопада (фото 19), координаты 43°26'05.28"N, 40°26'33.71"E. Высота – 750 м н.у.м.. Оставили рюкзаки около скамейки и сходили на водопад, а потом по мосту перешли реку и сходили к рукотворному заброшенному тоннелю: 43°26'19.17"N, 40°26'39.43"E (фото 20). На прогулку потратили больше двух часов.

Дальше по той же дороге за 50 минут дошли до кафе на развилке дорог: 43°24'34.15"N, 40°26'46.07"E. Высота – 485 м н.у.м. Решили пообедать в кафе – соскучились по цивилизации. Расстояние от Гегского водопада – 4,1 км.

От кафе начинается лесовозная дорога в урочище Хырка и на плато Арбаика. Сделали большую ошибку, что не набрали достаточно воды в кафе. Выйти на плато, где можно набрать снег в снежниках, выйти не хватило сил и светлого времени суток. Поэтому вышли на выполаживание склона и на полянке устроились на ночевку (фото 21). Разведка воды результатов не дала – не было даже луж. Собрали все жидкости по рюкзакам: на восемь человек оказалось 3 литра чая с завтрака и 2 литра вина. Ужин не готовили, пили вино и чай с конфетами. Литр чая оставили на утро.

Координаты места ночевки 43°24'10.85"N, 40°25'14.43"E. Высота – 1235 м н.у.м.

Отбой в 22:20.



Фото 19. Гегский водопад.



Фото 20. Прогулка к заброшенному тоннелю.



Фото 21. Ночевка 28.06.2022

Итоговая таблица дня:

Чистое ходовое время	7 Ч. 50 Мин.
Перепад высот, м	набор – 937 м сброс – 339 м
Высота max, м	1235 м
Высота min, м	470 м
Расстояние пешком, км (с учетом коэф 1,2)	15,8 км

День 5
29.06.2022г.

Пройденный путь:

Пешком – место ночевки – выход на альпику плато Арбаика – родник под перевалом Шу – перевал Арбаика (н/к, 2310 м) – начало грунтовой дороги в урочище Гелгелук.

Погода: утром – солнечно, без осадков; днём – солнечно, без осадков; вечером – ясно, без осадков; ночью – ясно, заморозки.

Подъём в 7:00.

Поскольку завтракать было не чем – не было воды, съели по конфете, запили несколькими глотками чая и в 8:20 выдвинулись по маршруту.

За два перехода по 40 минут вышли на пологую часть плато под вершиной Арбаика. Густые заросли, высотой в человеческий рост (фото 22), тропа плохо читается, до момента, когда не вышли на скально-осыпные участки. Нашли обширный снежник: 43°24'40.53"N, 40°23'45.76"E. Высота – 1835 м н.у.м. Топили снег, приготовили завтрак и чай. Потратили 2,5 часа. За это время просушили все вещи, влажные после первой части похода палатки и спальники, кто-то даже успел позагорать (фото 23).

Через 30 минут и 1,5 км вышли к роднику напротив перевала Шу (1А, 2405 м). Родник с мощным потоком воды (фото 24). Сделали привал. Набрали воды во все ёмкости, поскольку впереди нас ждали снежные поля. Предварительный осмотр перевала Шу – он отмечен как запасной вариант маршрута – показал, что подниматься на него опасно: сплошной снежный склон, в верхней части снежные карнизы (фото 25). Снег подтаял под дневным солнцем и запросто мог сползти вниз или сорваться лавиной, если нагрузить. Так же возможно падение на склоне, без возможности остановиться – ледорубы и, тем более, кошки не предусмотрены в пешеходном походе 1 к.с. Принято решение продолжить путь через перевал Арбаика (н/к, 2310 м).

За два перехода по 50 минут вышли на седловину перевала. Подъём на перевал - перемежающиеся осыпные и снежные площадки (фото 26). К концу июня снега много, но он сильно спрессован – можно делать ступени. Перевальный взлёт крутизной до 30°, снежный. Протяженность – 70 метров. Перевал – широкая седловина (фото 27). Тур не нашли. На перевале сделали перекус и начали спускаться в сторону урочища Хорхи. Спуск несложный, склон до 10°, плотный снег, подтаявший в верхней части (фото 28). За переход 50 минут дошли до окончания снежных полей, где остановились на ночевку (фото 29). Можно было продолжать движение – время позволяло. Но опыт предыдущего дня подсказывал, что лучше остановиться у воды – из снежника вытекал хороший ручей. На всякий случай набрали воду во все ёмкости, опасаясь, что за ночь он может замёрзнуть. Утром оказалось, что это было правильное решение.

Координаты места ночевки 43°25'54.95"N, 40°20'03.02"E. Высота – 2186 м н.у.м.

Отбой в 22:40. Провожали закат, много беседовали. Тёплая погода и отдых благоприятно отразились на общем настрое группы.

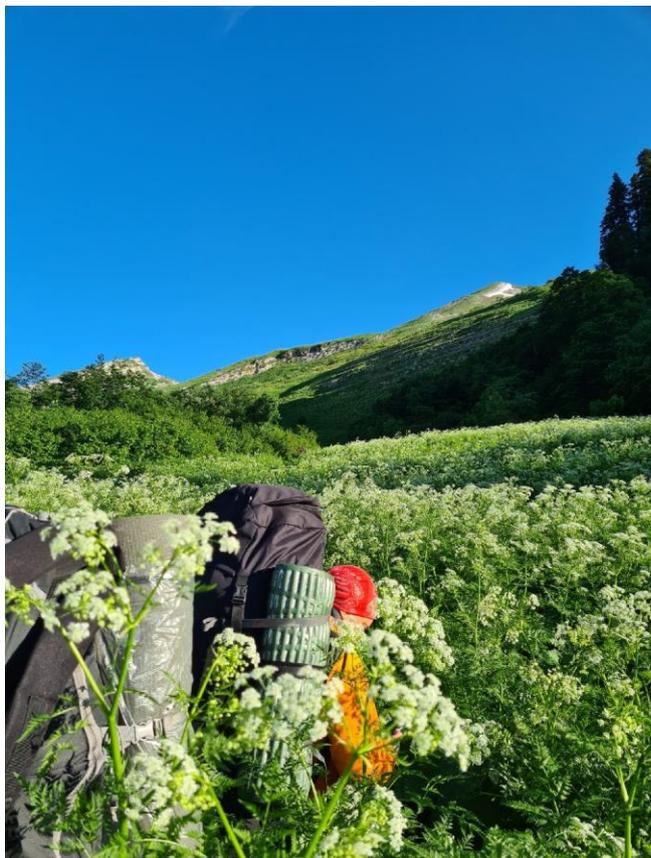


Фото 22. Выход на плато Арбаика.



Фото 23. Группа на завтраке, после сухой ночевки.



Фото 24 Родник на плато Арбаика. Слева – в. Арбаика.



Фото 25. Перевал Шу (снежник в левой части снимка)



Фото 26. Характер подъёма на пер. Арбаика.



Фото 27. Группа на седловине пер. Арбаика. В. Арбаика на заднем плане.

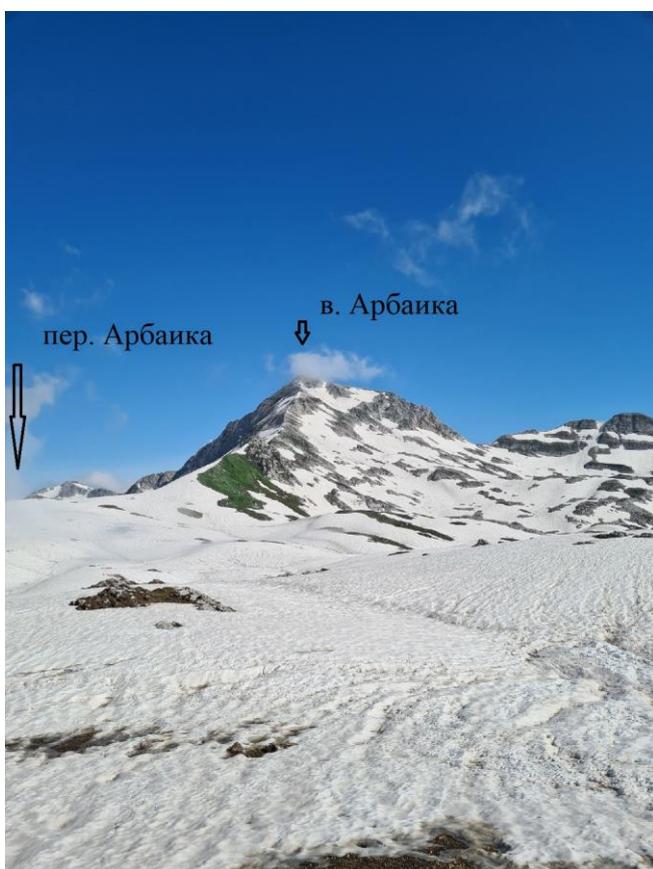


Фото 28. Характер спуска с пер. Арбаика.

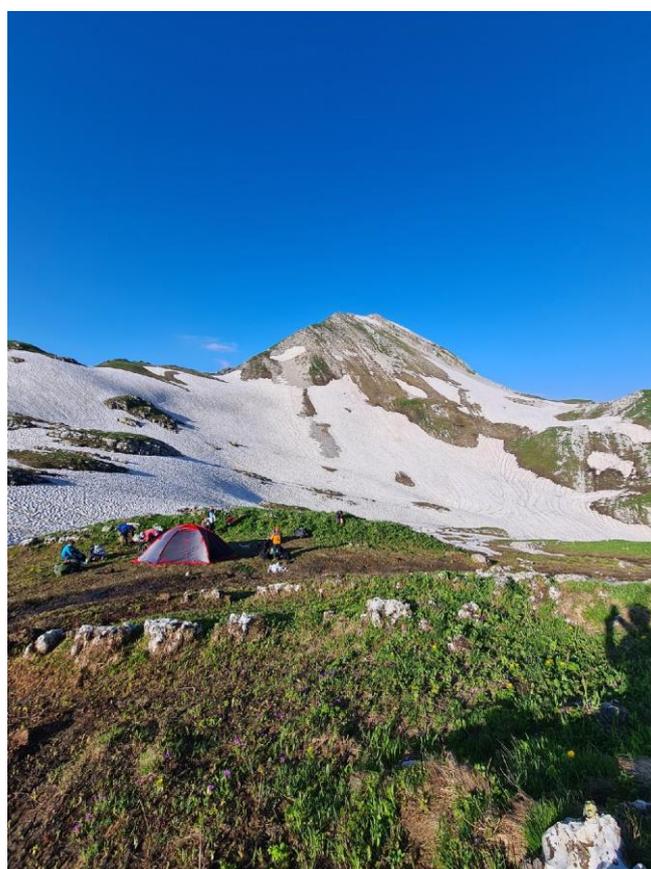


Фото 29. Лагерь после спуска с пер. Арбаика.

Итоговая таблица дня:

Чистое ходовое время	4 Ч. 15 Мин.
Перепад высот, м	набор – 1217 м сброс – 283 м
Высота max, м	2310 м
Высота min, м	1235 м
Расстояние пешком, км (с учетом коэф 1,2)	13,4 км

День 6
30.06.2022г.

Пройденный путь:

Пешком – место ночевки – урочище Гелгелук – грунтовая дорога на урочище Кутаис – перевал «2200» (н/к, 2200 м) – пос. Гюзле – лесной массив южнее пос. Гюзле.

Погода: утром – солнечно, без осадков; днём – переменная облачность, без осадков; вечером – ясно, без осадков; ночью – ясно, без осадков.

Подъём в 7:30.

Выход в 9:50. От места ночевки спустились на старую грунтовую дорогу. Дальнейший путь проходил по ней. Родников по пути не было. За два перехода по 40 минут подошли к урочищу Гелгелук – 4,7 км. Представляет собой небольшой посёлок из лёгких домиков на летний период (фото 30). Пользуются пастухи. Дальнейший путь предполагался вниз – в долину реки Хашупсе. Однако, по описанию дорога вдоль реки часто теряется, много мокрых участков – после того, как согрелись на солнце и высушили все вещи, не хотелось повторения первых дней похода. Поэтому дальше пошли по автомобильной дороге, ведущей через безымянный перевал (Фото 31) в посёлок Гюзле.

Тяжело дался спуск в посёлок – дорога щебёнчатая (фото 32), камни катаются под ногами, большая нагрузка на суставы и многие участники натерли мозоли.

За 3,5 часа прошли 11 км до посёлка (фото 33). В крайнем доме узнали, где можно взять воду и созвонились с гостевым домом в Цандрипше – забронировать жильё на следующий день. Предложили днём забрать нас на машине с дороги, за отдельную плату. Это устроило всех участников похода.

На ночевку встали в лесном массиве в 2,5 км от посёлка, недалеко от реки (фото 34).

Координаты места ночевки 43°25'50.06"N, 40°15'36.49"E. Высота – 1250 м н.у.м.

Отбой в 22:20.

Итоговая таблица дня:

Чистое ходовое время	6 Ч. 40 Мин.
Перепад высот, м	набор – 596 м сброс – 1508 м
Высота max, м	2212 м
Высота min, м	1250 м
Расстояние пешком, км (с учетом коэф 1,2)	20,2 км

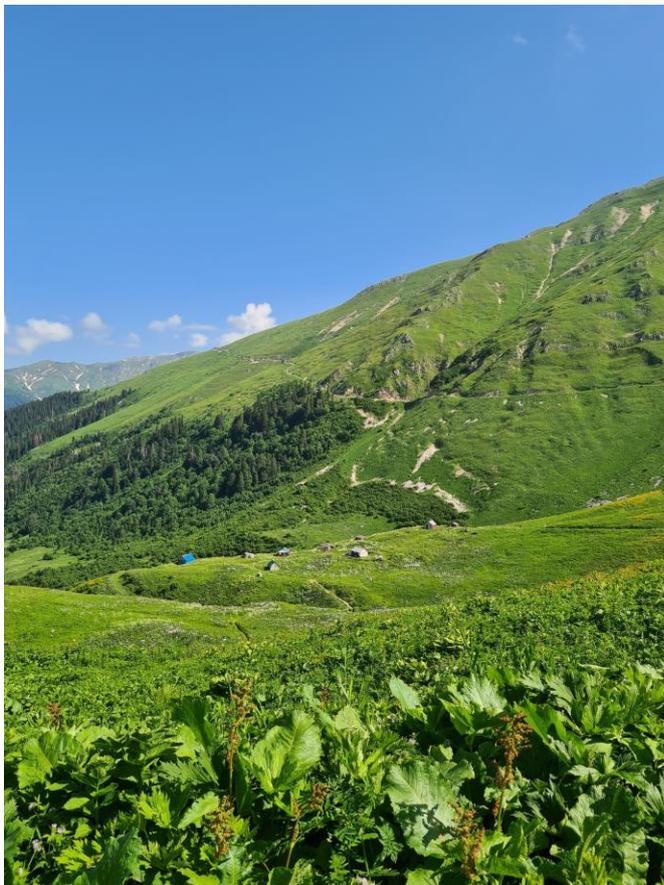


Фото 30. Урочище Гелгелук.



Фото 31. Группа на пер. «2200».



Фото 32. Характер дороги в пос. Гюзле.



Фото 33. Вид на посёлок Гюзле со спуска.



Фото 34. Заключительная ночевка.

День 7
01.07.2022г.

Пройденный путь:

Пешком: место ночевки – грунтовая автомобильная дорога в долину р. Хашупсе – кафе «Христофор» у входа в каньон Хашупсе.

На автомобиле: кафе «Христофор» - пос. Цандрыпш.

Погода: утром – солнечно, без осадков; днём – солнечно, без осадков; вечером – ясно, без осадков; ночью – ясно, без осадков.

Подъём в 6:30.

Вышли на ту же грунтовую дорогу. За 4,5 часа дошли до кафе на входе в каньон Хашупсе. В сам каньон заходить не стали – нас уже ожидали два экскурсионных УАЗа. Плюс, каньон доступен к прохождению по малой воде, мы же попали туда после сильных дождей.

Остаток пути до поселка Цандрыпш доехали на них (Фото 35).

Заселились в гостевой дом. Высота улицы, на которой жили – 50 м н.у.м.

Итоговая таблица дня:

Чистое ходовое время	4 Ч.30 Мин.
Перепад высот, м	набор – 102 м сброс – 1184 м
Высота max, м	1250 м
Высота min, м	198 м
Расстояние пешком, км (с учетом коэф 1,2)	20,6 км

День 8
02.07.2022г.

Подъём в 7:00.

Утром сходили на завтрак и за сувенирами. По пути договорились с таксистами на площади перед железнодорожной станцией.

В 11:30 две легковых машины подъехали за группой к гостевому дому.

До пункта перехода границы доехали за 15 минут.

После перехода границы можно вызвать такси или сесть в рейсовый автобус до Адлера. Группа рассталась на площади уже не Российской стороне. В Адлер участники добирались самостоятельно.

8. Потенциально опасные участки маршрута.

Потенциальную опасность для жизни и здоровья в пройденном маршруте могут представлять следующие объекты:

- Гребень вершины Пшегишхва. – в случае плохой видимости возможно выйти на обрыв, что чревато падением с высоты. В случае, если есть снежный покров на гребне, то необходимо воспользоваться кошками, так как в обычной обуви есть вероятность соскользнуть по склону. Восхождение нужно делать только при хорошей видимости.
- Переправа через реку Гега. – Очень сильное течение. Самостоятельно вешать навесную переправу очень рискованно. Есть возможность перейти в верховьях реки. Но, в случае высокой воды, тропу вдоль реки на левом берегу заливают и проход невозможен. Есть стационарная тросовая переправа, которой мы и воспользовались. Местные переправляют за небольшую плату.
- Прохождение пер. Дзоу. – возможно при хорошей видимости, т.к. легко промахнуться седловиной и выйти на отвесные скалы. Так же прохождение перевала лучше делать в сухую погоду, т.к. довольно крутые участки осыпей как на подъёме и на спуске.
- Подъём на пер. Шу со стороны плато Арбаика. – В случае, если на перевале есть снежный покров, то повышается возможность схода лавин. Даже в конце июня на гребне можно наблюдать снежные карнизы.
- Подъём на пер. Арбаика со стороны плато Арбаика. – В конце июня подъём на перевал представлял собой снежно-осыпной склон. Необходимо было делать ступени на подъём. В случае срыва на снежнике есть вероятность травмироваться, выкатившись на каменный участок.

9. Дополнительные сведения о походе.

9.1. Снаряжение групповое.

№	Наименование Снаряжения	Количество	Вес, кг	Примечание
1.	Веревка 10 мм статика	50 м – 1 шт	3,5	Производство ОАО «Канат»
2.	Страховочная система	2 комплекта	2,0	Страховочная беседка (низ), карабины - 3 шт, спусковое устройство (корзинка), подъемное устройство (жюмар).
3.	Лопата лавинная	2 шт	1,6	По одной на палатку
4.	Палатка 4-местная	2 шт.	9,4	Производство Nova Tour, модель «Хан Тенгри 4»
5.	Тент 3*3м	1 шт.	1,2	Производство «Ориент» г. Ульяновск
6.	Котел 6 л	1	1,0	Нержавеющая сталь. Без крышки
7.	Скороварка 4 л	1	1,9	Нержавеющая сталь.
8.	Кухонный набор	1 комплект	0,3	Половник, ложка, тёрка, разделочная доска
9.	Горелка мультитопливная	2	1,3	Производитель Kovea, модель «Booster +1 TKV-9209-1»
10.	Ветрозащита для горелок	2 комплекта	1,1	Ветрозащитный экран производства «Сплав» и стеклоткань
11.	Топливо	7 литров	5,6	Бензин очищенный «Галоша» (Нефрас). Фактически за поход израсходовали 3,5 л.
12.	Фотоаппаратура	2 комплекта	3,5	
13.	Батарейки для аппаратуры	10 шт	0,5	Типоразмер AA
14.	Штурманский набор	1 комплект	1,5	Карты, описания, фотографии, GPS-навигатор Garmin Dakota 20
15.	Ремонтный набор	1 комплект	1,0	
16.	Медицинская аптека	1 комплект	1,8	
			Всего:	37,2 Кг
			Вес на одного участника:	4,65 Кг

Снаряжение в целом претензий не вызывало.

В условиях похода в горной местности рационально использовать палатки с двумя тамбурами. Это позволяет укладывать всё снаряжение, включая рюкзаки, в защищенное от непогоды место. Утром, перед выходом на маршрут, можно складывать рюкзаки, не покидая палатки. Все имеющиеся палатки производители укомплектовали штормовыми оттяжками. При установке лагеря палатки растягивались с расчетом на возможное изменение погоды. Для облегчения веса группового снаряжения палатки, паспортной вместимостью 4 человека можно использовать и как 5-местные. Ширина дна - 220 см - позволяет достаточно комфортно размещаться такому количеству участников.

По обыкновению, приготовление пищи планировалось на мультитопливных горелках. Как топливо был приобретен очищенный бензин «Галоша» (Нефрас) - перевозить его самолетом запрещено. Мы же привезли его из России на автомобиле. На границе, при прохождении таможенного контроля, это не вызвало нареканий. Горелки производства корейской фирмы «Kovea» ведут себя хорошо на любой высоте и при любой температуре воздуха. Для экономии топлива и сокращения времени на приготовление пищи использовали скороварку.

В арсенале группы имелись тенты из водонепроницаемой ткани, размером три на три метра, на случай непогоды. В случае дождя на обеденном привале или на биваке, под тентом комфортнее готовить и принимать пищу. Приготовление пищи в тамбуре палаток или, тем более, в самой палатке для наших групп категорически недопустимо во избежание несчастных случаев и порчи группового снаряжения.

Основная веревка не использовалась.

Лавинные лопаты использовали для расчистки площадок под палатки на снежной части маршрута.

В ремонтный набор входит следующее:

№ п/п	Наименование	Количество	Примечание
1.	Стропа полиамид	15 м	
2.	Пряжка самосброс	2 шт	Ремонт поясной системы рюкзака
3.	Пряжка трехщелевая разъемная	6 шт	Ремонт рюкзаков
4.	Пряжка фастекс ремонтная 25 мм	3 шт	Ремонт рюкзаков
5.	Мультиинструмент малый («мультитул»)	1 шт	Производство «RemiLight»
6.	Мультиинструмент большой («мультитул») с набором отвёрток	1 шт	Производство «Track»
7.	Нитка армированная	3 катушки	
8.	Комплект иглолок «Турист»	1 шт.	5 игл разного размера
9.	Шнурки кевларовые «Спец»	2 комплекта	Производство «Сплав», длина 180 см. Прочные запасные шнурки для обуви. Можно использовать для ремонта оттяжек палатки
10.	Ремонтная гильза для дуг палатки	6 шт	8,5 мм – 2 шт, 9,5 мм – 2 шт, 11,0 мм – 2 шт. Производство «Сплав»
11.	Суперклей 3 г	3 шт	«Момент», весь использовали для ремонта обуви
12.	Клей «космофен» 20 г	1 шт	Весь использовали для ремонта обуви
13.	Стальная проволока	2 м	Тонкая. Использовали для организации ледовой проушины
14.	Набор самоклеющихся заплаток	2 комплекта	4 шт, для ремонта палаток
15.	Оттяжка для палатки	2 шт	Из ремонтного комплекта палаток Nova Tour
16.	Скотч армированный	1 рулон	Универсальное средство для ремонта
17.	Собачка для молний	3 шт	Ремонт молний палаток Nova Tour
18.	Насос для горелки «Booster +1 ТКВ-9209-1»	1 шт	Kovea. Запасной.
19.	Шланг для горелки «Booster +1 ТКВ-9209-1»	1 шт	Kovea. Запасной.
20.	Перчатки с прорезиненной ладонью	1 комплект	

Штурманский набор включает в себя:

- Карта района в формате 1:100 000
- Обзорная хребтовка района
- Компас – 2 шт.
- Навигатор Garmin Dakota 20 с предварительно загруженной картой. Той же, что и на бумаге.
- Описания прохождения маршрута с фотографиями и координатами ключевых точек.

9.2. Список личного снаряжения.

№	Наименование снаряжения	Кол-во	Вес, кг	Примечание
1.	Рюкзак	1	2,3	80 литров - у девушек, 100-120 литров – у мужчин
2.	Спальный мешок	1	2,0	Температура комфорта не ниже -5
3.	Коврик	1	0,26	Пенополиуретан или пенополиэтилен
4.	Треккинговые палки	1 пара	0,5	Телескопические
5.	Очки солнцезащитные	1 пара	0,1	Фактор защиты не ниже «3»
6.	Посуда	1 комплект	0,2	Миска, кружка, ложка
7.	Документы, деньги		0,2	В герметической упаковке
8.	Мультибандана лёгкая	1	0,05	Полартек Power Dry
9.	Мультибандана тёплая	1	0,1	Или шапка
10.	Термобельё	2 комплекта	0,6	Полартек Power Dry, 1 комплект – merino wool
11.	Ветрозащитная куртка	1	0,7	
12.	Толстовка	1	0,5	Полартек
13.	Тёплая куртка	1	1,5	Синтетическая куртка
14.	Дождевик	1	0,3	Пончо
15.	Брюки тёплые	1	0,5	Полартек
16.	Брюки ветрозащитные	1	0,7	
17.	Носки трекинговые	5 пар	0,4	В т.ч. одна пара Termolight или шерсть
18.	Гетры	1 пара	0,3	
19.	Ботинки	1 пара	1,0	Треккинговые или горные
20.	Перчатки	2 пары	0,15	Windblok и лёгкие
21.	Фонарик налобный	1	0,1	С запасным комплектом батареек
22.	Сменная обувь	1 пара	0,3	Треккинговые сандалии или калоши
Итого:			13,31	Кг

Рекомендованный набор личного снаряжения был достаточным для прохождения и этого маршрута и маршрута более высокой категории. Однако при планировании похода нужно помнить, что погода здесь изменчива и значительные понижения температуры не редкость. Хорошие были отзывы от участников, кто пользовался фирменными ковриками производства Termarest. Правда, вариант значительно дороже обычных ковриков из пенополиэтилена.

Спальные мешки участники используют с синтетическим утеплителем с температурой комфорта не выше -5С. Это позволило с комфортом отдохнуть и в высотной части похода: под вершиной Арбаика, на границе снежной зоны.

Пончо или накидка от дождя - обязательный элемент снаряжения в любом пешеходном походе, независимо от района проведения.

На данный момент обязательным элементом личного снаряжения стали телескопические трекинговые палки. Их использование позволяет экономить силы и беречь суставы на затяжных подъемах и спусках. Так же они могут выступать элементами транспортировочного оборудования в случае организации эвакуации пострадавшего участника силами группы.

Всё снаряжение было востребовано – ни один элемент не носили зря.

9.3. Состав медицинской аптеки.

Групповая.

1. Экстренная аптечка	Валидол	20 таб.
	салфетки стерильные	20 шт.
	бинты стерильные	15 шт.
	пластырь бактерицидный	4 набора
	Йод	20,0 мл
2. Болеутоляющие	анальгин	30 таб.
	Парацетамол	50 таб.
	Кеторол	50 таб.
	кеторол ампула	4 шт
3. Антибиотики	Эритромицин	100таб.
	Ципролет	100 таб.
4. При конъюнктивите	Сульфацил-натрий 10 г.	1 шт.
5. Отхаркивающие средства	Колдрекс максгрип (пакетики)	20 шт
	Ибупрофен	100 таб.
	Стрепсилс	60 леденцов
6. При расстройстве желудка	уголь активиров.	200 таб.
	Лоперамид	30 таб.
	Полисорб (пакетики по 3 г)	10 шт
	Мезим	60 таб.
7. Противовоспалительные мази	Гель «Троксевазин»	1 тюбик
	Крем «Хондроксид Форте»	1 тюбик
8. перевязочный материал	Вата	25г
	Бинт эластичный	3 шт.
	Лейкопластырь - рулон	3 шт.
9. Адаптогены, витамины	Компливит	180 таб.
	Грипо-флю	20 пакетиков
	Витамин С	1200 драже
10. Разное	Крем от загара Florisan «Полный блок»	4 фл.
	Шприц 5 мл	4 шт
	Градусник	1шт.

За время маршрута серьезных травм или заболеваний у участников группы не было.

Из аптечки использовали:

- «Грипо-Флю» или «Колдрекс» - для профилактики простуды, при первичных симптомах простуды,
- Гели «Троксевазин» и «Хондроксид Форте» - для профилактики болей в суставах,
- Йод и бактерицидный пластырь – при натирании мозолей.

9.4. Питание в походе.

Планируя питание группы на маршруте, пришли к следующему режиму питания:

- На завтрак готовили чечевицу с тушенкой, рисовую или овсяную кашу с изюмом и сгущенным молоком, и макароны с сыром. Пили чай с конфетами. Чечевицу с вечера замачивали в холодной воде. Лучше разваривается в походных условиях красная или желтая чечевица. Эти меры позволили сократить время приготовления завтрака и ускорить утренние сборы.
- Обед, для экономии времени, представлял собой горячий чай, который готовили на горелках или брали с завтрака в термосах, вафли в шоколаде, плавленый сыр в индивидуальной упаковке и кусок копченой колбасы. Это позволило сократить время на обед до 30-40 минут.
- На ужин готовили гречневую кашу, булгур, кус-кус или макароны с тушеным мясом. Пили чай со сладким.

Смена блюд была каждые четыре.

Молоко для завтрака покупали сгущенное – цельное, с пометкой ГОСТ.

Сладкое традиционно покупали в индивидуальной упаковке, преимущественно в шоколадной глазури: вафли, халву, козинаки.

9.4.1. Раскладка продуктов на пешеходный поход 1 к.с.

на 8 человека на 8 дней

Наименование продукта	На 1 участника, на раз, г	Количество приёмов	Всего на группу, на поход, г	Примечание
Завтрак				
Чечевица	70	2	1120	С тушенкой
Рис	70	2	1120	С изюмом и сгущенным молоком
Овсянка	70	2	1120	С изюмом и сгущенным молоком
Макароны	80	2	1280	С твёрдым сыром
Твёрдый сыр	19	2	300	К макаронам
Тушенка	69	2	1100	К чечевице
Сгущенное молоко	15	4	240	К овсяной каше и рису. 1 пакет на раз.
Сладкое к чаю	30	8	1920	По 1-2 конфеты
Изюм	13	4	400	К рису и овсяной каше
Обед				
Сыр плавленый порционный	45	8	2880	Треугольнички в фольге
Колбаса сырокопченая	30	8	1920	
Сладкое к чаю	30	8	1920	Вафли в шоколаде в индивидуальной упаковке
Ужин				
Макароны	80	2	1280	С тушенкой
Булгур	70	2	1120	С тушенкой
Гречка	70	2	1120	С тушенкой
Кус-кус	70	2	1120	С тушенкой
Тушенка	69	8	4400	На каждый ужин
Сладкое к чаю	30	8	1920	Козинаки, халва в глазури и т.п. в индивидуальной упаковке
Чай				
Чай	2	24	400	4 пачки
Соусы				
			800	Аджика, соус чили, горчица, сухие приправы
Сухари, галеты, хлебцы				
	25	24	4800	Личное по 600 грамм
Сахар				
	25	24	4800	Личное по 600 грамм
Соль				
			250	Йодированная
ИТОГО			37 330	37,33 кг

9.5. Расчет веса рюкзака:

Вес личного снаряжения, всего	106,5 кг
Вес группового снаряжения, всего	37,2 кг
Питание, всего	37,3 кг
<hr/>	
Итого:	181,0 кг
Стартовый вес рюкзака у девушек = 18,6 кг,	
Стартовый вес рюкзака у мужчин = 23,2 кг.	

10. Итоги, выводы, рекомендации.

Главный итог мероприятия – пройден интересный маршрут, соответствующий первой категории сложности в новом для большинства туристов Ульяновска районе.

Отработаны навыки работы группы на протяженных снежных склонах.

Разведана обстановка с водой в районе плато Арбаика и на лесных склонах, транспортная доступность и варианты выхода из района, наличие пригодных для ночевки мест и т.п. – эти наблюдения необходимы для планирования будущих походов.

10.1. Рекомендации по району:

Район проведения похода привлекателен транспортной доступностью, красотой и необычностью пейзажей, обилием различных видов рельефа и климатических условий. Рекомендации применимы для любого маршрута в гористой местности:

- Необходимо со всей ответственностью подойти к подготовке бивачного снаряжения (палаток, спальных мешков), поскольку дожди и ветра в горной части нередки. При этом плохая погода может держаться несколько дней.
- Нужно быть готовым к сложностям в ориентировании на местности из-за дождей и сопровождающих их туманов – навигатор должен входить в обязательный перечень снаряжения.
- Поскольку в Абхазии нет службы спасения, то необходимо договариваться с одной из фирм, предлагающих свои услуги по заброске в район о вариантах эвакуации на случай нештатной ситуации. И даже при этом нужно помнить, что всю работу по транспортировке пострадавшего будут проходить силами участников группы. Необходимо до похода отработать соответствующие навыки и пройти курсы первой доврачебной помощи.
- Горелки для приготовления пищи лучше использовать мультитопливные – на бензине. Это позволит не бояться остаться без горячего питания и питья на любой высоте. При этом нужно учитывать, что бензин требует внимательного и осторожного обращения в процессе эксплуатации. Обязательно иметь ремонтный набор и запасные детали для горелок (шланг, форсунка, раскатель).
- В целом с питьевой водой проблем нет. Только на подъеме от Гегскаого водопада на плато Арбаика напрочь отсутствуют источники воды. В зоне снега нам приходилось топить снег. Поэтому носить с собой большие запасы воды не стоит.
- Возможны дожди и мокрый снег - обязательны дождевики и водонепроницаемые накидки на рюкзаки.
- Вход на территорию ряда достопримечательностей платная: озеро Малая Рица, въезд на территорию Ричинского заповедника.

10.2 Экология.

Весь мусор, принесенный группой в природную среду, тщательно собирался и сжигался. То, что нельзя было сжечь, укладывали в полиэтиленовые пакеты и транспортировали до населенного пункта, где его можно было утилизировать. В нашем случае мусор мы донесли до поселка Цандрьпш – до финиша маршрута.