



## Мульти-тур «От Домбая до Эльбруса»

**Продолжительность:** 10 дней

**Место начала / Завершения тура:** Аэропорт Минеральные воды / Аэропорт Минеральные воды

**Места показа:** Минеральные Воды, Домбай, Русская поляна, Алибекский водопад, Карачаево-Черкессия, Эльбрусский район, Чегет, Мусса-Ачитара, Водопад Терскол

**Допустимый возраст:** 12+

Цена за человека от 58 600 руб.

### В стоимость тура включено

- групповые трансферы аэропорт (ж/д вокзал) Минеральные Воды – Домбай- аэропорт (ж/д вокзал) Минеральные Воды;
- транспортное и экскурсионное обслуживание по маршруту;
- плата за посещение национального парка;
- услуги горного гида;
- размещение в гостинице 3\*/3+ на выбор (4 ночи) в поселке Домбай;( Снежный Барс - номера стандарт, Таурух - номера делюкс).
- размещение в гостинице 3 \* на выбор (5 ночей) в поселке Терскол;
- питание по программе тура (завтраки в отеле шведский стол, 5 обедов сухой паек), праздничный обед/ужин\* в зависимости от программы на Домбае, праздничный ужин в Приэльбрусье.

### В стоимость тура не включено

- оформление приглашения для иностранных граждан – 1500 рублей с человека;
- питание, не включенное в программу тура;
- индивидуальные трансферы от 5000 рублей;
- дополнительные сервисы в гостиницах (баня, сауна, бильярд и пр.);
- заказ дополнительных экскурсий;
- спиртные напитки;
- аренда личного туристического снаряжения;
- страховка от н/с;
- билеты на канатную дорогу от 1600 рублей Домбай, 1000 рублей Чегет, 1600 рублей Эльбрус;
- катание на ратраке от 5000 рублей;

### Дополнительные услуги

- Индивидуальный трансфер Минеральные Воды – Домбай - 5300 RUB
- Индивидуальный трансфер Приэльбрусье – Минеральные воды - 5300 RUB

## Описание тура

Чтобы понять, что же такое настоящий Кавказ, нужно обязательно приехать сюда!

Мы покажем Вам те места, которые нужно увидеть в первую очередь. Путешествие в Домбай станет отличным началом поездки, ведь этот лесисто-горный край очень живописен и настолько уютен, что хочется остаться в нем навсегда. Природу этого уголка Кавказа бережно хранят сотрудники Тебердинского заповедника, по территории которого проходят наши маршруты.

Во второй части программы вы посетите национальный парк «Приэльбрусье», где увидите множество красот и чудес. Гвоздём программы станет знаменитый Эльбрус – вулкан, который венчает седые Кавказские горы и является самой высокой точкой России и Европы (5642м).

## Программа тура

### **День 1. Трансфер на курорт Домбай, экскурсия - Шоанинский храм.**

Ваше путешествие начинается в городе Минеральные Воды.

Прибытие в аэропорт (ж/д вокзал) г. Минеральные Воды до **12:00**.

Сбор группы.

**В 12:30 - групповой трансфер** в Домбай (в пути 5-5,5 часов в пути с остановками).

Путевая информация по дороге.

Остановка у **Шоанинского храма**, возведенного в конце X века.

Храм выполнен в виде креста. В длину, как и в высоту, здание составляет почти 13м. Возвышается Шоанинский храм на скальном отроге и видно его издали, и подниматься к нему мы будем пешком. Рядом с храмом на соседней скале расположена беседка с колоколом, к которой можно пройти по навесному мостику, и загадав желание ударить в колокол.

### **Остановка на обед (дополнительная плата).**

18:00 ориентировочное время прибытия в Домбай.

Размещение в отелях на выбор в поселке **Домбай**.

Ужин на курорте самостоятельно, можем порекомендовать кафе “У Зули” или “Кристалл”.

### **День 2. Трекинг на Русскую Поляну и к Чучхурским водопадам.**

#### **Продолжительность 5 часов, перепад высот 500 метров.**

Завтрак в отеле.

Встреча с гидом в холле отеля, инструктаж.

Хвойный лес и субальпийские луга, чистейший горный воздух и аромат цветов ожидают вас на этой прогулке. По дороге встречаются ручьи с чистой горной водой. Маршрут выходит на **Русскую поляну**, с которой открывается великолепный вид на устремленные в небо снежные вершины и ледники. Свое название эта местность получила благодаря русским геологам, которые занимались исследованием здешних мест. Именно Русская поляна дала начало истории горнолыжного Домбая. Первые любители горнолыжного спорта приезжали кататься только на Русскую поляну, а уже в дальнейшем стали осваивать склоны Мусса-Ачитара. Остатки прежних бугельных подъемников напоминают о тех былых временах.

Конечная цель нашей прогулки – **Чучхурские водопады**, высота которых достигает 12 метров. Путь к Чучхурскому водопаду лежит через ущелье Домбай-Ульген, по огромному высокогорному лугу среди двух горных массивов. Считается, что водопад состоит из 3 каскадов, которые удивительно красивы со всех ракурсов. Вы обязательно сделаете много красивых фотографий, послушаете как “поет” водопад, и попробуете на вкус настоящую ледниковую воду.

### **Обед (сухой паёк).**

Возвращение в гостиницу.

Ужин самостоятельно.

### **День 3. Джипинг и трекинг в Алибекском ущелье.**

**Продолжительность 6-7 часов, перепад высот 300 метров.**

Завтрак в отеле.

Встреча с гидом в холле отеля, инструктаж.

Чтобы разнообразить пешую прогулку, вы воспользуетесь **автомобилями УАЗ**, которые сократят пешую часть и добавят острых ощущений в копилку впечатлений. Вам предстоит прогулка до небольшого, но живописного **Алибекского водопада**, где вы пройдете по краю Алибекского ледника и выйдете к берегу Турьего озера (2200м). Когда вокруг царит спокойствие и нет людей, к озеру выходят туры, отсюда и его название. Вид, открывающийся отсюда, завораживает - перед вами открывается панорама Главного Кавказского хребта с вершинами Эрцог, Белала-Кая, Сулахат.

### **Обед (сухой паёк).**

На обратном пути вы остановитесь у кладбища альпинистов, где нашли покой отважные покорители Домбайских вершин.

Возвращение в гостиницу.

Ужин самостоятельно.

### **День 4. Трекинг на Бадукские озера.**

**Продолжительность 5-6 часов, перепад высот 600 метров.**

Завтрак в отеле.

Встреча с гидом в холле отеля, инструктаж.

Сегодня вы посетите **Бадукские озера** - каскад из трех горных озер на реке Бадук.

Трансфер к началу маршрута. Маршрут начинается с переправы через реку Теберда по красивому подвесному мосту. Маркированная тропа или как ее еще называют "**королевская дорога**" проведет вас через заросли пихт, а затем лиственных лесов. Обязательно все преодолеют эту непростую тропу, и когда вы подниметесь на самый верх, то сможете почувствовать себя "королем" или "королевой", не забудьте сделать памятное фото на троне.

И вот, после "Королевской тропы", пройдя через каменные препятствия вы попадаете к **первому озеру**, которое самое крошечное, его диаметр всего 80 метров, а глубина не доходит и до 5 м. Вода в нем очень студеная – круглый год она не превышает отметку +5С.

**Второе озеро** находится на 260 м выше и уже несколько крупнее. Его диаметр достигает 200 метров.

**Третье озеро** – самое огромное. Его размеры составляют 330 на 200 метров, а площадь превышает 3,5 гектара. Глубина его достигает 9 метров, а вода настолько прозрачная и чистая, что даже в озере водится форель.

**Обед (сухой паёк)** на берегу озера с легендами и сказками от гида про Бадукские озера.

Желающие могут искупаться в озере, а также сделать много красивых фотографий.

Обратный путь уже легче и быстрее, так как вы будете спускаться вниз с горы, да и дорога домой всегда

быстрее.

Возвращение в гостиницу.

Ужин самостоятельно.

### **День 5. Экскурсия с подъемом по канатной дороге на гору Мусса-Ачитара. Трансфер в Приэльбрусье.**

Завтрак.

Завтрак в отеле.

Освобождение номеров, вещи можно сдать в камеру хранения отеля.

Встреча с гидом в холле отеля, инструктаж.

Канатной дорогой вы подниметесь на гору **Мусса-Ачитара** (доплата за билет). Четыре очереди кресельной канатной дороги поднимут вас на высоту 3000 метров над уровнем моря. С этой высоты открывается великолепный вид на домбайские вершины, сверкающие ледники, бурные реки и звенящие водопады. А если вам повезет с погодой, среди горных вершин вы увидите двуглавого исполина Эльбруса. Гид познакомит вас с местными легендами, расскажет о культуре, обычаях и традициях народов, населяющих эти земли. Зарядившись положительными эмоциями, вы отправитесь в обратный путь.

Праздничный **обед\*** с группой, где вы поделитесь впечатлениями от знакомства с дивным горным краем Северного Кавказа.

**Групповой трансфер** в Кабардино-Балкарию, курорт Эльбрус (в пути 6 -6,5 часов). Путь в Приэльбрусье лежит по Баксанскому ущелью. Впереди Вас ждет только головокружительно чистый воздух и звенящая тишина соснового леса.

19:00 ориентировочное прибытие в поселок Терскол.

Заселение в отель выбранной категории.

Ужин самостоятельно.

### **День 6. Трекинг в Терскольское ущелье к водопаду Терскол.**

**Продолжительность 5 часов, перепад высот 500 метров.**

Завтрак в отеле.

Встреча с гидом в холле отеля, инструктаж.

#### **Прогулка в Терскольское ущелье.**

Тропа проходит через многочисленные заросли дикой малины по живописной местности среди альпийской растительности и горных пейзажей. Во время подъема можно отдохнуть у Чайного домика, полюбоваться природой Терскольского ущелья, а также, утолить жажду горной водой из "волшебного источника", которая мужчин бодрит, а женщин молодит. Во время всего маршрута за каждым новым поворотом тропы, вас ждут захватывающие дух горные пейзажи, гигантские камни валуны, прекрасные заросли рододендронов, и, если погода будет благосклонна, то "Седой Эльбрус" покажет свои заснеженные "горбы". Переправившись на противоположный берег бурной горной реки по узкому деревянному мостику, вы сможете еще ближе подойти к нашей цели путешествия – к красавцу **водопаду Терскол** – высота 20 метров, ширина 12 метров. Наш опытный горный гид обязательно доведет всех как можно ближе к водопаду, чтобы вдоволь насмотреться и услышать, как звучит водопад Терскол.

**Обед на горных склонах у водопада (сухой паек) и в обратный путь!**

Возвращение в отель. Ужин самостоятельно.

**День 7. Гора Чегет и пешая прогулка к озеру Донгуз Орун-Кёль.  
Продолжительность 5-6 часов.**

Завтрак в отеле.

Встреча с гидом в холле отеля, инструктаж.

В этот день вас ждёт подъем **канатно-кресельной дорогой** на г. Чегет (высота г. Чегет 3700 м над у. м., высота верхней станции ККД - 3050 м над у. м). Вас ждут захватывающие виды знаменитого ледника "7", величественного Эльбруса и панорамные виды Кавказского хребта.

(Доплата 1000 рублей с человека).

Прогулка к озеру **Донгуз Орун - Кёль**. Это озеро мореного типа, оно появилось в результате таяния ледников. Вода, которая стекает с гор, размывает их склоны и приносит в водоем всевозможные горные минералы, в результате чего гладь озера раскрашена целой палитрой красок. Расположенные недалеко от озера склоны гор в теплый период года радуют глаза сочным разнотравьем, среди которого можно встретить буквицу, чарбер, шалфей и даже редкий чёрный тюльпан.

После прогулки рекомендуем зайти в местное кафе и продегустировать знаменитые пирожки - равнодушным не останется никто!

Спуск на поляну **Чегет**.

На поляне Чегет расположен большой рынок сувениров и вязаных изделий - у вас будет хорошая возможность приобрести что-нибудь на память о путешествии.

Возвращение в отель.

Рекомендуем прогулку по эко-тропе на **Поляну Нарзанов**.

По всему маршруту эко-тропы, которая пролегает по склону вдоль реки Баксан, установлены беседки и устроены места отдыха. На информационных щитах указано, какую флору и фауну можно встретить в Приэльбрусье. Кроме того, с различных участков тропы видны вершины Эльбруса. На Поляне Нарзанов из-под земли выходят на поверхность несколько источников углекислых нарзанов, окрашивая почву в желто-красный цвет. Вода богата железом, кальцием, магнием, натрием и калием. Разные виды нарзана можно продегустировать.

Свободное время на курорте.

Ужин самостоятельно.

**День 8. Трекинг в ущелье Ирикчат.  
Продолжительность 7-8 часов, перепад высот 600 метров.**

Завтрак в отеле.

Встреча с гидом в холле отеля, инструктаж.

Трансфер в ущелье **Ирикчат** к месту начала пешеходного маршрута. Долина реки Ирик по праву считается одной из самых красивых в Приэльбрусье. Река вытекает из одноименного ледника и впадает в Баксан около поселка Эльбрус. Долина расположена между юго-восточным и восточным отрогами Эльбруса. Уровень ее на 500 метров выше Баксанской долины. Перед впадением в Баксан река течет в глубоком каньоне, склоны которого покрыты сосновым лесом. Маршрут проходит по теснине ущелья, во время которого вы будете восхищаться видами отвесных скал и горного пейзажа Главного Кавказского Хребта.

### **Обед в пути (сухой паек).**

Возвращение в отель.

Ужин самостоятельно.

По желанию за дополнительную оплату можно посетить оздоровительный центр, сходить в баню

### **День 9. Высокогорная экскурсия на Эльбрус.**

**Продолжительность 5-6 часов.**

Завтрак в отеле.

Встреча с гидом в холле отеля, инструктаж.

Трансфер на поляну **Азау**.

Подъем канатными дорогами на склоны вулкана Эльбрус до высоты 3800 м (доплата от 1600 руб/чел.)

**При посадке необходимо иметь при себе средства индивидуальной защиты – маску – посадка по QR-коду или ПЦР-тесту.**

Это серьезная высота, которая требует предельного внимания и следования всем указаниям гида. Гора знаменита своими ледниками, питающими горные реки, минеральными источниками, бьющими у подножия, и завораживающими видами. Немногие горы вулканического происхождения превосходят по высоте «российское чудо». На протяжении всего маршрута вам будут открываться величественные панорамы Кавказских хребтов во главе с исполином **Эльбрусом** (5642 м над у.м.). Начиная с высоты 3500 метров над уровнем моря, Эльбрус покрыт ледниками и снегом, так что у вас будет возможность поиграть в снежки или прокатиться на снегоходе (за доплату).

Спуск на поляну **Азау**.

**Обед** в местном кафе (самостоятельно).

В случае хорошей погоды после обеда очень полезной окажется прогулка по пятикилометровой эко-тропе «**Азау-Чегет**» через сосновый лес вдоль реки Баксан, во время которой вы сделаете отличные фото горных пейзажей, а с конца августа-в сентябре полакомитесь горной черникой, малиной и брусникой.

Вечером - совместная встреча на **заключительном ужине**, во время которого вы поделитесь впечатлениями от вашего путешествия.

### **День 10. Окончание программы. Выезд из Приэльбрусья.**

Завтрак. Освобождение номеров до 12:00.

Свободное время на курорте.

Групповой трансфер в аэропорт (ж/д вокзал) Минеральные Воды к рейсам (поездам), отправляющимся после 19:00.

### **Дополнительно**

#### **Требования к участникам тура:**

Для активных туристов до 65 лет, не имеющих противопоказаний к активным нагрузкам в горах.

**Можно продавать от 1 человека без доплаты за одноместное размещение!**

**Состав группы:** 6-12 чел

**Решение об участии в программе тура принимается и подтверждается туроператором только на основании заполненной анкеты!**

**Важно!** Часть маршрута проходит в пограничной зоне. Для иностранных граждан, в том числе для граждан стран СНГ, необходимо оформить пропуск в пограничную зону, подача документов - за 45 дней, для граждан РФ – погран. пропуск оформляется на месте.

**Организация питания:** мы учтем ваши ограничения в питании, если вы вегетарианец или у вас есть аллергия на какие-либо продукты, обязательно напишите об этом нам при бронировании тура . При отсутствии уточнений по данному вопросу в туре , туристам будет предложено стандартное меню. Замена питания на маршруте только за дополнительную плату!

#### **Встреча.**

Групповой трансфер из аэропорта (ж/д вокзала) Минеральные Воды осуществляются в назначенное время, но не позднее 12:00. В аэропорту туристов встречает гид с табличкой с названием тура «Мультиактив на Эльбрусе» на выходе из зала прилёта. От ж/д вокзала наш транспорт забирает туристов в зависимости от времени прибытия поездов, но не позднее 11:30 утра.

#### **Проводы.**

Проводы туристов осуществляются в аэропорт и на ж/д вокзал Минеральных Вод к рейсам, отправляющимся после 19:00 часов местного времени. Автобус отправляется за 6 часов до вылета. Для туристов приезжающих/уезжающих в другое время, могут быть организованы индивидуальные трансферы за дополнительную плату от 5000 рублей.

#### **Рекомендуем взять с собой для трекинга:**

- ветрозащитная куртка
- трекинговые брюки
- трекинговые ботинки
- термобелье
- кофта (флисовая)
- перчатки и шапка для подъёма на Эльбрус
- рюкзак до 30 литров
- накидка от дождя (дождевик) для себя и для рюкзака
- солнцезащитные очки и крем от солнца с фактором защиты 50.
- индивидуальная аптечка
- пенополиуретановая «сидушка»
- термос
- трекинговые палки (можно взять в прокат, обратившись в нашу компанию – (стоимость аренды -1300 рублей за всю программу).

**В прокат можно взять:** ветрозащитную куртку, ветрозащитные брюки, трекинговые палки, трекинговые ботинки.

**\*Туроператор имеет право менять очередность экскурсий или делать равнозначную замену в зависимости от погодных условий, не уменьшая качества и объема услуг.**

#### **Особенности высокогорья**

Во время программы мы будем находиться на высоте 800- 3500 метров над уровнем моря. В программе предполагается подъем на канатной дороге ст. Чегет или Азау до высоты 3500 метров над уровнем моря. При желании и физических возможностях вы можете подняться на высоту до 4100 м. Проживание по программе – на высоте от 1600-2200 метров над уровнем моря.

**Туристам, страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями, мы не рекомендуем подъем на канатной дороге.**

Основные заболевания, при которых не рекомендуется ездить в горы:

Индивидуальная непереносимость недостатка кислорода, стенокардия III-IV функционального класса, гипертоническая болезнь 3 ст., хроническая почечная недостаточность, острые стадии соматических заболеваний (инфаркт миокарда, острое нарушение мозгового кровообращения, гипертонический криз, астматический статус при бронхиальной астме и др.), сердечно-сосудистые заболевания, легочные заболевания, стадия обострения хронических воспалительных процессов, острые инфекционные заболевания.

В горах на высоте от 3500 метров воздух более разреженный, в нем меньше кислорода. Поэтому у некоторых туристов возникают симптомы “высотной (горной) болезни”: слабость, вялость, учащенное сердцебиение, легкое головокружение, бессонница, потеря аппетита, одышка, тошнота, рвота и т.д. Эти симптомы могут проявиться на высоте от 3500 метров над уровнем моря. В случае осложнения снять симптомы может помочь снижение высоты.

Турист несет полную ответственность за намеренно скрытую от организаторов информацию о заболеваниях, которые могут привести к необратимым последствиям. Мы не имеем права контролировать состояние Вашего здоровья. Поэтому мы не несем ответственности за происшествия, наступившие вследствие реакции Вашего организма на перепад высот и кислородное голодание, возникшие в горах.

**Меры предосторожности и правила поведения в активном туре:**

Вы добровольно приобрели путевку и знаете, что горы являются местом повышенной опасности для здоровья и жизни городских жителей, попавших в условия природной среды. В горах смена погоды происходит очень часто. Здесь бывают грозы, сильные ветра, низкие и высокие температуры, обвалы камней и льда, селявые потоки. На человека влияет перепад высот, температур, повышенная ультрафиолетовая активность солнца и другие факторы.

- Берегите ноги! Принимайте заблаговременно меры против натирания мозолей: берите для трекинга только удобную, разношенную обувь; перед выходом на маршрут в качестве превентивной меры заранее наклеивайте пластырь на все проблемные зоны. Используйте специальные трекинговые ботинки с прочной подошвой и поддержкой щиколотки, для сведения к минимуму риска травм при ходьбе по сильно пересеченной местности.
- Будьте осторожны среди зарослей борщевика (когда его листья намокают от росы, это растение становится крайне ядовито. Можете получить химический ожог, который долго и болезненно проходит).
- Своевременно сообщайте гиду-инструктору об отклонениях Вашего самочувствия от нормального. Имейте при себе личную аптечку, сформированную с учетом Ваших индивидуальных потребностей.
- Во время путешествия не рекомендуется употребление спиртных напитков, а также запрещено употребление наркотических и психотропных веществ. Это может привести к резкому ухудшению Вашего самочувствия в условиях высокогорья, нарушению процесса акклиматизации и другим неблагоприятным последствиям. В случае нарушения указанного правила, ответственность за последствия возлагается на туриста.
- Тщательно мойте овощи и фрукты. Не употребляйте в пищу мясные блюда, не подвергшиеся термальной обработке. Если Вы питаетесь в ресторане, учитывайте, что национальная кухня может быть острой, жирной и неподходящей для вашего желудка. Не употребляйте в пищу грибы, ягоды и другие растения
- С особой осторожностью покупайте алкогольные напитки не заводского производства (домашнее вино) у частных лиц, поскольку они могут быть низкого качества и нанести вред здоровью. Просим Вас соблюдать



умеренность в употреблении спиртного.

- Не отправляйтесь без сопровождения на прогулки, на пикники или в гости к малознакомым людям.

### **Правила поведения во время трекинга:**

Пребывание в условиях дикой природы всегда связано с рядом потенциальных опасностей.

1. Передвижение во время активной части тура необходимо осуществлять строго по пути, указанному гидом-инструктором; недопустимо пытаться «срезать» путь, выбирать собственный и т.п. без согласования с гидом-инструктором. На горных участках внимательно следите за дорогой и смотрите под ноги, особенно после дождя.
2. В случае самовольного отклонения туриста от установленного маршрута и самостоятельного осуществления им трекинга, восхождения или перехода, равно как и любых других действий, участник принимает на себя обязательства по соблюдению мер личной безопасности.
3. Не совершайте самодельных подъемов на возвышенности (особенно скалы), переправ через раки, каньоны и т.п. Это может оказаться намного сложнее, чем Вам показалось изначально, и привести к несчастному случаю. Не взбирайтесь на каменные глыбы и скалы, не подходите к краям обрывов и берегам рек, не сбрасывайте камни с отвесных склонов.
4. При прохождении маршрута обращайтесь внимание, куда Вы наступаете, если Вы наступите на змею, она может вас укусить. Помните, змеи нападают только с целью самозащиты

### **Безопасность**

Перед выходом в высокогорье участники проходят инструктаж по технике безопасности.

Единый номер вызова экстренных оперативных служб – 112. Звонок для абонента бесплатный, даже если на его счёте отрицательный баланс.

## **Варианты размещения**

**Снежный Барс Домбай / Снежный Барс Чегет**

**Отель Таурух Домбай/ Снежный Барс Чегет**

## **Места сбора группы**

### **Аэропорт Минеральные воды**

Групповой трансфер из аэропорта Минеральные Воды осуществляются в назначенное время, но не позднее 12:00. В аэропорту туристов встречает гид с табличкой с названием тура «От Домбая до Эльбруса» на выходе из зала прилёта

### **Минеральные Воды**

С ж/д вокзала наш транспорт забирает туристов в зависимости от времени прибытия поездов, но не позднее 11:30 утра. Контактный телефон встречающего будет отправлен вам за 5 дней до начала тура.

## **Даты тура**

### **Июль 2022**

08.07.2022 - 17.07.2022 от 58 600 руб.			
---	--	--	--

### **Август 2022**

05.08.2022 - 14.08.2022 от 58 600 руб.	19.08.2022 - 28.08.2022 от 58 600 руб.		
---	---	--	--

**Сентябрь 2022**

<b>09.09.2022</b> - 18.09.2022 от 58 600 руб.			
--	--	--	--

**Октябрь 2022**

<b>07.10.2022</b> - 16.10.2022 от 58 600 руб.			
--	--	--	--