

# **ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ НА ГОРНЫХ МАРШРУТАХ ТК «КАДГАРОН»!**

Каждый турист, по прибытию в начальную точку маршрута, проходит инструктаж с гидом-проводником. Более детально знакомится:

- С ниткой маршрута
- Мерами безопасности на маршруте
- Предоставленным снаряжением

После ознакомления и прослушивания инструкции по безопасности турист выходит на маршрут, что является подтверждением того, что турист согласен с предлагаемыми условиями проведения маршрута. Все спорные моменты должны решаться до выхода на маршрут.

Нитка маршрута всегда остается неизменной, (запасной вариант используется только при плохих погодных условиях, при плохом состоянии маршрута или аварийных ситуациях).

На туре гид-проводник является единоначальником. Он имеет право принимать любые решения, направленные на выполнение обязанностей гида-проводника, вплоть до снятия с маршрута туриста, создающего нервную обстановку в группе, злоупотребляющего спиртными напитками или наркотическими средствами в ущерб окружающим. В этом случае компенсация туристу не выплачивается.

Если турист не согласен с меню на маршруте, то дополнительный закуп продуктов производится за его счет.

При получении туристского снаряжения, турист обязан сделать его осмотр и заявить о выявленной неисправности снаряжения до выхода на маршрут. Все спорные вопросы решаются на месте до выхода на маршрут. Во время прохождения маршрута турист несет ответственность за полученное снаряжение до сдачи его гиду-проводнику.

## **ПАМЯТКА**

### **безопасности на горном и пешеходном турах**

1. При прохождении горных и пешеходных маршрутов группа в целом и каждый турист обязаны подчиняться гиду-проводнику.
2. Турист обязан:
  - Не задерживать выход группы на маршрут утром с привалов;
  - На технически сложных участках: крутых подъемах по травянистому и осыпному склонам двигаться плотной группой;
  - На крутом горном рельефе не находиться друг над другом;
  - В случае смещение камня подать команду "камень", если он реально угрожает кому-нибудь из группы. То же, если заметит камень вверху, летящий по склону;
  - При получении команды "камень" уклониться от него или прикрыться под скалой большим камнем или рюкзаком;
  - Не отклоняться от тропы и не терять визуального контакта с группой;
  - Следить за состоянием ног и при возникновении возможности образования мозолей, наминов, потертостей предупредить гида-проводника и прекратить движение, переобуться и защитить опасные места пластырем, бинтом и т.д.;
  - На переправах освободить поясной ремень и одну лямку рюкзака;
  - По леднику двигаться след в след за гидом-проводником и не подходить к краю трещин; без разрешения гида-проводника не выстегиваться из связки;
  - Не лазать по крутому льду без "кошек" и страховки;

- При движении по лесу не отклонять ветки деревьев на величину, представляющую угрозу для идущего следом. Если это произошло, то предупредить идущего сзади.

3. На маршруте запрещается:

- На снегу и леднике снимать солнцезащитные очки, даже в плохую погоду;
- Купаться в горных реках и озерах;
- Покидать лагерь без разрешения гида-проводника на сложном рельефе, даже в пределах видимости;
- Лазать по склонам без гида-проводника;
- Использовать для разведения костра быстро воспламеняющиеся вещества;
- Разводить костры в необорудованных местах;
- Употреблять в пищу незнакомые грибы, ягоды, травы и некачественные или случайно приобретенные у местных жителей продукты питания;
- Употреблять во время движения спиртные напитки;
- Рубка, ломка растущих деревьев и кустарника, разбрасывание мусора, фантиков от конфет и других оберточных предметов; необходимо нести их с собой до сжигания в костре.

4. Гиду-проводнику предоставляется право:

*Прекращать движение, изменять маршрут на запасной, возвращаться в основные и запасные базы или в ближайшие населенные пункты при резком ухудшении погоды, во время стихийных бедствий и чрезвычайных ситуаций и при других обстоятельствах, делающих дальнейшее продвижение по маршруту опасным. При этом действия гида-проводника не обсуждаются и претензии по ним не удовлетворяются.*

5. Турист должен знать, что горный (пешеходный) спортивный маршрут имеет факторы риска и реальную угрозу здоровью и жизни человека, находящегося в условиях горной природной среды. В горах возможны повышенные или пониженные температуры, с резкими их перепадами и перепадами барометрического давления, грозы, камнепады, обвалы льда, лавины и селевые потоки.

6. Горы воздействуют на туристов ультрафиолетовым излучением, от которого на снегу и леднике нужно защищать не только глаза, но и открытые части тела. Их стоит покрывать защитным кремом или применять марлевые маски.

На привалах не злоупотреблять солнечными ваннами.

2. За последствия несоблюдения туристом правил по технике безопасности в походе, инструктора и члены компании ответственности не несут.

## **Список рекомендуемого личного снаряжения для активных туров:**

1. рюкзак
2. спальный мешок
3. туристский коврик - каримат
4. солнцезащитные очки
5. трекинговые ботинки
6. сменная обувь (легкие кроссовки)
7. ветровка (легкая балоневая куртка и штаны)
10. теплая куртка
11. теплый свитер
12. носки теплые (2 пары)
13. шапочка спортивная
14. кепка от солнца
15. легкие спортивные штаны
16. шорты
17. носки хлопок (2 пары)
18. фонарик
19. легкий плащ-накидка
20. мазь от комаров
21. крем от солнца

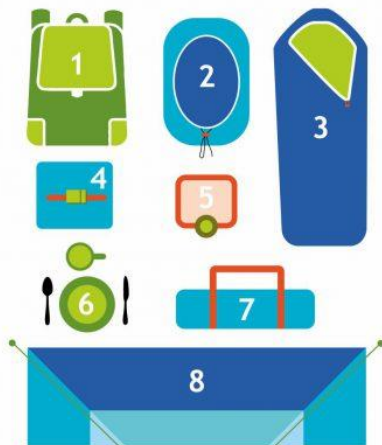
*\* Турист должен знать, что руководителю похода предоставлено право прекращать движение изменять маршрут на запасной, возвращаться на основные и промежуточные базы или в ближайшие населенные пункты при резком ухудшении погоды, во время стихийных бедствий и при других*

обстоятельствах, делающих дальнейшее движение по маршруту опасным.

Действия руководителя (гида-проводника) не обсуждаются и претензии по ним не удовлетворяются.

## ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ В ПОХОД

### Бивуачное снаряжение



1. Рюкзак
2. Накладка на рюкзак от дождя
3. Спальный мешок
4. Сидушка
5. Налобный фонарик
6. Кружка, ложка, миска, нож
7. Коврик (пенка)
8. Палатка

### Важные мелочи



1. Солнцезащитные очки
2. Спички
3. Мобильный телефон
4. Туалетная бумага
5. Личная аптечка
6. Документы
7. Солнцезащитный крем
8. Фляга для воды
9. Средство от насекомых
10. Гермомешок под ценные вещи
11. Средства личной гигиены
12. Треккинговые палки

### Одежда



- Головной убор
- Футболка
- Куртка и ветровка
- Сменный комплект обуви
- Штормовые брюки
- Ходовые брюки
- Ходовая обувь
- Носки
- Термобелье
- Шорты
- Сменная обувь
- Теплая кофта
- Сменное белье