# **Суперактив «Две вершины»**

Продолжительность тура: 8 дней / 7 ночей

Стоимость за 1 человека: **33 000 руб**

Период проведения: Заезд каждое воскресенье **с июня по сентябрь**

**Начальный уровень физической подготовки.**

**Скидки:** для детей до 14-ти лет– 10%

На тур принимаются дети с 10-ти лет.

**За неделю вы попробуете разнообразное сочетание активных и оздоровительных экскурсий по живописной природе в Адыгее и Краснодарском крае. Что Вас ожидает: Активный отдых в Адыгее Величие гор, незабвенная красота субальпийских лугов. Восхождение на две легендарные вершины Фишт и Оштен которые являются окаменелыми коралловыми рифами. По пути к вершинам можно найти и потрогать окаменелости моллюсков, водорослей и древних обитателей океана Тетис. Зарядится энергией гор, почувствовать ту самую эйфорию эмоций, которая возникает, когда ты стоишь на вершине горы. Открыть в себе новые возможности и активировать себя.**

Для желающих посетить термальные источники – бесплатный трансфер.

Расчетное время заселения – 13:00, выселения – 10:00.

В день заезда Вас встретят на ж/д вокзале или в аэропорту г. Краснодара.

Отправление наших автобусов после сбора группы от ж/д вокзала в 11:00, от аэропорта в 12:00.

Трансфер в день заезда позже 12:00 оплачивается отдыхающими самостоятельно и не компенсируется.

Стоимость индивидуального трансфера по предварительному заказу до 4-х чел:

 — 3000 руб.- с/до Аэропорта Краснодара

 — 3000 руб. с/до ж/д вокзала Краснодара

 — 1000 руб. с/до вокзала Майкопа.

# **Программа тура:**

**День 1**

14:00 – 15:00 - По прибытии на базу обед. Размещение в номерах с удобствами.

15:00 – знакомство с инструктором. Собираем рюкзаки, проводим инструктаж.

18:00 – Ужин

19:00 – Поездка и купание в термальных источниках.

**День 2**

5:00 – Подъем, завтрак, после которого мы на машинах выезжаем к Яворовой поляне. Отсюда начинается пеший маршрут. Мы отправляемся к подножью горы Фишт, где расположен одноименный туристский приют. По приходу мы располагаемся на ночлег и готовим ужин.

**День 3**

Завтрак. Выход на восхождение. Сегодня мы отправляемся к вершине горы Оштен. Подъем начинается от Фишт-Оштенского перевала, где обязательно посетим обелиск воинам, защищавшим наши земли от немецких оккупантов. Отсюда по скалистому гребню подъем занимает около 2 часов. Сделав перекус на высоте 2806 метров над уровнем моря и насладившись горными пейзажами, мы отправимся в обратный путь. По приходу в лагерь мы совместно готовим ужин. В этот день – ранний отбой. Наутро предстоит ранний подъем.

**День 4**

Подъем в 5.00 утра. Готовим завтрак, после чего выходим на маршрут. Восхождение на гору Фишт займет около 5 часов, на спуск вниз уйдет 4 часа. Как только мы начнем подъем, вы поймете, почему эту гору называют окаменелым коралловым рифом. Окаменевшие раковины различных форм и размеров вкраплены в известковую толщу горы. Преодолев каменистый подъем, мы выходим на Большой Фиштинский ледник. Это около двух гектаров снега и льда, откуда берут свое начало две реки Пшеха и Пшехашха. Преодолев ледник, еще немного усилий и мы выходим на предвершинный гребень, откуда в хорошую погоду открывается вид на Главный Кавказский хребет и его отроги. Это незабываемое зрелище влечет нас к самой вершине для более полного обзора. Вершину венчает православный крест. Несколько минут на вершине дают ощущение, что находишься на краю мира. Небольшой перекус придаст сил для спуска. Мы возвращаемся в лагерь. Ужин, приготовленный совместно восполняет силы, затраченные в этот день. А посиделки у костра дают возможность упорядочить мысли, настроиться на позитивные эмоции.

**День 5**

Завтрак, приготовленный группой, бодрит и дает возможность наиболее полно насладиться заповедной красотой. В это день мы отдыхаем. Запечатлеть прекрасные виды можно во время прогулки у реки. Есть возможность релакса и расслабления в бане, оборудованной на поляне. Мы отдыхаем и наслаждаемся красотой природы. Здесь легко дышится и ощущается вкус кристально чистого воздуха, насыщенного коктейлем из ароматов хвои, свежей воды, талого снега и высокогорных лугов. Плеск и шум горной реки, звон ручьев, пение птиц, стрекот насекомых, гул ветра, шелест трав рождают неповторимую природу и наполняют душу радостью единения с необыкновенным высокогорным миром. Появившееся ощущение покоя и умиротворения помогают перезагрузить сознание и душу.

**День 6**

Подъем, совместное приготовление завтрака. После сборов выход на маршрут от приюта «Фишт» до поляны Яворовой, откуда группа на автобусе возвращается на турбазу в пос. Каменномостский.

18:00 ч – вкусный и сытный ужин

19:00 ч – поездка на термальные источники, расслабляемся после длительного похода.

**День 7**

9:00 – Завтрак

10:00 – Сплав по горной реке на рафтах

14:00 – Обед

15:00 Пешеходная экскурсия. Посещение природного парка «Хаджохская теснина». Это памятник природы, который создала река миллионы лет тому назад. Это место не оставит равнодушным ни одного посетителя. Здесь мы увидим всю мощь природной стихии. Свирепство реки с одной стороны, и, в то же время, усмиренную водную гладь с другой стороны. Отвесные серые с прожилками мрачные стены каньона изобилуют котлами и нишами, вымытыми в каменной толще неистовым водным потоком. Венчает теснину природный каменный мост, который и дал название поселку. Отсюда начинаются практически все маршруты в горную часть Адыгеи. Следующий объект нашей программы - Красное озеро, в первый день впечатлит даже бывалого туриста. Оно расположено в скальном массиве и окружено гранитными бастионами.

19:00 – Встречаемся, кушаем шурпу, шашлык, делимся впечатлениями, слушаем живую музыку.

**День 8**

09:00 - Завтрак. Вручение подарка каждому гостю, успешно прошедшему Активацию

10:00 - Уезжаем, чтобы обязательно вернуться!!!

### **Что взять с собой?**

Собираясь к нам на Активацию имейте в виду, что даже летом стоит взять теплые вещи, так как перепады температур в горах могут быть значительными, особенно ночью.

Желательно, что бы одежда была функциональной, то есть один слой отталкивает влагу, второй защищает от ветра. Важно, чтобы одежда не доставляла неудобств.

Вот список вещей, которые совершенно необходимо взять с собой каждому туристу:

- страховой медицинский полис;

- медицинские препараты для собственных нужд (которые принимаете Вы лично, обезболивающие препараты, солнцезащитные средства с высоким фактором защиты, средства от укусов насекомых и пищевых отравлений, а также лекарства,);

- теплая одежда (куртка, свитер, теплые брюки, шапка, перчатки);

- легкая одежда (шорты, футболка, кепка);

-термобелье (комплект одежды для сна) и теплые носки;

- купальник, резиновые тапочки;

- куртка-ветровка, плащ или накидка от дождя, штормовые брюки;

- спальник;

-коврик;

- обувь (туристические ботинки или кроссовки, обязательно на ребристой и не скользкой подошве – трекинговая обувь!) и легкая обувь (кеды или кроссовки, шлепки). Для туристов, которые в первый раз идут в горы, рекомендуем обувь с высоким голеностопом.

- налобный фонарик;

-очки солнцезащитные;

- рюкзак на 50-60 литров.

***Просьба уточнять перечень необходимых вещей перед выездом к нам,***

***чтобы учесть погодные условия!***

**ВКЛЮЧЕНО В СТОИМОСТЬ:**

- проживание в комфортабельных номерах.
- вкусное, разнообразное, сытное 3-разовое питание. В меню нашей базы будут присутствовать блюда как классической Европейской кухни, так и народов Кавказа.

- работа инструкторов на маршрутах;

- все трансферы по программе;
- ежедневные насыщенные экскурсии, незабываемые прогулки по Адыгее;

- Посещение термальных источников или баня (по предварительной записи на месте)

- Пребывание в заповеднике.

**В СТОИМОСТЬ НЕ ВХОДИТ:**
- ж/д, авиа, автобусные билеты до места встречи группы.

- входные билеты на экскурсионные объекты:

- Хаджохская теснина — 500 руб. взрослый, 250 руб. детский;

- Водопады Руфабго (по желанию) – 500 руб. взрослый; 250 руб. детский;

- Рафтинг 1200 руб.

* Посещение термальных источников сверх программы - 300 руб. - 1 час; 500 руб - 3 часа (оплачивается самостоятельно). Трансфер к источникам и обратно бесплатный.
* Палатка 300 рублей сутки;
* Спальный мешок 150 рублей сутки;
* Коврик 100 рублей сутки;

Спортивная страховка (возможно оформление по предварительной заявке)