



**КРАТКИЙ ОТЧЕТ О ГОРНОМ ПОХОДЕ ПЕРВОЙ К.С.  
ПО ЗАПАДНОМУ КАВКАЗУ (район Лагонаки),  
совершенном с 01.05 по 08.05.2017**

**МАРШРУТ:**

пос. Гуамка - в. Мезмай - пер. Абадзеш (2349,1А) - урочище Лагонаки - рад. в. Оштен (2804, 1А) - траверс в. Нагой-Чук (2467,1А) - ур. Шумичка - пос. Отдаленный - пер. Грачевский (1316, н.к.) - р. Псеуапсе – пос. Марьино.

Руководитель группы и автор отчета - Лебедев Андрей Александрович.

Полная версия отчета загружена по адресу: <http://static.turclubmai.ru/papers/2017/>

Рецензия на отчет загружена по адресу:  
[http://static.turclubmai.ru/papers/2017/recenzia\\_05\\_2017.pdf](http://static.turclubmai.ru/papers/2017/recenzia_05_2017.pdf)

# ОГЛАВЛЕНИЕ

1	СПРАВОЧНЫЕ ДАННЫЕ О ПОХОДЕ	3
·	1.1 Паспорт маршрута	3
·	1.2 Состав группы	3
·	1.3 Маршрут в Kmz-файле для просмотра программой Google Earth	3
·	1.4 Карта с нанесенным на неё маршрутом	4
·	1.5 Календарный график движения.	7
	1.6. Соответствие заявленного и пройденного маршрута	7
	1.7. Элементы новизны в маршруте.	8
2	ОПИСАНИЕ МАРШРУТА. ПЕРВАЯ ЧАСТЬ	9
·	2.1 Режим дня в походе походное время.	9
·	2.2 Заезд к маршруту.	9
·	2.3 Путь от Гуамки до плато Лагонаки.	9
	2.4. Перевал Абадзеш (2349, 1А).	10
	2.5. Восхождение на вершину Оштен (2804, 1А).	13
3	ОПИСАНИЕ МАРШРУТА. ВТОРАЯ ЧАСТЬ	20
·	3.1 Траверс вершины Нагой-Чук (2467, 1А).	20
·	3.2 Путь в пос. Отдаленный, подъём на пер. Грачевский (1316, н.к.)	29
·	3.3 Спуск с пер. Грачевский в Марьино, обход бродов р. Псезуапсе.	30
	3.4. Отъезд с маршрута, отдых в Гаграх и возвращение в Москву.	35
4	ПРОЕКТ ПОХОДА	36
	4.1 Выдержка из маршрутной книжки с календарными планами и картой.	36
	4.2 kmz-файл для просмотра маршрута в Google Earth.	41
	4.3 Типовой мужской список личного снаряжения.	41
	4.4 Таблица с контролем важнейших позиций личного снаряжения.	42
	4.5 Программа питания в походе.	43
	4.6 Сводная таблица закупок продуктов.	44
	4.7 Таблица поручений по закупке продуктов и их распределение по рюкзакам.	46
	4.8 Таблица распределения общественного снаряжения по рюкзакам.	48
	4.9 Контроль веса рюкзаков.	49
	4.10 Список аптечки.	50
5	ССЫЛКИ	51

# 1. СПРАВОЧНЫЕ ДАННЫЕ О ПОХОДЕ

## 1.1. Паспорт маршрута.

Район путешествия	Западный Кавказ, Лагонаки
Вид туризма	Горный
Спортивная организация	Спортивный клуб МАИ
Категория сложности	Первая
Количество участников	Девять
Руководитель	Лебедев Андрей Александрович
Выпускающая МКК	МКК ФТ г. Москвы
Маршрутная книжка	1/3 - 102
Сроки активной части похода	01.05 - 08.05.2017
Продолжительность активной части похода	8 дней
Длина маршрута	132 км
Средняя скорость движения	16,5 км / день

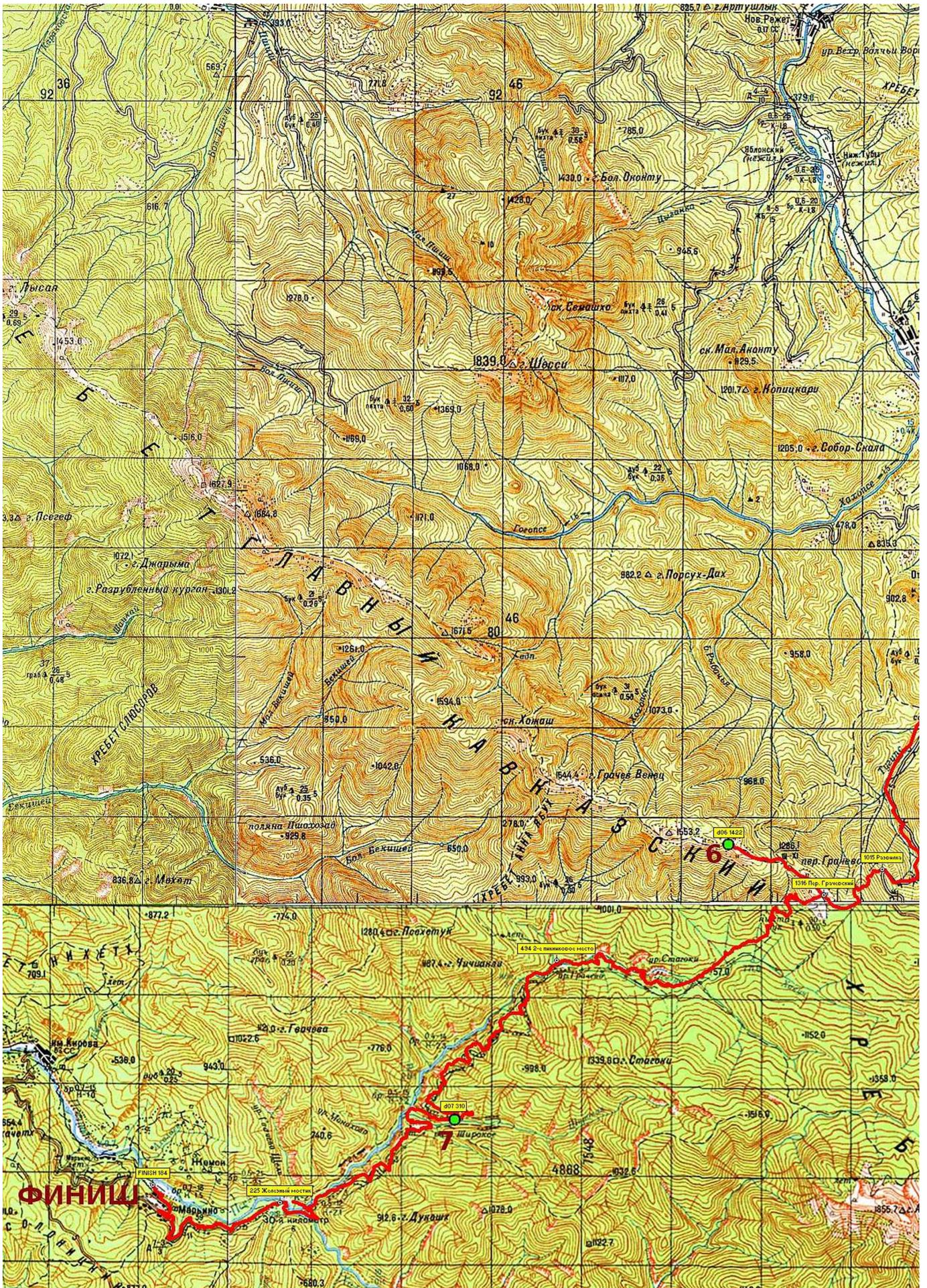
## 1.2. Состав группы.

№	Ф.И.О.	Дата рожд.	Место работы, учебы	Опыт
1	Лебедев Андрей Александрович	27.07.1956	МАИ, доцент	6р, Памир
2	Третьяков Никита Кириллович	23.06.1997	МАИ, ст. 60-205С	1у, Кавказ
3	Зажигин Александр Анатольевич	11.05.1978	Сбербанк, IT-архитектор	3у, Алай
4	Еналеев Константин Русланович	07.09.1994	МАИ, ст. 30-501С	2у, Алай
5	Демин Григорий Романович	09.08.1998	МАИ, ст. 60-107С	ПВД
6	Романов Владислав Сергеевич	10.08.1998	МАИ, ст. 40-108Б	ПВД
7	Карпова Алина Андреевна	05.08.1998	МАИ, ст. 60-106Б	ПВД
8	Данилов Максим Александрович	06.06.1997	МАИ, ст. 60-211С	ПВД
9	Первошиков Алексей Геннадиевич	11.02.1998	МАИ, ст. 30-107Б	10 многодневных походов без справок

1.3. Kmz-файл с маршрутом для просмотра программой Google Earth загружен по адресу:  
[http://static.turclubmai.ru/papers/2017/2017\\_may.kmz](http://static.turclubmai.ru/papers/2017/2017_may.kmz)







**1.5. Календарный график движения.** В столбце "Подъём Н" прописана положительная вариация высоты за день (сумма всех наборов). В столбце "Lz" прописана длина по карте без учета повторно пройденного пути (в зачет). В столбце "L" прописан фактически пройденный путь по карте (для оценки трудоемкости). В столбце "L эфф." прописан эффективный путь  $L \text{ эфф.} = L + 10 * Н$  (для оценки трудоемкости).

Дата	N	Наименование участка пути	Перепады высоты	Высота ночевки	Подъём [m]	Lz	L	L эфф.
29.04		Вечером посадка на поезд Москва - Краснодар	-	-	-	-	-	-
30.04		Поезд	-	-	-	-	-	-
01.05	1	Краснодар - пос. Гуамка (переезд) + переход до Сухой балки	498-1090	1090	592	15,89	15,89	21,81
02.05	2	п.т. - в. Мезмай - плато Лагонаки	1090-1858-1653-1915	1915	1030	12,84	12,84	23,14
03.05	3	п.т. - пер. Абадзеш (2349,1А) - урочище Лагонаки - СВ гребень в. Оштен	1915-2349-2110-2360	2360	684	10,37	10,37	17,21
04.05	4	рад. в. Оштен (2804, 1А) - переход до плеча ЮВ гребня в. Нагой-Чук.	2360-2804-1745-2110	2110	809	9,31	11,8	19,89
05.05	5	п.т. - траверс в. Нагой-Чук (2467,1А) - ур. Котловина - ур. Шумичка - ручей около дороги в пос. Отдаленный.	2110-2467-917	917	357	17,28	17,6	21,17
06.05	6	п.т. - пос. Отдаленный - переезд до развилки (1015) дорог перед пер. Грачевским - пер. Грачевский (1316, н.к.) - поляна на гребне ГКХ (за памятником).	917-450-1015-1422	1422	407	13,43	13,43	17,5
07.05	7	п.т. - пер. Грачевский (1316, н.к.) - р. Псеуапсе - балка Широкая	1422-310	310	0	17,19	19,88	19,88
08.05	8	п.т. - пос. Марьино - переезд в Гагры	310-295-445-220-290-225-355-184	-	350	13,56	13,91	17,41
09-12.5		Отдых в Гаграх			0	0	0	0
13.05		Посадка на поезд Адлер - Москва			0	0	0	0
14.05		Возвращение в Москву			0	0	0	0
		<b>ВСЕГО:</b>			<b>4229</b>	<b>109,87</b>	<b>115,72</b>	<b>158,01</b>

**В зачет 109,87 км \* 1,2 = 132 км**

*Примечание.* В радиальном выходе на в. Оштен не участвовал Владислав Романов.

### 1.6. Соответствие заявленного и пройденного маршрута.

Все первые 6 ночевок (из семи) проведены в запланированных и зафиксированных в заявочной книжке местах. В соответствии с заявленными запасными вариантами в основной маршрут были внесены следующие изменения.

1. На заезде к маршруту водитель отказался нас возить до партизанской поляны с родником Холодный и выгрузил нас на окраине пос. Гуамка в самом начале горной дороги на Сухую балку.

В соответствии с этим был актуализирован запасной вариант N1, благодаря чему группа встала в график.

2. В поселке Отдаленный нам удалось найти машину, которая подняла нас к перевалу Грачевскому на высоту 1015 м. Возможность такого сокращения пути по грязной дороге зафиксирована в запасном варианте N5. Соответственно и график движения мы реализовали в точности, как прописано в запасном варианте N5.

3. В начале седьмого дня из-за воспаления связок на ноге у Алины Карповой было принято решение закончить маршрут по более короткому варианту, а именно, спуском в пос. Марьино. Это решение принято в соответствии с запасным вариантом N6, о чем группа сообщила по спутниковому телефону в МКК ФТ г. Москвы Евгению Нижниковскому. Более подробно об этом написано в разделе 3.3.

### **1.7. Элементы новизны в маршруте.**

Серьезно говорить о новизне в маршруте 1 к.с. по району, который хожен-перехожен вдоль и поперек, конечно, не приходится. Тем не менее, можно выделить два малоизвестных момента.

1. Нам удалось спуститься в Марьино без бродов через р. Пзесуапсе при подходе к поселку. В мае 2014 года [1] команда МАИ была вынуждена преодолеть около 10 непростых бродов. И так было со многими туристскими группами. В мае 2017 года нам удалось разобраться в сети лесных дорог левого берега реки и, по-существу, миновать эти броды.

2. Траверс вершины Нагой-Чук (2467) оказался самым интересным и сложным препятствием на маршруте, включающим все элементы горной техники начального уровня, за исключением, возможно, только осыпей. Мы не располагаем сведениями, проходил ли этот траверс в мае туристскими группами.

## 2. ОПИСАНИЕ МАРШРУТА. ПЕРВАЯ ЧАСТЬ.

**2.1. Режим дня в походе, походное время.** В походе мы перевели стрелки часов на 1 час вперед, получив, тем самым, "походное время". В главах "Описание маршрута. Первая часть" и "Описание маршрута. Вторая часть" всюду, где это специально не оговорено, используется походное время.

В следующей таблице приведены данные по восходу и закату Солнца на широте Сочи 1 мая.

	Московское время	Походное время
Восход	5 час. 22 мин.	6 час. 22 мин.
Закат	19 час. 16 мин	20 час. 16 мин

Подъем дежурного у нас ежедневно осуществлялся в 5 часов, то есть, за 1 час 20 мин. до восхода Солнца. Подъем группы происходил в 6 часов плюс-минус 10 минут. Группа выходила на маршрут в диапазоне от 7 час. 30 мин. до 8 час. 00 мин.

Обычно 45-минутные переходы чередовались привалами, длительностью от 10 до 20 мин. После первых трех переходов следовал более длительный привал с перекусом. Еще через два перехода группа останавливалась на двухчасовой обед. После обеда мы успевали до ночевки пройти еще 2-3 перехода.

Два дня в походе, а именно, 03.05 и 07.05 мы шли без перерыва на обед. 03.05 мы пришли к месту ночевки в 16 часов и успели пообедать, а затем и поужинать. 07.05 мы пришли на ночевку в 18 часов и ограничились только ужином.

**2.2. Заезд к маршруту.** Заезжали на поезде. **01.05.2017** наш поезд Москва-Анапа прибыл в Краснодар в 6 час. 07 мин. по московскому времени. Билеты в плацкартный вагон нам обошлись по 3200 руб. На привокзальной площади нас ожидал водитель "Газели", с которым мы списались по Интернету. За 6000 руб. он отвез нас до начала горной дороги из поселка Гуамка в балку Сухую. Ехать далее по горной дороге он отказался.

**2.3. Путь от Гуамки до плато Лагонаки.** Мы стартовали из точки N 44° 13.678' E 39° 53.807' N 497 м, примерно, в 11 часов. По грунтовой дороге за 3,5 перехода мы достигли "партизанской" поляны, которая находится в точке N 44° 10.872' E 39° 52.718' N 1005 м. На этой поляне с августа 1942 г. по январь 1943 г. стоял партизанский отряд им. Гастелло, о чем свидетельствует установленный на поляне монумент. В овраге ниже поляны имеется родник "Холодный".

Подъем к партизанской поляне проходил по жаре. У некоторых новичков обнаружили проблемы с рюкзаками. Они были или не совсем удобны, или неправильно сложены. Поэтому время на привалах между переходами уходило на решение этих проблем.

В нашем случае, когда заброска на автомобиле завершилась на окраине поселка Гуамка, срабатывал прописанный в маршрутной книжке запасной вариант N 1. Согласно этому варианту, мы шли от партизанской поляны по нижней дороге через балку Сухую.

За три послеобеденных перехода мы достигли к 20 часам моста через балку Сухую. Для продолжения маршрута мост не требуется, наш путь к плато Лагонаки продолжал идти по левому берегу реки. Однако первое (после партизанской поляны) удобное место для ночевки находится за мостом на правом берегу реки. Ужинали в темноте, и это было исключением, оправданным для первого дня пути.

**02.05.2017.** Ясное утро. За первых три перехода по грунтовой дороге мы поднялись к истокам балки Сухой, перевалили через северный отрог вершины Мезмай (1939) и вышли на дорогу на

восточном склоне этого отрога.

После перекуса за два перехода по тракторной дороге поднялись к кошу северо-восточнее вершины Мезмай, который расположен в точке N 44° 06.485' E 39° 57.573' N 1752 м. Людей в коше не было. Там мы пообедали, сидя за столом.

После обеда мы за один переход перевалили через восточное плечо (1858) вершины Мезмай и спустились на седло (1653) южнее этой вершины, которое находится уже на территории Кавказского биосферного заповедника.

Еще за полтора перехода мы поднялись с седла на плато Лагонаки и достигли места ночевки в снежной мульде в точке N 44° 4.714' E 39° 57.629' N 1917 м.

Лагерь поставили в защищенной от ветра снежной чаше, рядом с лагерем были относительно свежие следы медведя. Воды рядом не было, на ужин и завтрак мы топили воду из снега.



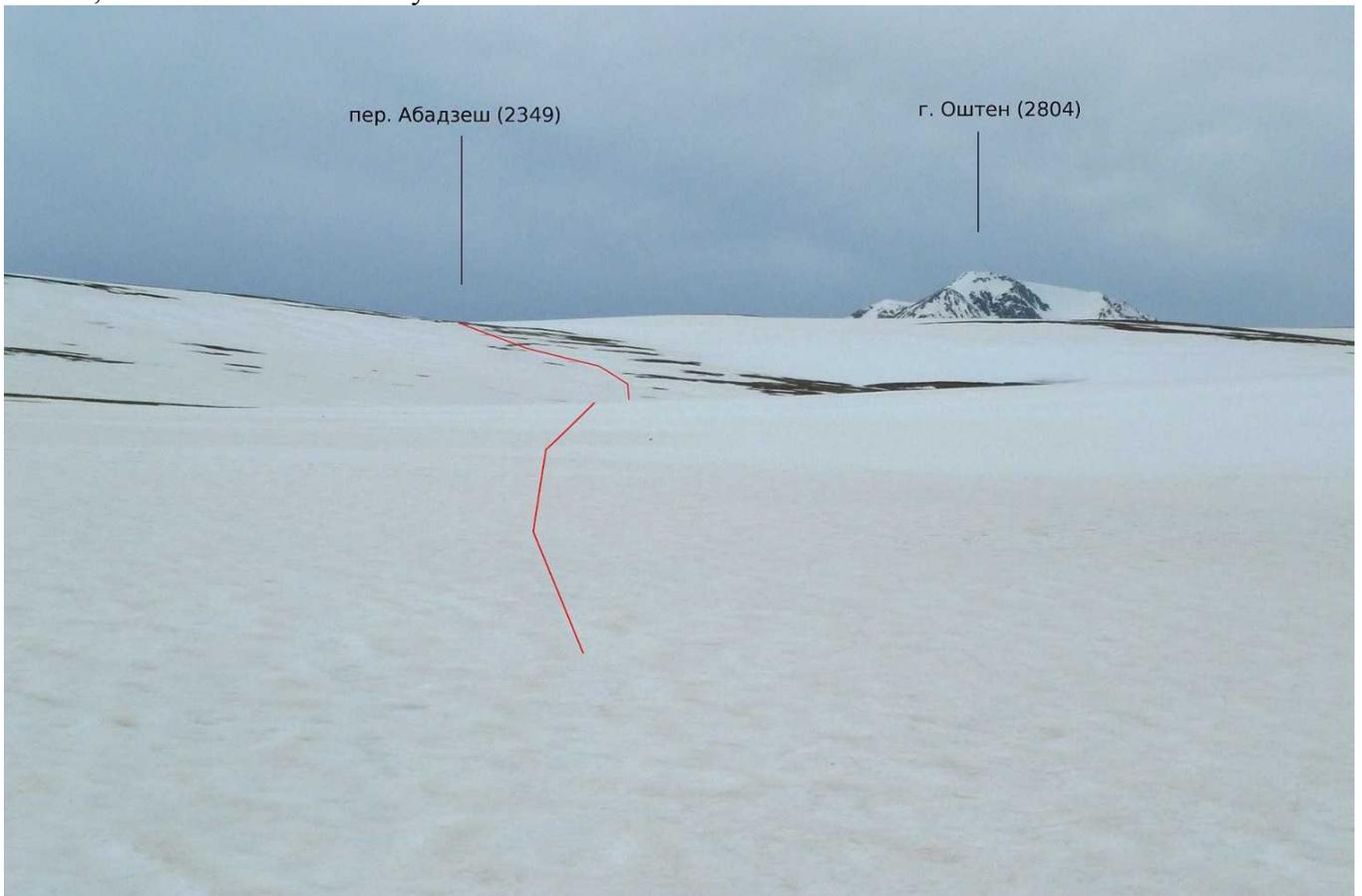
*Ф.13. Защищенный от ветра и вражеских фотонов лагерь в снежной мульде.*

Весь день был солнечным, и только при подходе к месту ночевки на нас пролился небольшой дождь.

**2.4. Перевал Абадзеш (2349, 1А)** расположен между вершиной Абадзеш (2369) на востоке и вершиной 2360 на западе, ориентирован с севера на юг и соединяет урочище Мурзикал (на севере) и урочище Лагонаки (на юге). В начале мая в северном цирке перевала лежит снег, большой снежник имеется также в верхней части южного склона. Поскольку тропа через перевал завалена снегом, то традиционно этот перевал заявляют и проходят, как перевал 1А к.с. Координаты седловины: N 44° 01.676' E 39° 57.413'.

**03.05.2017.** Ясное утро. За один переход мы достигли котловины N 44° 3.756' E 39° 57.718' N 2125 м, из которой начинается подъем с севера на перевал Абадзеш.

Северный склон перевала покрыт глубоким и рыхлым снегом, поэтому в котловине мы надели кошки, а на кошки — снегоступы.



Ф.14. Северный склон пер. Абадзеш.



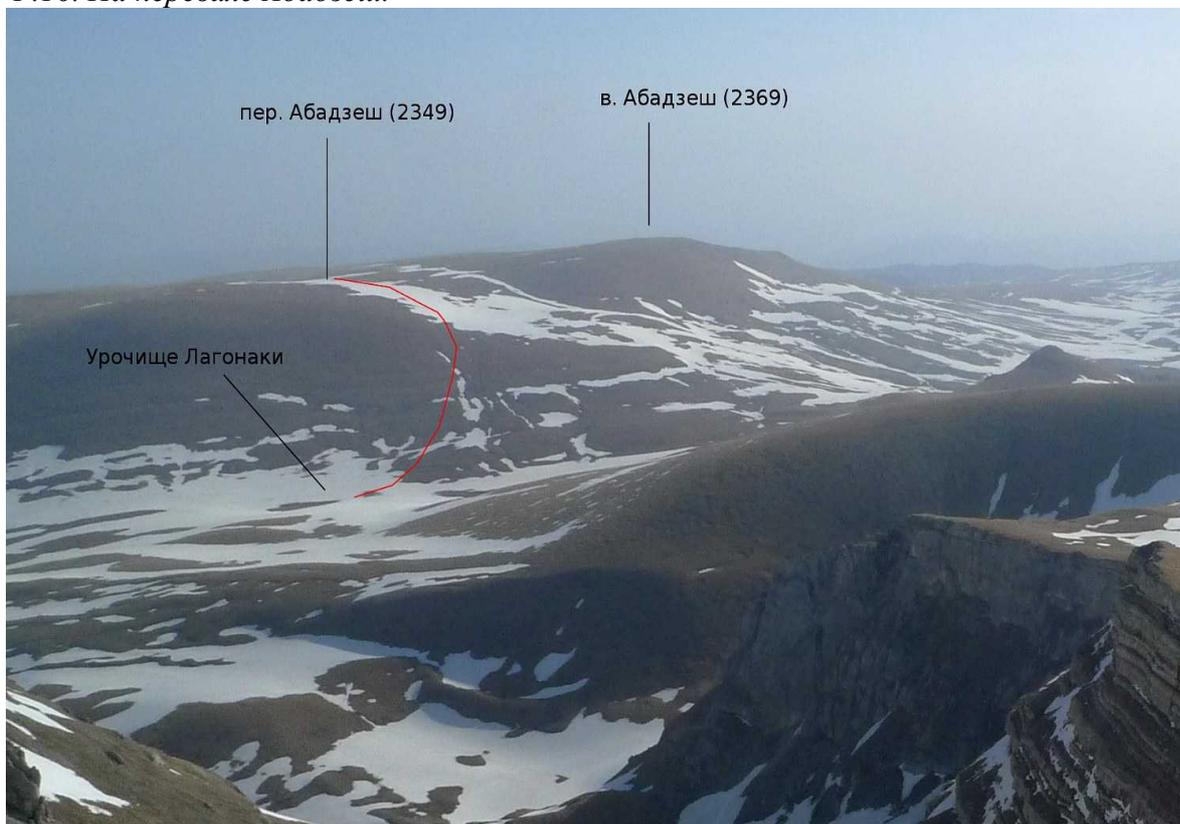
Ф.15. Снегоступинг.

Подъем на перевал был пологим, но протяженным и утомительным. Режим движения сбился из-за многочисленных коротких остановок. То у кого-то отвалились кошки, то отвязались снегоступы, то просто кто-то сильно отстал.

В результате новички научились не только надежно привязывать кошки и снегоступы, но и убедились в преимуществе алюминиевых лыжных палок перед углепластиковыми (или композитными) в качестве основы поперечного каркаса снегоступов.

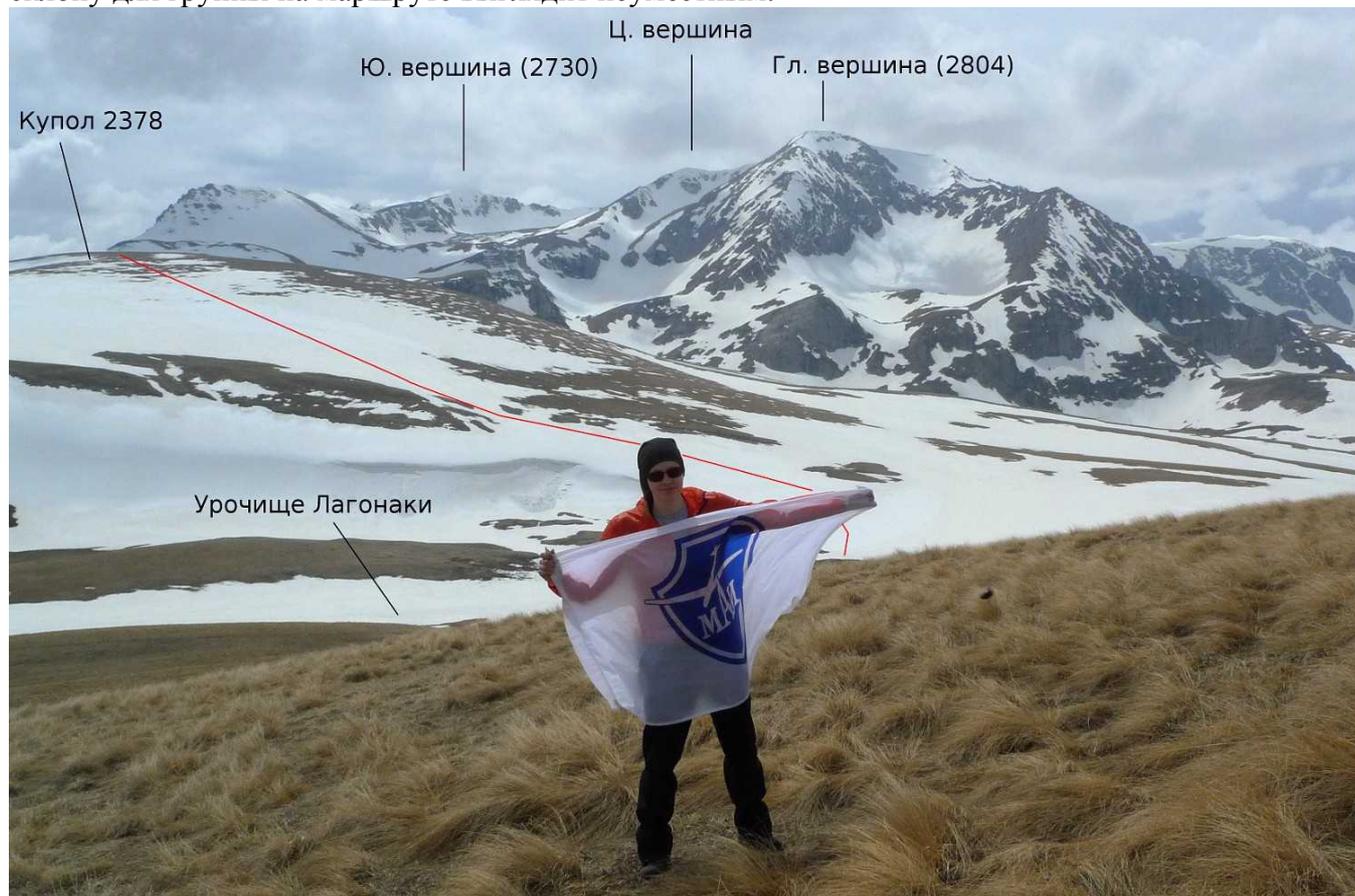


Ф.16. На перевале Абадзеш.



Ф.17. Спуск с пер. Абадзеш на юг. Вид со склона г. Оштен.

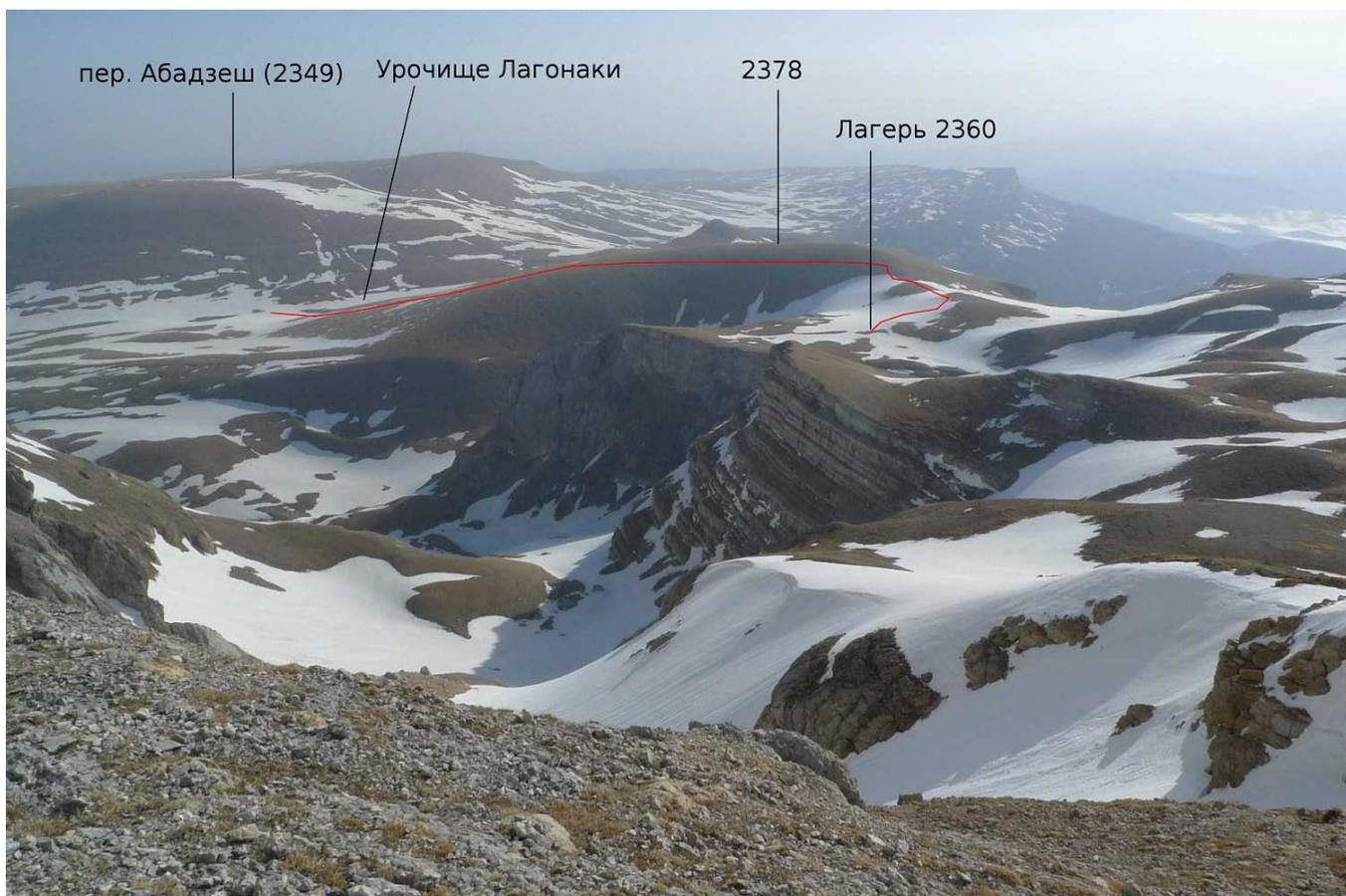
Спуск с перевала проходил сначала по снежнику, а потом по траве. На спуске, примерно, в километре к востоку от нас, мы увидели группу, которая производила странные действия, похожие на техническую тренировку, так как спуск по перилам по 15-градусному снежному склону для группы на маршруте выглядит неуместным.



Ф.18. Вид с южного склона пер. Абадзеш на южную, центральную и главную вершины массива Оштен. Красной линией показан путь подъёма из урочища Лагонаки на купол вершины 2378.

**2.5. Восхождение на вершину Оштен (2804, 1А).** Спустившись в урочище Лагонаки, мы не стали обедать и ограничились перекусом, решив идти без обеда до места ночевки. Мы подозревали, что скоро может начаться дождь, да и снег начал заметно раскисать.

Подъем на северо-восточный отрог вершины Оштен проходил также тяжело. Сначала поднимались по снегу, а ближе к куполу вершины 2378 — по тропинке среди травы. Не заходя на высшую точку этой вершины, тропа огибает её по-ходу справа и выводит на гребень за ней. Сначала мы думали заночевать на этом гребне, но там дул очень сильный ветер. Поэтому мы были вынуждены пройти по этому гребню 100-150 метров в сторону Оштена и спуститься с него вправо на концевые морены древнего ледника, когда-то стекавшего с седловины между центральной и южной вершинами Оштена.



*Ф.19. Подъём из урочища Лагонаки в лагерь 2360. Вид со скалы северо-восточного гребня центральной вершины Оштен.*

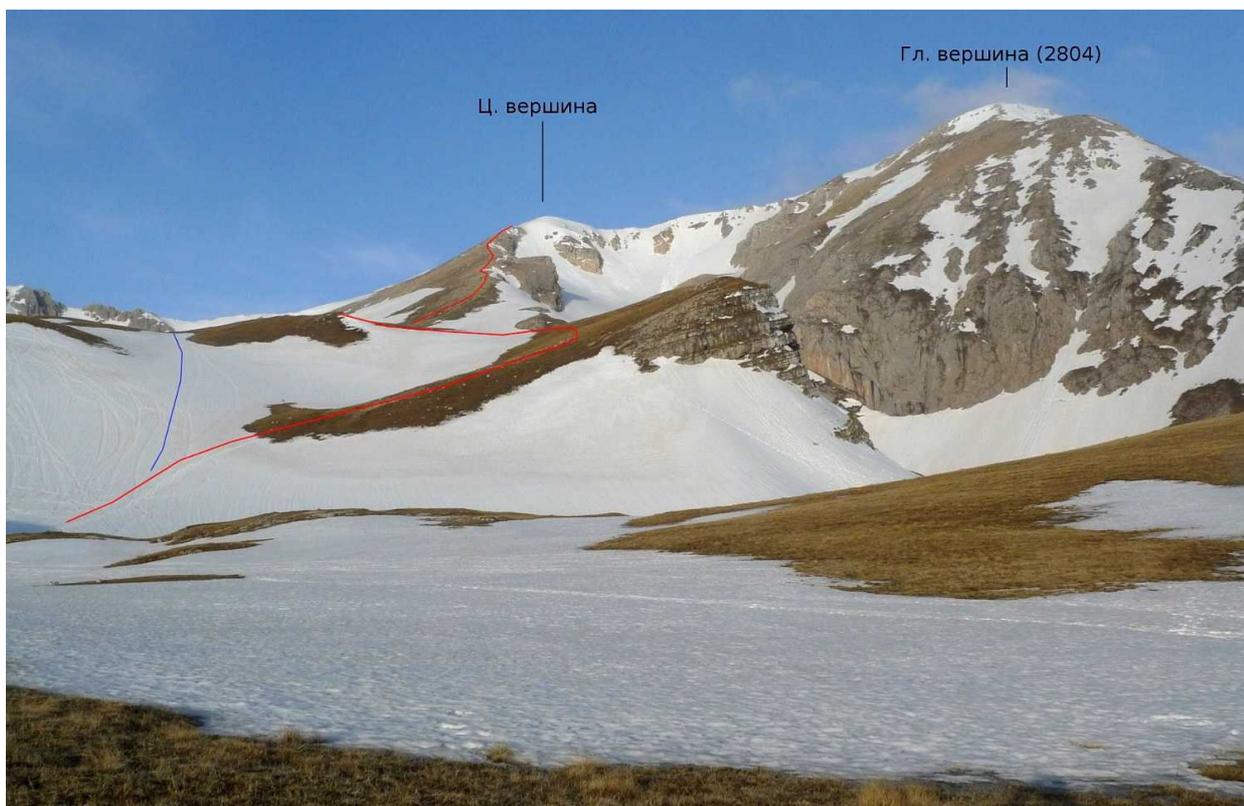
Здесь среди снежников мы нашли в точке N 43° 59.968' E 39° 56.789' N 2360 м ровную травянистую площадку и встали лагерем на ночлег. Воду брали из лужи на краю снежника.

В лагерь мы прибыли в 16 часов, поэтому успели и пообедать, и поужинать. Примерно в 18 часов на нас пролился короткий интенсивный дождь.

**04.05.2017.** Снова ясное утро! По плану у нас восхождение на вершину Оштен (2804). Сторожить лагерь вызвался Влад. Он натер большую мазоль на подошве стопы и устал терпеть боль. С вечера мы сделали ему перевязку с левомиколью. Теперь у него появилась возможность отдохнуть и уменьшить дневную нагрузку на больное место.

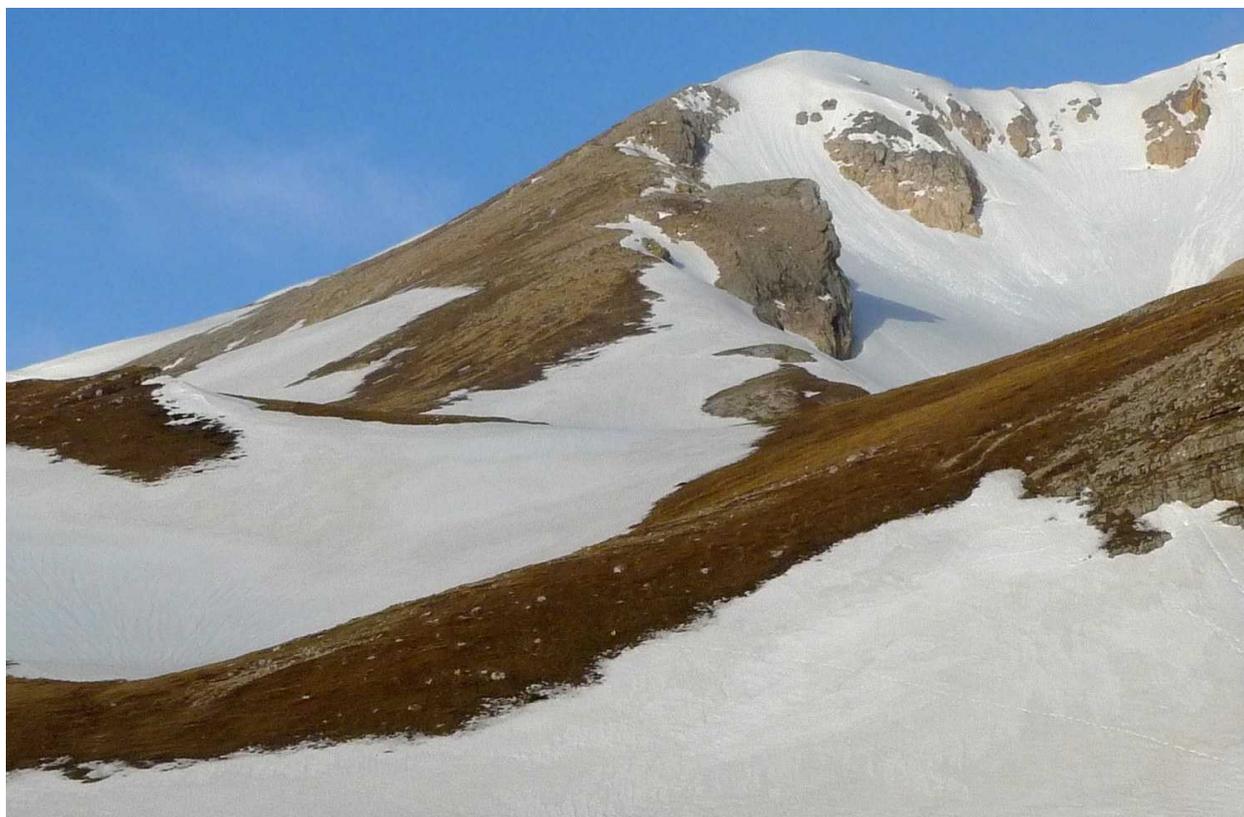
Подъём на вершину Оштен (2804) осуществляется по торной тропе, которая поднимается по северо-восточному гребню центральной вершины массива, а с неё уже переходит на главную (северную) вершину.

Наш лагерь находился на террасе древней морены, а маршрут по гребню начинался со следующей более высокой террасы, которая отделена от нашей снежным взлетом. Чтобы избежать утомительного подъёма по снегу, мы поднялись на эту террасу по травянисто-осыпному гребешку, который является продолжением северо-восточного гребня центральной вершины и разделяет ложа древних ледников, когда-то стекавших с седловин между южной, центральной и главной вершинами массива Оштен.



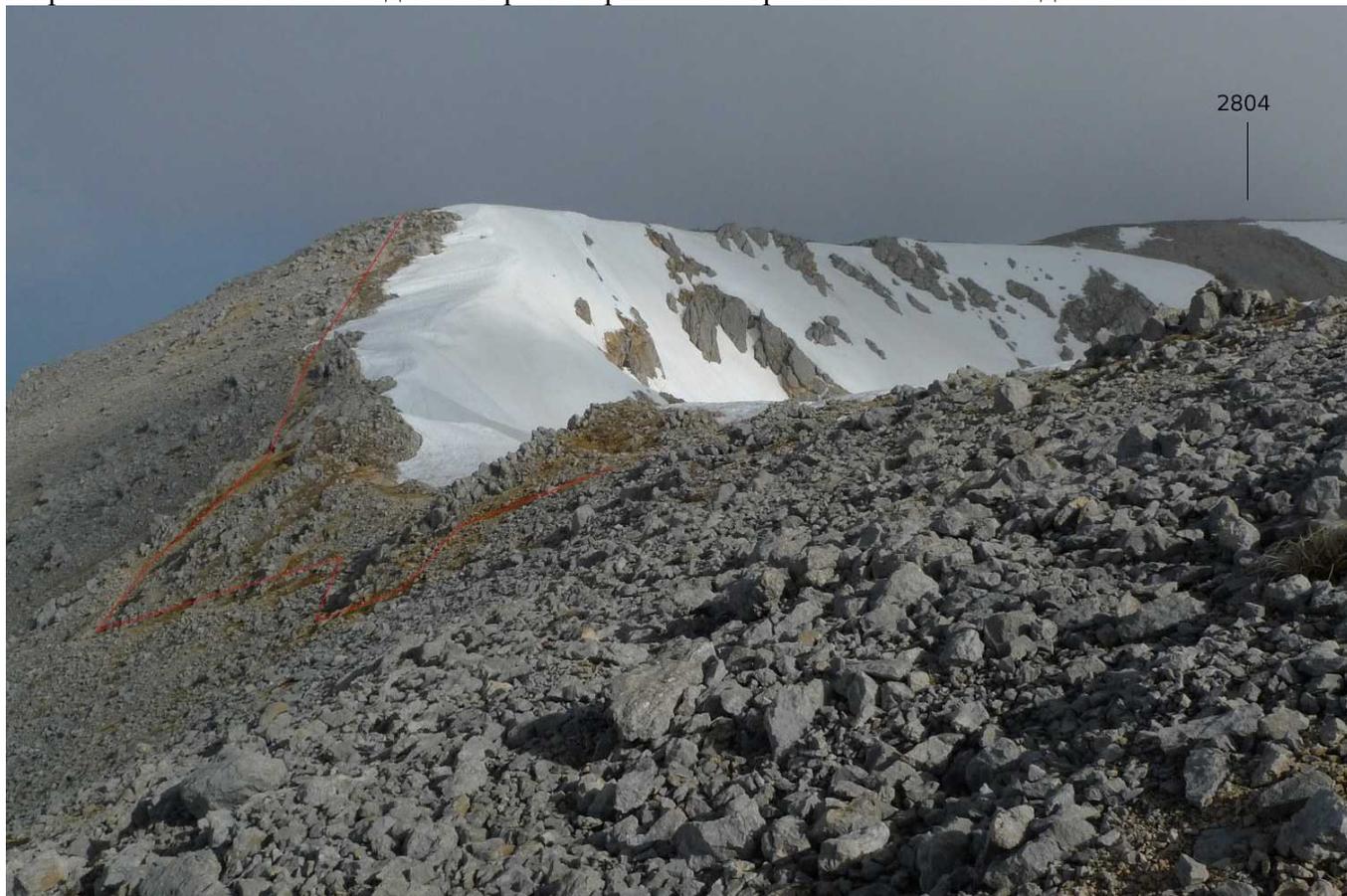
*Ф.21. Вид из лагеря 2360 на вершину Оштен. Синий трек — путь спуска с верхней террасы к лагерю.*

На верхней террасе мы встали на тропу и начали подъём по северо-восточному гребню центральной вершины. Тропа редко выходила на кромку гребня и чаще шла по его левой (юго-восточной) стороне. Поэтому она была свободна от снега.



*Ф.22. Северо-восточный гребень центральной вершины. После нижней трети гребня стоит характерная скала — отличная точка для фотосъёмки.*

Переход с центральной на главную вершину происходит по тропе, которая вьется среди осыпей и простых скал по юго-западной стороне вершинного гребня и также свободна от снега.



*Ф.25. Переход с центральной вершины Оштена на главную.*



*Ф.26. Снежник перед выходом на главную вершину Оштена.*



Ф.28. У креста на главной вершине Оштена.



29. С флагом спонсора спутниковой связи «Сателлит-ренд». На заднем плане в. Фишт (2854).

Подъём от лагеря до главной вершины массива Оштен длился 1 час 40 мин., из них около 20 минут занял переход с центральной на главную вершину. Спуск с вершины до лагеря длился 1 час. При этом на переходе между террасами мы быстро спустились по соединяющему их снежнику.



*Ф.36. На обратном пути от главной вершины Оштена к центральной.*

После восхождения мы собрали лагерь и спустились в заснеженную ложбину между нашей террасой и вершиной 2378.

Эта ложбина спускалась к урочищу Верхняя Цица. В нижней части она переходила в заснеженный заросший березняком овраг. Этот овраг мы обошли, поднявшись на правый борт ложбины. Там мы вышли на тропу, которая спускается из урочища Лагонаки в урочище Верхняя Цица.

Внизу при слиянии оврагов мы нашли место, где в точке N 44° 1.699' E 39° 55.061' N 1745 м река вырывается из-под снежника, и встали на обед. От лагеря у подножия вершины Оштен мы спустились сюда за 2 перехода.



Ф.38. Обед в урочище Верхняя Цица.



Ф.41. В ожидании обеда...

### 3. ОПИСАНИЕ МАРШРУТА. ВТОРАЯ ЧАСТЬ.

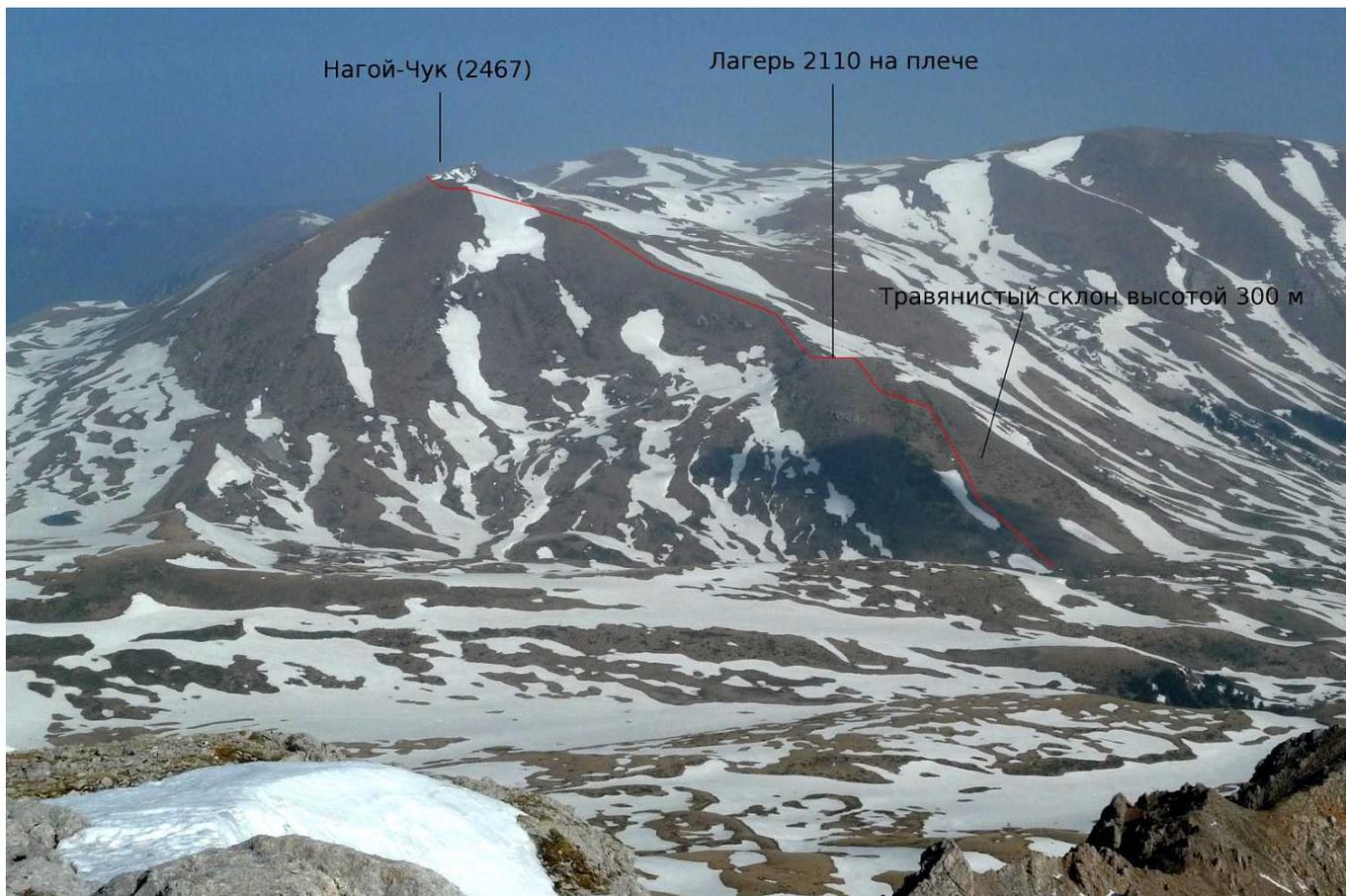
**3.1. Траверс вершины Нагой-Чук (2467, 1А).** Урочище Верхняя Цица отнюдь не является идеальным местом для стоянки тех групп, которые стремятся к уединению. В конце обеда к нам подошла огромная группа из 20 человек и встала лагерем чуть ниже нашей стоянки. К этому урочищу крутым травянистым склоном обрывается плечо юго-восточного гребня вершины Нагой-Чук (2467). У основания этого склона имеется ручей, там же можно найти относительно скрытые площадки для уединенного лагеря.

После обеда мы начали 300-метровый подъем по крутому 35-градусному травянистому склону на плечо юго-восточного гребня вершины Нагой-Чук. Поднимались правее (по ходу) большого снежника по середине склона.



Ф.42. Путь подъёма на вершину Нагой-Чук. Вид из урочища Лагонаки.

В верхней части склон зарос можжевельником, в зарослях которого нам удалось найти проходы. На весь подъем затратили 90 минут и осуществили его в 3 получасовых перехода. Второй и третий переходы проходили под морозящим дождем. В верхней части склона имеется скальный пояс, который легко обходится по-ходу слева.



*Ф.43. Путь подъёма на вершину Нагой-Чук. Вид с вершины Оштен.*

Уже почти поднявшись на вершину плеча, мы услышали характерное жужжание и увидели, как 4 снегохода спускаются по нашим следам от нашего лагеря под Оштенем к урочищу Верхняя Цица. К сожалению, нам так и не удалось познакомиться с этими людьми и узнать, являются ли они простыми отдыхающими или уполномоченными властью егерями. Ведь между нами был непреодолимый для снегоходов и ослабленных организмов 35-градусный травяной склон с перепадом высоты в 300 метров.

На плече в точке N 44° 2.067' E 39° 54.052' Н 2110 м мы нашли относительно ровное место для лагеря. Рядом на северо-восточном склоне гребня лежал снег, из которого мы топили воду.



*Ф.44. Ледерь 2110 на плече северо-восточного гребня вершины Нагой-Чук.*



*Ф.48. Красавец Оштен (2804).*

**05.05.2017.** Утро ясное, но очень ветренное. За один переход мы поднялись по травянистому юго-восточному гребню почти к самой вершине Нагой-Чук и остановились у снежника, который невозможно обойти по траве. Здесь для надежности мы надели кошки, ведь жесткость утреннего снега на всём протяжении снежника заранее оценить было невозможно.



*Ф.49. Утренние сборы. Впереди северо-восточный гребень вершины Нагой-Чук.*



*Ф.50. Вид с гребня назад, на плечо, на место лагеря.*



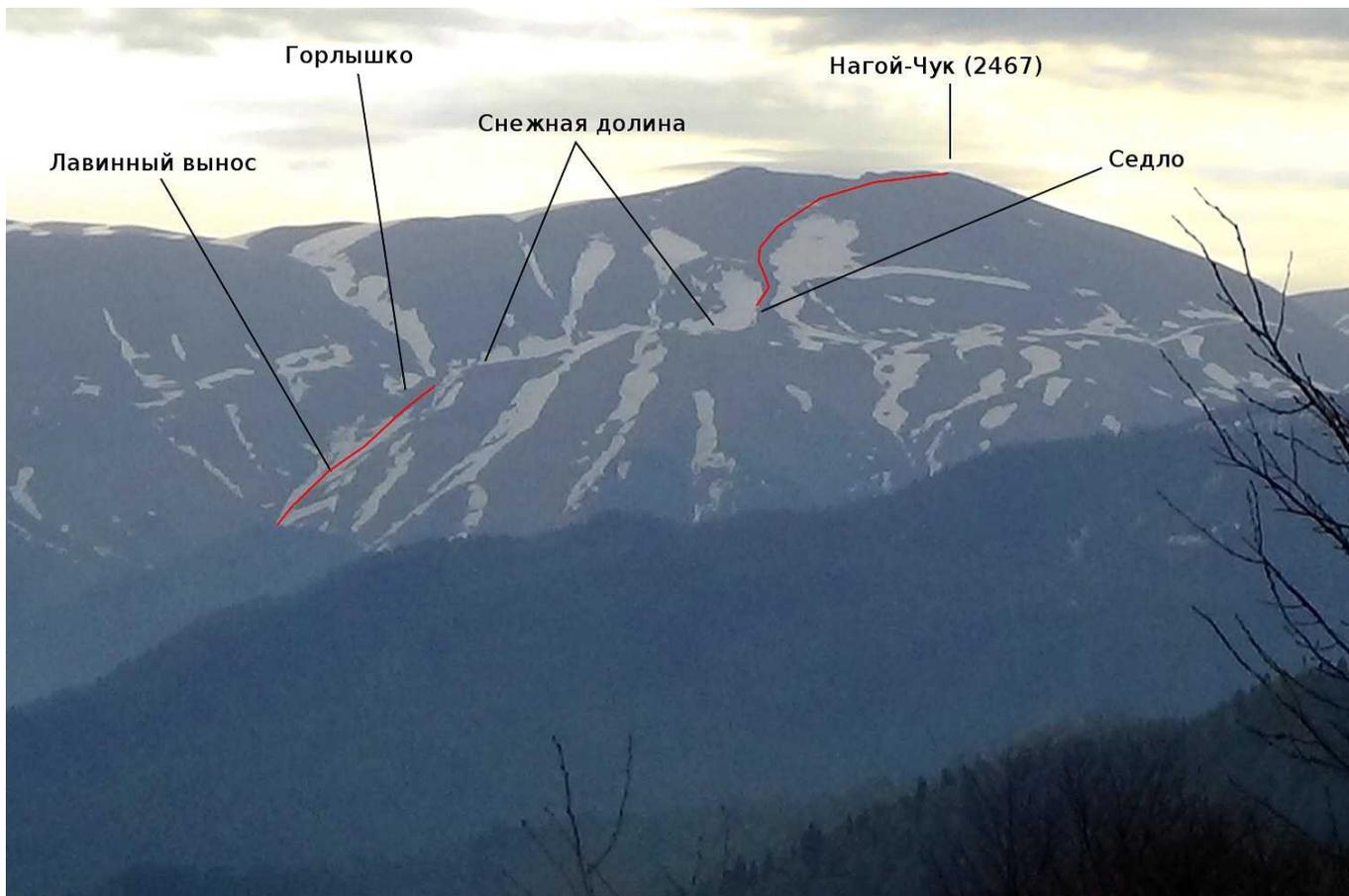
*Ф.51. В верхней части гребень покрыт снегом.*



*Ф.53. Наш снежник обрывается карнизом в восточный цирк в. Нагой-Чук. Есть куда падать...*

Поднявшись по снежнику, мы сняли кошки и по траве достигли вершины Нагой-Чук (2467). Походу направо с вершины свисали страшные карнизы, поэтому мы остерегались выходить на кромку вершинного гребня и шли по его западной стороне.

Затем мы начали плавно спускаться, траверсируя западный склон вершины, нацелившись выйти на характерное седло у основания склона. Это седло находится в точке N 44° 2.345' E 39° 52.05' N 2049 м и отделяет нагорье, примыкающее к южному склону вершины Нагой-Чук и к перевалу Майкопскому, от снежной долины, которая спускается на север к урочищу Котловина.



Ф.55. Спуск с вершины Нагой-Чук в урочище Котловина. Вид с ГКХ в районе пер. Грачевский.



Ф.56. Спуск к седлу.

К концу третьего перехода мы достигли этого седла и встали на перекус. Седло обрывается на север в снежную долину снежными карнизами, между которыми нам удалось найти проход.

Первые 20 метров мы спускались в три такта по 45-градусному снежному склону. Затем склон стал положе, мы развернулись лицом от склона и завершили 70-метровый спуск в снежную долину.



*Ф.57. Начало спуска с седла в снежную долину.*

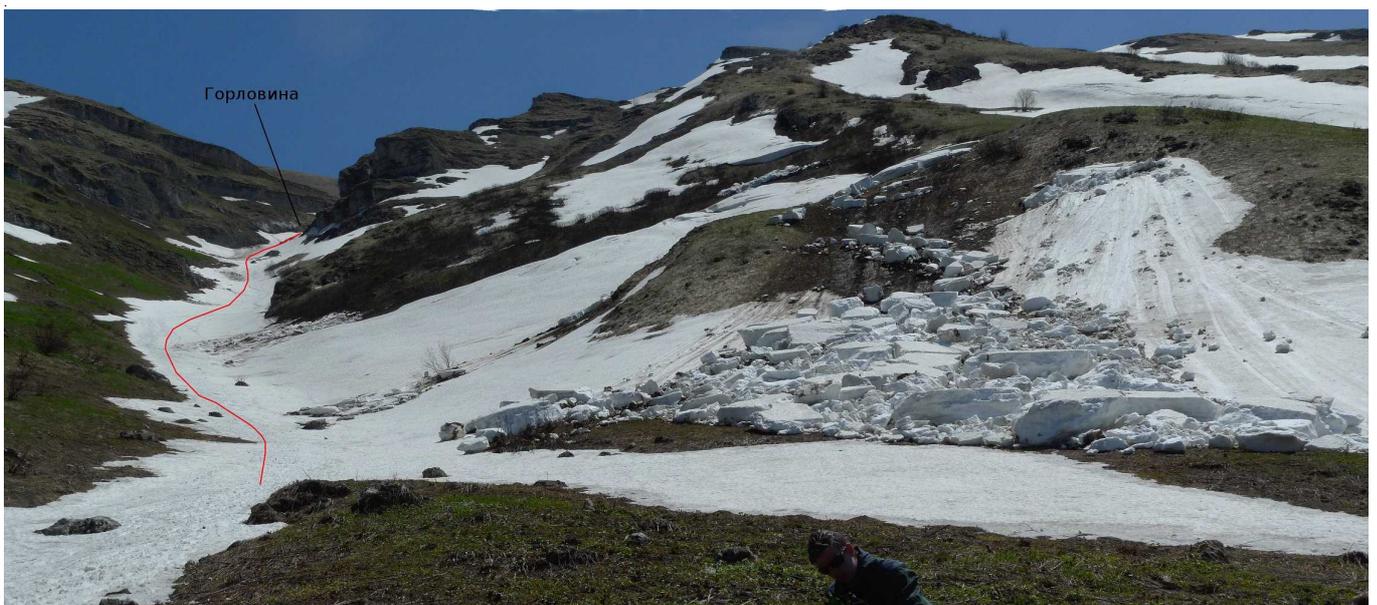


*Ф.60. Северный склон седла.*

По этой долине мы прошли на север до узкого горлышка, где она обрывается на лавинный вынос, спускающийся на запад с массива Нагой-Чук. Перед спуском на этот вынос мы надели кошки, так как снег здесь был весьма жестким. 30-метровый спуск серпантином по 25-градусному снежному склону завершился выходом на длинный относительно пологий снежник. Однако кошек мы не снимали, пока не спустились по этому снежнику до самой травы.



Ф.61. В снежной долине.



Ф.63. Спуск из горловины по лавинному выносу. Справа свежие следы низвержения снежника с водоупорного грунта.



*Ф.65. Красной линией отмечен участок спуска из снежной долины на лавинный вынос, ради которого мы надели кошки.*



*Ф.66. В начале пути по тракторной дороге.*

Весь спуск с седла до урочища Котловина занял один переход. Здесь мы нашли тракторную дорогу, по которой еще за один переход спустились к большой проезжей дороге.

По этой дороге мы прошли 300 метров на юг до хозяйства "водозабор". Здесь в точке N 44° 3.039' E 39° 49.791' N 1120 м имеется отличная стоянка для обеденного привала на берегу ручья Второй Шумик. Здесь мы купались в глубокой заводи среди камней.

**3.2. Путь в пос. Отдаленный, подъем на пер. Грачевский (1316, н.к.).** После обеда мы пошли по дороге на север и за один часовой переход достигли развилки дорог. Левая дорога уходила в поселок Отдаленный, а правая - в поселок Черниговское. Мы свернули на левую дорогу и через 2 перехода достигли точки N 44° 4.718' E 39° 45.325' N 917 м, где в 70 метрах от дороги в лесу на левом берегу ручья имеется ровная площадка для установки 2-х палаток.

**06.05.2017.** Ясное утро. За 3 перехода по грунтовой дороге мы спустились к поселку Отдаленный (450 м) и расположились у входа в магазин. Пока завхоз решал вопросы планового пополнения продовольственных запасов (крупа, спагетти, сахар и шпроты), руководитель переговоров с обычно тусующимися около магазина мужичками, которые по мобильному телефону вызвали односельчанина, зарабатывающего заброской туристов на своём грузовичке - пикапе УАЗ.

За подъем к перевалу Грачевский на высоту 1014 м он запросил в сумме 5400 руб. (по 600 руб. с каждого). Этот завоз сэкономил нам целый день пути по грязной дороге и был изначально запланирован в маршрутной книжке, как запасной вариант N 5.

Выгрузившись из УАЗика, мы перекусили и начали подъем по крутой дороге обходчиков газопровода. За 2 перехода мы достигли точки N 44° 0.034' E 39° 39.761' N 1316 м, в которой дорога обходчиков газопровода начинает спуск с ГКХ в сторону пос. Марьино.

От этой точки вдоль ГКХ на северо-запад ответвляется значительно менее наезженная дорога, которая при входе в лес скрывалась под сплошным снежным покровом метровой толщины.

По этой дороге мы прошли еще 2 перехода, пока не поднялись из леса на поляну с памятником защитникам Кавказа в Великую отечественную войну. Чуть далее этого памятника в точке N 44° 0.655' E 39° 38.18' N 1422 м на сухой траве между снежником и кустами мы встали лагерем на ночлег. Воду брали из лужи на краю снежника.



*Ф.74. Лагерь 1422 на Главном Кавказском хребте.*

**3.3. Спуск с пер. Грачевский в Марьино, обход бродов р. Пезуапсе.** К концу дня участница Алина начала отставать. Она жаловалась на боль в задней части стопы (над пяткой) и боялась, что у неё начинается бурсит. Больное место помазали вольтареновой мазью, а внутрь дали 2 таблетки цифрана-500 для предотвращения развития гнойного процесса. В последующие дни она принимала по одной таблетке цифрана два раза в день, утром и вечером.

**07.05.2017.** Утром состояние больной ухудшилось. В области воспаления наблюдалась припухлость и местное повышение температуры. Мы стояли на ГКХ, примерно, в двух километрах от того места, где дорога обходчиков газопровода начинает спуск в сторону Марьино. При угрозе развития гнойного процесса было бы непростительной ошибкой выходить на автономный траверс ГКХ вместо того, чтобы начать спуск к людям.

Главную опасность на спуске в Марьино составляли броды через р. Пезуапсе при подходе к поселку. В мае 2014 года [\[1\]](#) группа туристов МАИ была вынуждена совершить около десяти весьма напряженных бродов. В тот год в лесах около перевала Грачевский уже стоял снег, поэтому броды были проходимы.

Иная ситуация сложилась в мае 2017 года. В лесу около перевала Грачевский лежал снег глубиной до метра, к тому же погода уже несколько дней стояла теплая и солнечная. Поэтому в р. Пезуапсе ожидалось много воды.

Тем не менее, имелась надежда обойти эти броды по левому берегу реки по лесным дорогам и тропам. Однако ясности в таком обходе не было, такой путь нам предстояло еще разведать и проложить. Смелости прибавляло то, что по дороге между перевалом Грачевский и поселком Марьино периодически курсирует дозорная машина (Камаз) с обходчиками газопровода, которые, при необходимости, могли бы оказать нам помощь и вывезти на машине через броды в Марьино.

В итоге было решено воспользоваться прописанным в маршрутной книжке запасным вариантом N 6 и завершить поход спуском в Марьино.

После завтрака мы за один переход вернулись к дороге в Марьино. За следующие два перехода мы спустились по серпантину с пер. Грачевский и достигли первого правого притока, настолько крупного, что для его преодоления пришлось снимать ботинки, до этого мы пересекали на спуске лишь мелкие ручейки. В мае 2014 года [1] на левом берегу этого притока в 100 метрах от дороги в точке N 43° 59.342' E 39° 38.128' N 790 м мы останавливались на ночлег.

Сразу после брода мы плотно перекусили и отправились дальше. Через несколько минут нам снова пришлось разуться, так как дорога перешла вброд на левый берег основной реки. Здесь мы встретились с авто-мото туристами, которые устроились на перекус в "пикниковом месте" - в лесу около реки стояли деревянные лавки и столики.

Чуть ниже пикникового места дорога уходила вброд уже через левый приток, который нам удалось преодолеть по бревну.

Затем начался "грязный спуск". Почва в этом месте глинистая, машины разбивают огромные наполненные грязью колеи. Дорога здесь ветвится на несколько рукавов, столь же грязных. Местами, единственным спасением было движение по лесу сбоку от дороги, но не везде это возможно.

Все эти броды и поиски пути через грязь заметно замедляли движение, к тому же, и пострадавшая шла далеко не быстро. В результате, на преодоление "грязного спуска" ушло два перехода. Наконец, дорога вышла на траверс левого берега реки и стала относительно сухой. Еще через переход мы достигли точки N 43° 59.256' E 39° 35.322' N 494 м, где от дороги имеется спуск к реке к следующему "пикниковому месту". Здесь за столиком в окружении рукотворных пеньков мы повторно перекусили.

К этому моменту было принято решение идти без обеда до вечера. Иначе мы не успевали засветло достигнуть ближайшего места ночевки - галечного дна долины левого притока р. Псеуапсе, так называемой, балки Широкой куда дорога спускается после продолжительного высокого траверса над рекой.

Скорость группы ограничивалась неторопливым темпом пострадавшей, поэтому мы шли неспеша и от места перекуса до лагеря в точке N 43° 57.354' E 39° 33.612' N 310 м дошли за три перехода. Всего в этот день мы провели под рюкзаками 9 переходов.

**08.05.2017.** Долина балки Широкой завалена снесенными водою деревьями. Дорога петляет между ними и обрывистыми берегами, периодически пересекая этот приток вброд. Еще в лагере было принято решение пожертвовать одну из пар обуви (основную или сменную), чтобы бродить в ней и не переобуваться.

Через 700-800 метров мы достигли слияния притока с основной рекой. Здесь дорога раздваивалась. Правая (нижняя дорога) уходила к серии непростых бродов через р. Псеуапсе, а левая (верхняя дорога) серпантинном поднималась по левому берегу, чтобы следовать по нему высоко над рекой. Этот серпантин имеет одну петлю, заходящую в долину балки Широкой. В самой дальней точке этой петли мы обнаружили дом и пасеку.

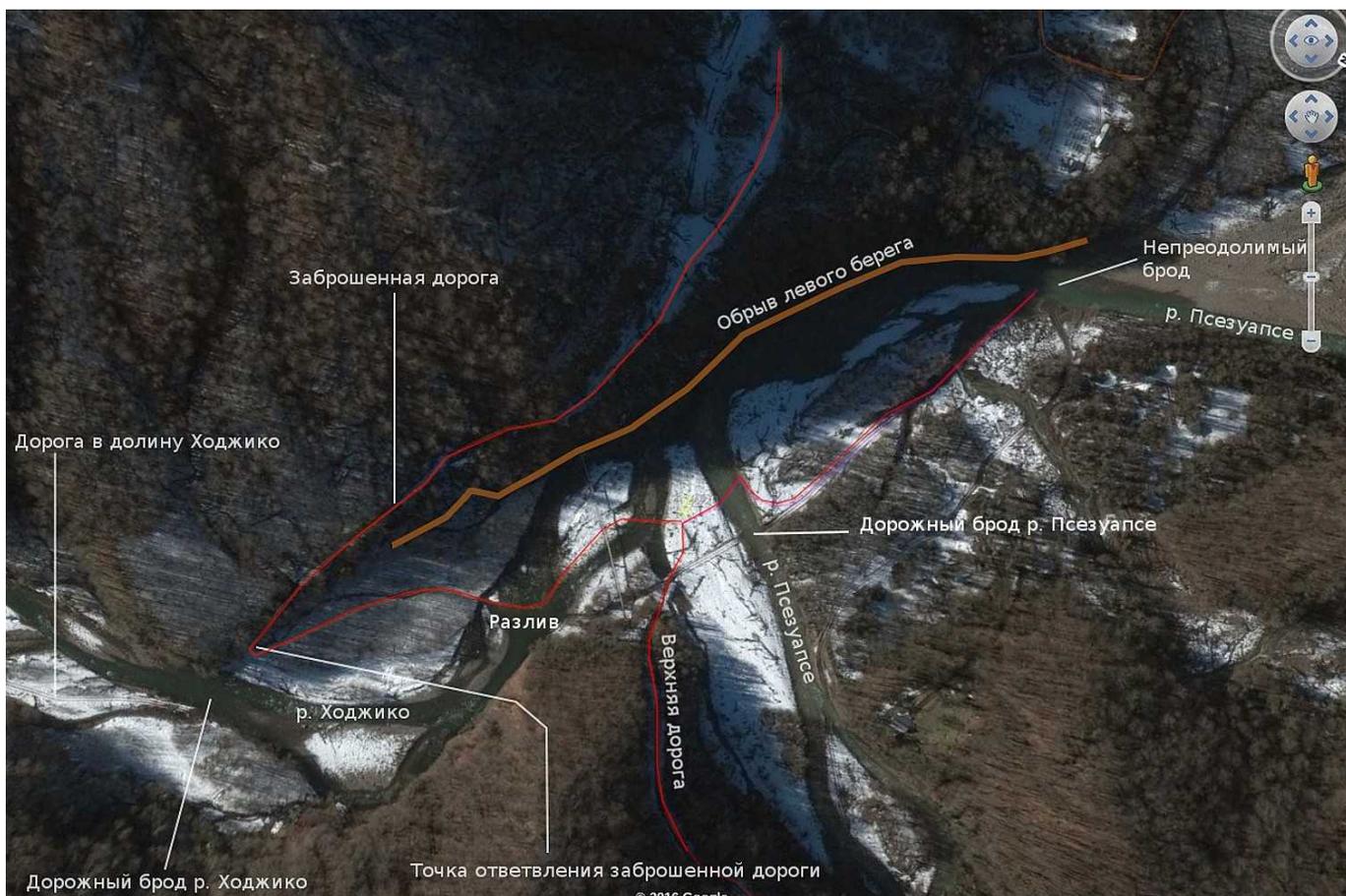
В мае 2014 г. [1] охранники (обходчики) газопровода запретили нам следовать по верхней дороге и отправили нас на нижнюю бродить непростые броды.



*Ф.79. Май 2014. Брод через р. Пезуапсе выше устья р. Ходжико.*

В мае 2017 г. мы постарались избежать этой участи. Поэтому, когда слышали шум приближающейся со стороны Марьина машины, то спрятались на крутом склоне ниже дороги. Пусть, лучше, они нас заметят на обратном пути, если потребуется нас спасти из плена непреодолимых бродов.

В конце второго перехода по верхней дороге мы спустились в долину р. Пезуапсе к месту впадения в неё самого крупного левого притока - р. Ходжико. В этом месте верхняя дорога сливается с нижней и уходит вброд на правый берег реки. Руководитель группы пересек реку в том месте, где шла дорога. Брод оказался слишком опасным для новичков. Наконец, нашли место ниже и переправлись, опираясь на палки, которые мы предусмотрительно захватили с собой с места ночевки.



Ф.80. Космический фотоснимок (январь 2017) с разметкой дорог и бродов в устье р. Ходжико.

Через 150-200 метров мы обнаружили, что река упирается в скальный прижим правого берега, а дорога уходит вброд уже через "удвоенную" после слияния с Ходжико реку. Этот брод оказался настолько глубоким, что даже руководитель не решился пересечь реку.

Тогда было принято решение вернуться и вновь перебродить р. Псезуапсе в том месте, где это у нас получилось. Далее планировалось перебродить р. Ходжико, а потом идти оставшиеся 4 км до Марьино по лесам левого берега, даже, если на это потребуется целый день! - бродить Псезуапсе было смертельно опасно.

Так мы и сделали. Перебродив через рукав р. Ходжико и немного поднявшись вдоль этой реки, мы достигли её разлива. Брод в этом месте через основной поток р. Ходжико оказался проще наших бродов через основную реку.



*Ф.81. Май 2017. Брод через р. Ходжико.*

На противоположном берегу Ходжико мы увидели, как из галечной поймы на берег поднимается ранее не замеченная нами грунтовая дорога. Оказалось, что эта дорога углубляется в долину реки Ходжико и очень скоро уходит вброд на её правый берег. Однако перед бродом от неё отходит маленькое ответвление в виде старой заброшенной дороги, которая высоко поднимается на левый берег р. Псезуапсе. Это было открытие! Мы были спасены!

Спасены в том смысле, что могли продолжить маршрут без помощи охранников газопровода, выехавших в дозор к перевалу Грачевский. Точка ответвления упомянутой старой дороги - N 43° 56.146' E 39° 31.348' H 215 м.

Заброшенная дорога была непроходимой для машин. В одном месте её размыло, в другом она была завалена упавшим деревом. Мы перекусили и поднялись по ней высоко над рекой. Через несколько сот метров она привела нас к контрольной станции на газопроводе. К этой станции со стороны Марьино подходит уже действующая дорога. Очень скоро она спустилась к хозяйству "30-й километр", перед входом в которое мы перешли ручей Бабучек по железному пешеходному мостику.

Мы поговорили с рабочими, и они указали нам на верхнюю дорогу. Чтобы на неё выйти, следует после железного мостика повернуть налево и вверх. Затем дорога поворачивает направо и поднимается в лес.

Так мы вышли на дорогу, которая уже обозначена на советской карте и которая ведет в Марьино по левому берегу р. Псезуапсе в 150 метрах над её поймой. Наши приключения закончились.

Путь от места перекуса в начале заброшенной дороги до автобусной остановки в Марьино мы прошли за 2 перехода.



*Ф.83. На автобусной остановке в Марьино: Максим Данилов, Никита Третьяков, Алина Карпова, Григорий Демин, Владислав Романов, Алексей Перевощиков, Константин Еналеев, Александр Зажигин.*

**3.4. Отъезд с маршрута, отдых в Гаграх и возвращение в Москву.** В 13 часов 25 мин. по московскому времени мы загрузились в автобус, следующий до Лазаревского. Стоимость билета 70 руб. + 5 руб. за багаж. В 14 часов 58 мин. по московскому времени мы сели в электричку до Адлера. Стоимость билета 280 руб. В электричке ехали чуть более 2-х часов. В Адлере на частном микроавтобусе за 900 руб. (со всех в сумме) доехали до Псоу, пересекли границу РФ и Абхазии и на другом частном микроавтобусе за 1000 руб. (со всех в сумме) к 19 часам по московскому времени прибыли в Гагры.

В Гаграх устроились в частном секторе в трехместных комнатах. Стоимость ночевки для одного человека за одну ночь - 400 руб. Здесь мы отдыхали, купались на море, ездили на экскурсии на озеро Рица и в Новый Афон.

Утром 13.05.2017 мы вернулись в Адлер и в 11 часов 02 мин. стартовали на поезде в Москву.

## 4. ПРОЕКТ ПОХОДА 1 к.с. НА КАВКАЗЕ В МАЕ 2017 г.

### 4.1. Выдержка из маршрутной книжки с календарными планами и картой.

**Календарный план похода.** В столбце "Подъём Н" прописана положительная вариация высоты за день (сумма всех наборов). В столбце "Lz" прописана длина по карте без учета повторно пройденного пути (в зачет). В столбце "L" прописан фактически пройденный путь по карте (для оценки трудоемкости). В столбце "L эфф." прописан эффективный путь  $L \text{ эфф.} = L + 10 * Н$  (для оценки трудоемкости).

Дата	N	Наименование участка пути	Перепады высоты	Высота ночевки	Подъём [m]	Lz	L	L эфф.
29.4		Вечером посадка на поезд Москва - Краснодар		-	.	.	.	.
01.5	1	Краснодар - пос. Гуамка - родник Холодный (переезд) + переход до вост. гребня в. Житная (1973)	1005-1973-1830	1830	968	8.63	8.63	18.31
02.5	2	п.т. - в. Матук (1945) - исток балки Глубокая	1830-1775-1945-1620-2140	2140	690	10.37	10.37	17.27
03.5	3	п.т. - пер. Абадзеш (2349,1А) - урочище Лагонаки - СВ гребень в. Оштен	2140-2125-2349-2110-2370	2370	484	9.32	9.32	14.16
04.5	4	рад. в. Оштен (2804, 1А) - переход до плеча ЮВ гребня в. Нагой-Чук.	2370-2804-1735-2105	2105	804	6.13	11.66	19.7
05.5	5	п.т. - траверс в. Нагой-Чук (2467,1А) - ур. Котловина - ур. Шумичка - ручей около дороги в пос. Отдаленный.	2105-2467-917	917	362	16.97	16.97	20.59
06.5	6	п.т. - пос. Отдаленный - урочище Казаевский барак	917-450-690	690	240	15.1	15.1	17.5
07.5	7	п.т. - пер. Грачевский (1316, н.к.) - балаган на гребне ГКХ.	690-1425	1425	735	10.54	10.54	17.89
08.5	8	п.т. - траверс ГКХ до родника на сев. склоне ГКХ в истоках р. Гогопсе.	1425-1505-1365-1590-1455-1595-1420	1420	445	14.97	14.97	19.42
09.5	9	п.т. - траверс г. Батарейная (1660,1А) - г. Семиглавая - г. Кашина - р. Пшенахо.	1420-1660-1310-1395-1275-1405-285	285	455	17.35	17.63	22.18
10.5	10	п.т. - пос. Анастасиевка - Адлер	285-117		0	10.2	10.2	10.2
11.5		Запасной день			0	0	0	0
12.5		Запасной день			0	0	0	0
13.5		Посадка на поезд Адлер - Москва			0	0	0	0
14.5		Возвращение в Москву			0	0	0	0
		<b>ВСЕГО:</b>			5183	119.58	125.39	177.22

В зачет  $119,58 \text{ км} * 1,2 = 143 \text{ км}$

#### Запасные варианты.

1. В случае, если группа заедет только до Гуамки, возможно сокращение трудоёмкости начала маршрута, если идти по дороге через балку Сухую.

	1	Краснодар - пос. Гуамка (переезд) + переход до Сухой балки	498-1090	1090	592	15,89	15,89	21,81
	2	п.т. - в. Мезмай - плато Лагонаки	1090-1858-1653-1860	1860	975	12,99	12,99	22,74
	3	п.т. - пер. Абадзеш (2349,1А) - урочище Лагонаки - СВ гребень в. Оштен	1860-2349-2110-2370	2370	749	10,67	10,67	18,16

2. В случае успешного заезда до родника Холодного (как в основном варианте) но при наличии осложняющих факторов (поздний заезд, плохая погода и т. п.) возможен обход вершин Житная и Матук через балку Сухую.

	1	Краснодар - пос. Гуамка - родник Холодный (переезд) + переход к истокам балки Сухая	1005-1360	1360	355	10.73	10.73	14.28
	2	п.т. - в. Мезмай (1935) - исток балки Глубокая	1360-1935-1620-2140	2140	1095	11.32	11.32	22.27

3. В случае непогоды на участке в. Житная - в. Матук или в случае проблем со служащими заповедника осуществляется обход плато Лагонаки с заменой восхождения на в. Оштен восхождением на в. Пшеха-су.

02.5	2	вост. гребень в. Житная (1973) - в. Житная (1973) - мост через р. Цица - истоки р. Шумички	1830-1973-630-1355	1355	868	12.3	13.3	21.98
03.5	3	п.т. - сев. вершина Нагой-Чук (2480) - перегиб в кар сев. склона в. Нагой-Чук.	1355-2480-2220-2250	2250	1155	9.1	9.1	20.65
04.5	4	п.т. - траверс в. Нагой-Чук (2467, 1А) - основание сев. гребня в. Пшеха-су + рад. в. Пшеха-су (2743, 1А)	2250-2467-1940-2743-1940	1940	1020	8.36	11.74	21.94
05.5	5	п.т. - пер. Майкопский (1945, н.к.) - ручей около дороги в пос. Отдаленный.	1940-1945-917	917	5	17,98	17,98	18,03

4. Замена восхождения на в. Оштен (2804, 1А) и траверса в. Нагой-Чук (2467, 1А) восхождением на в. Пшеха-су (2743, 1А) и перевалом Майкопский (1945, н.к.).

03.5	3	п.т. - пер. Абадзеш (2349,1А) - урочище Лагонаки - основание сев. гребня в. Пшеха-су	2140-2125-2349-2110-1837-2092-1940	1940	479	14.47	14.47	19.26
04.5	4	п.т. - рад. в. в. Пшеха-су (2743, 1А)	1940-2743-1940	1940	803	3.38	6.76	14.79
05.5	5	п.т. - пер. Майкопский (1945, н.к.) - ручей около дороги в пос. Отдаленный.	1940-1945-917	917	5	17,98	17,98	18,03

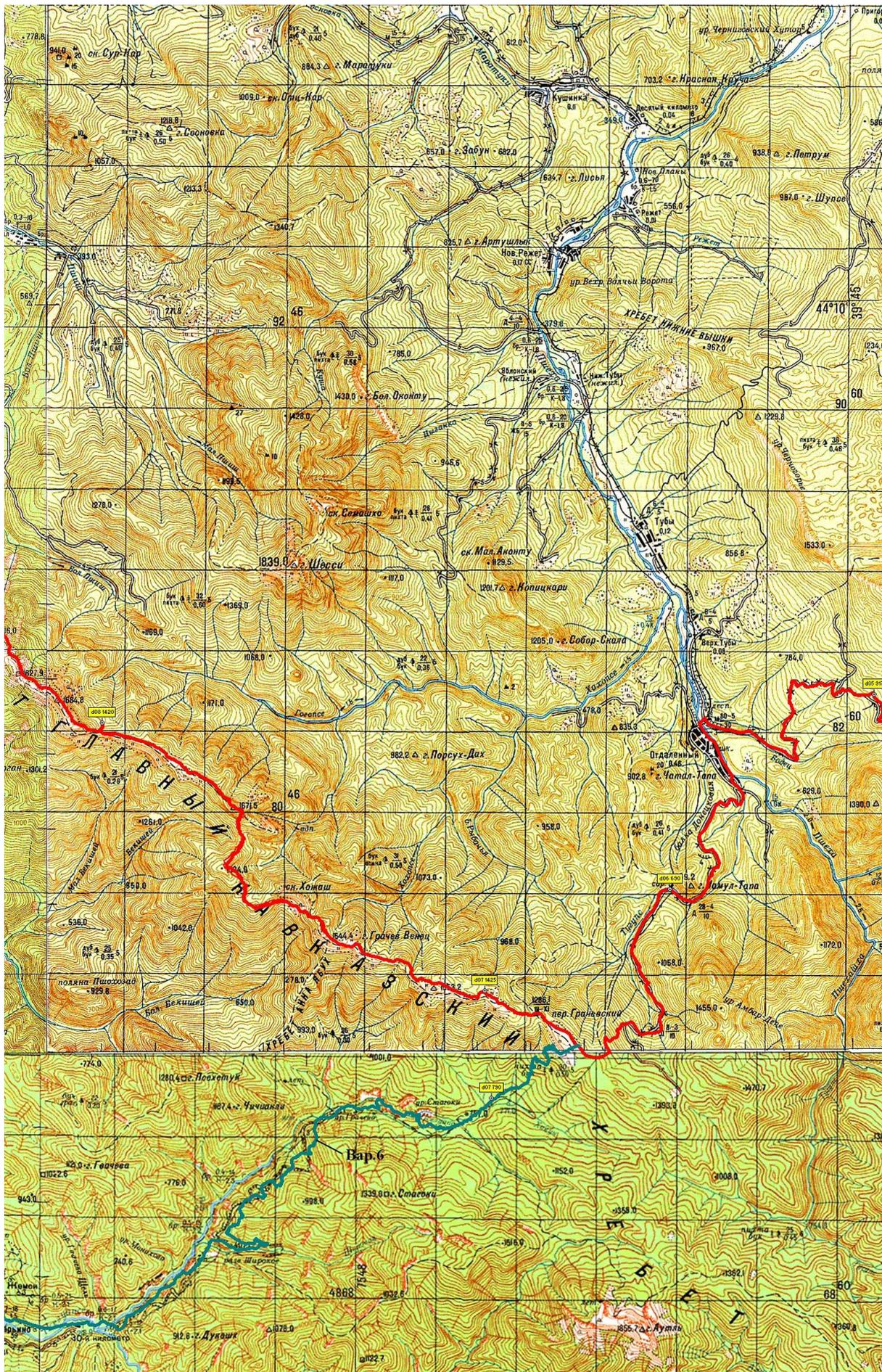
5. Аренда машины из пос. Отдаленный к пер. Грачевский. Экономия одного дня, сокращение маршрута на  $11,99 \text{ км} * 1,2 = 14 \text{ км}$ .

06.5	6	п.т. - пос. Отдаленный - переезд до развилки (1015) дорог перед пер. Грачевского - пер. Грачевский (1316, н.к.) - балаган на гребне ГКХ.	917-450-1015-1425	1425	410	13,65	13,65	17,75
------	---	--	-------------------	------	-----	-------	-------	-------

6. Замена участка от пер. Грачевского до пос. Анастасиевка, включая траверс г. Батарейная (1660,1А), спуском с пер. Грачевского вдоль газопровода до пос. Марьино. Сокращение длительности похода на 2 дня.

07.5	7	Урочище Казаевский барак - пер. Грачевский (1316, н.к.) - пр. приток р. Псеуапсе	690-1425-790	790	735	11,73	11,73	19,08
08.5	8	п.т. - пос. Марьино - Адлер	790-184	-	0	21,5	21,5	21,5







## 4.2. kmz-файл для просмотра маршрута в Google Earth.

Файл загружен по адресу: [http://static.turclubmai.ru/papers/2017/2017\\_may\\_prj.kmz](http://static.turclubmai.ru/papers/2017/2017_may_prj.kmz)

## 4.3. Типовой мужской список личного снаряжения.

Личное неспециальное снаряжение			
<i>Наименование</i>	<i>Кол.</i>	<i>Вес за спиной</i>	<i>Вес вне рюкзака на тропе</i>
Рюкзак 130 л.	1	1430	0
Коврик 3-слойный, 117 см	1	415	0
Коврик 2-слойный в ноги, 69 см	1	170	0
Ботинки трекинговые	1	0	1135
Гамаша	1	225	0
Обувь сменная (кроссовки)	1	575	0
Штаны поларовые (в чехле)	1	325	0
Штаны капроновые ходовые	1	0	140
Штаны капроновые ходовые	1	140	0
Штаны капроновые ходовые	1	90	0
Поларовая рубашка спальная	1	280	0
Поларовая рубашка ходовая	1	250	0
Куртка с капюшоном с синтетич. утеплителем (в чехле)	1	775	0
Куртка мембрановая	1	325	0
Футболка	1	0	165
Рубашка капроновая с длинным рукавом	1	0	215
Перчатки поларовые	1	45	0
Перчатки верхонки	1	165	0
Шапочка лыжная (уши закрывающая)	1	50	0
Полоска	1	30	0
Шапочка солнцезащитная	1	0	45
Грусы	1	65	0
Грусы запасные	1	60	0
Носки теплые спальные	1	95	0
Носки теплые ходовые	1	75	0
Носки теплые ходовые	1	85	
Носки теплые ходовые	1	85	0
Носки хлопчатобумажные	3	52	26
Мешок для мелочей (подушка) + гермопакет	1	70	0
Кружка, ложка, миска, нож	1	245	0
Туалетные принадлежности	0	60	0
Фляга (лавсановая бутылка)	1	30	0
Накидка от дождя	1	360	0
Фонарь налобник (с батарейками)	1	95	0
Комплект запасных батареек к фонарю	1	45	0
Очки солнцезащитные	1	55	0
Комплект запасных очков	1	140	0
Крем солнцезащитный, фактор $\geq 30$ , тубик	1	80	0
Часы наручные	1	0	20
Зажигалка	2	30	0
Полиэтиленовые пакетики	20	50	0
Паспорт, билеты и деньги		150	0
Сумка поясная (банан)	1	140	0
<b>ВСЕГО:</b>		<b>7357</b>	<b>1746</b>

<b>Специальное снаряжение</b>			
<i>Наименование</i>	<i>Кол.</i>	<i>Вес за спиной</i>	<i>Вес вне рюкзака</i>
Ледоруб	1	0	655
Снегоступы	1	725	0
Страховочная система (только пояс)	1	315	0
Блокировка для страховочной системы	1	135	0
Карабины	2	160	0
Прус	1	40	0
Кошки в чехле	1	920	0
Лавинный шнур	20 м	30	0
Каска		350	0
<b>ВСЕГО:</b>		<b>2675</b>	<b>655</b>

<b>Контроль веса личного снаряжения</b>	
Личное неспециальное в рюкзаке	7357
Личное неспециальное вне рюкзака	1746
Личное специальное в рюкзаке	2675
Личное специальное вне рюкзака	655
<b>ВСЕГО:</b>	<b>12433</b>

Для оценки веса рюкзаков вес личного снаряжения принимается равным 14000, вес вне рюкзака принимается равным 3000.

#### **4.4. Таблица с контролем важнейших позиций личного снаряжения.**

1. Алексей, Макс и Влад спят в коллективном спальнике (трешка) весом 2355 грамм.
2. Андрей и Гриша спят в коллективном спальнике (двушка) весом 1465. Алина носит резервное одеяло.

	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
	<b>Андрей</b>	<b>Гриша</b>	<b>Алексей</b>	<b>Влад</b>	<b>Алина</b>	<b>Никита</b>	<b>Костя</b>	<b>Макс</b>	<b>Шура</b>
Спальник	732	732	785	785	1600	1200	1600	785	1500
Ледоруб	есть	<b>Андрей</b>	<b>Андрей</b>	<b>Андрей</b>	<b>Андрей</b>	есть	есть	<b>Андрей</b>	есть
Кошки	есть	есть	есть	есть	есть	есть	есть	<b>Андрей</b>	есть
Снегоступы	есть	<b>Андрей</b>	<b>шьет</b>	<b>Андрей</b>	<b>Андрей</b>	есть	есть	<b>шьет</b>	есть
Бахилы или гамашы	есть	есть	<b>Андрей</b>	есть	есть	есть	есть	<b>купит</b>	есть
Страх. пояс	есть	есть	есть	есть	<b>Андрей</b>	есть	есть	есть	<b>купит</b>
Блокировка пояса	есть	есть	есть	есть	<b>Андрей</b>	есть	есть	есть	<b>купит</b>
Карабины 2 шт.	есть	есть	<b>2 Андрей</b>	1 свой + 1 <b>Андрей</b>	<b>2 Андрей</b>	есть	есть	есть	есть
Прусик	есть	есть	есть	есть	<b>Андрей</b>	есть	есть	есть	<b>купит</b>
Лавинный шнур	есть	<b>купит</b>	<b>купит</b>	<b>Андрей</b>	<b>купит</b>	<b>Андрей</b>	<b>купит</b>	<b>купит</b>	есть
Куртка теплая	есть	<b>Андрей</b> 725	1200	825	750	1000	510	1200	1500
Темные очки	есть	есть	<b>купит</b>	<b>купит</b>	есть	<b>купит</b>	есть	<b>купит</b>	есть

## 4.5. Программа питания в походе.

### 1. Класс продуктов ежедневного потребления ( 11 дней ).

		1 дн.	1 дн.	11 дн.	11 дн.	Примечания
N	Наименование	1 чел.	9 чел.	Точн.	Округл.	
1	Сухари	40	360	3960	3960	По 2 половинки сечения в день или по 4 четвертинки
2	Соль	7	63	693	600	
3	Сахар	70	630	6930	6500	
4	Чай	7	70	630	600	
5	Лук	10	90	990	900	
6	Чеснок	4	36	396	350	По 1 зубчику каждому в обед
7	Специи (смесь 4 перца, хмели сунели, аджика)	4	36	396	350	
8	Сладости (шербет, пастила белевская с орехами, халва с сухофруктами, нуга с орехами (злаками, сушеными ягодами)), мармелад)	40	360	3960	4000	
9	Курага, чернослив	20	180	1980	2000	Соотношение 2:1, считать поштучно на каждого
10	Орехи смесь (фундук, кедровые, грецкие очищенные, фисташки, кешью)	15	135	1485	1450	
11	Лимоны в сахаре	20	180	1980	2000	
	<b>Всего</b>	<b>237</b>			<b>22710</b>	
	<b>Удельный вес</b>				<b>229,39</b>	

### 2. Планирование завтраков

N	Название блюда	Порция	На 9 чел	разы	Всего	Примечание
1	Геркулес (Экстра) (молочный)	44,44	400	2	800	
2	Рис (молочный)	50	450	2	900	
3	Гречка (молочная)	50	450	2	900	
4	Пшено (молочная)	50	450	2	900	
5	Вермишель	75	675	1	675	
6	Мюсли (молочный)	50	450	2	900	
7	Молоко для каши	22,22	200	10	2000	Молоко сухое
8	Колбаса сырокопченая	40	360	5	1800	
9	Сыр	40	360	5	1800	
	<b>Всего:</b>			<b>11</b>	<b>10675</b>	
	<b>Удельный вес</b>				<b>107,83</b>	

### 3. Планирование ужинов

N	Название блюда	порция	На 9 чел	разы	Всего	Примечание
1	Рис (с мясом)	80	720	3	2160	
2	Гречка (с мясом)	80	720	2	1440	
3	Вермишель	88,9	800	2	1600	
4	Чечевица (с мясом)	80	720	2	1440	
5	Пюре (с мясом)	60	540	2	1080	Сухое, быстрого приготовления, возможны разные вкусы и добавки
6	Мясо	60	540	9	4860	При избытке возможно добавление в суп на обед
7	Сыр в вермишель	40	360	2	720	

<b>Всего:</b>			<b>11</b>	<b>13300</b>	
<b>Удельный вес</b>				<b>134,34</b>	

#### 4. Планирование обедов и перекусов (10 обедов + 10 перекусов)

<i>N</i>	<i>Название</i>	<i>Порция</i>	<i>На 9 чел</i>	<i>разы</i>	<i>Всего</i>	<i>Примечание</i>
1	Рыба вяленая	44,4	400	2	800	
2	Колбаса	40	360	2	720	
3	Колбаски вяленые	40	360	2	720	
4	Сыр	40	360	2	720	
5	Шпроты	44,4	400	2	800	Банка 240 г + банка 160 г на 1 раз
6	Шоколад	22,22	200	2	400	
7	Сникерс	25	225	2	450	
8	Конфеты	30	270	2	540	Подбирать энергетической ценностью не менее ценности шоколада
9	Смесь цукаты-сухофрукты	30	270	2	540	Кроме кураги и чернослива
10	Энергетический батончик	30	270	2	540	Подбирать с энергетической ценностью эквивалентной сникерсу
11	Супы	36,1	325	10	3250	5 пачек 65 * 5 на раз
	<b>Всего:</b>			<b>10</b>	<b>9480</b>	
	<b>Удельный вес:</b>				<b>95,76</b>	

#### Контроль веса

Ежедневные	229,39	22710	
Завтраки	107,83	10675	
Ужины	134,34	13300	
Обеды перекусы	95,76	9480	
<b>Всего</b>	<b>567,32</b>	<b>56165</b>	<b>567,32</b>

#### Еще продукты:

$(580-567,32) * 99 \text{ чел.} * \text{дн.} = 1255$

Изюм в кашу	165	
Кофе	100	
Молоко для кофе	200	
Спирт	790	1 литр
	1255	

#### 4.6. Сводная таблица закупок продуктов.

	<i>Наименование</i>	<i>Вес</i>	<i>разы</i>	<i>Москва</i>	<i>пос. Отдалённый</i>
1	Сухари	3960		3960	0
2	Соль	600		600	0
3	Сахар	6500		5000	1500
4	Чай чёрный	600		600	0
5	Супы	3250	10 * 5 = 50 пак	3250	0
6	Лук	900		900	0
7	Чеснок	350		350	0
8	Специи	350		350	0
9	Сладости	4000		4000	0
10	Курага, чернослив	2000		2000	0
11	Орехи смесь	1450		1450	0
12	Лимоны в сахаре	2000		2000	0

13	Спирт	790	1литр	790	0
14	Геркулес (Экстра)	800	2	800	0
15	Рис утро	900	2	450	450
16	Рис вечер	2160	3	1440	720
17	Гречка утро	900	2	450	450
18	Пшено утро	900	2	900	0
19	Гречка вечер	1440	2	720	720
20	Вермишель утро	675	1	675	0
21	Вермишель вечер	1600	2	1600	0
22	Пюре вечер	1080	2	1080	0
23	Чечевица	1440	2	1440	0
24	Молоко сухое в кашу	2000	10	2000	0
25	Молоко сухое в кофе	200		200	0
26	Кофе	100		100	0
27	Изюм в кашу	165		165	0
28	Мюсли завтраки	900	2	900	0
29	Мясо	4860	9	4860	0
30	Сыр утро	1800	5	1800	0
31	Сыр вечер	720	2	720	0
32	Сыр перекус	720	2	360	360
33	Колбаски вяленые	720	2	720	0
34	Колбаса утро	1800	5	1800	0
35	Колбаса перекус	720	2	720	0
36	Рыба вяленая	800	2	800	0
37	Шпроты	800	2	400	400
38	Шоколад	400	2	200	200
39	Конфеты	540	2	270	270
40	Цукаты-сухофрукты смесь	540	2	540	0
41	Энергетический батончик	540	2	540	0
42	Сникерс	450	2	450	0
	<b>Всего:</b>	<b>57420</b>	<b>57420</b>	<b>52350</b>	<b>5070</b>
	<b>Удельный вес:</b>	580			
	<b>Человеко-дни</b>	99			
	Бензин (в литрах)	1,5 * 10 = 15 литров			
	Продукты питания	57420		52350	5070
	Витамины	300		300	0
	Сухой спирт	165		165	0
	Бензин 10 * 1150 г	11500		0	11500
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>69385</b>	<b>69385</b>	<b>52815</b>	<b>16570</b>

#### 4.7. Таблица поручений по закупке продуктов и распределение продуктов по рюкзакам.

	Наименование	Вес		Андрей	Гриша	Никита	Костя	Алина	Влад	Алексей	Макс	Шура
1	Сухари	3960	3960	0	720	720	720	720	720	0	360	0
2	Соль	600		0	0	600	0	0	0	0	0	0
3	Сахар	5000		0	0	0	0	0	0	2000	2000	1000
4	Чай чёрный	600		0	600	0	0	0	0	0	0	0
5	Супы	3250		0	3250	0	0	0	0	0	0	0
6	Лук	900		900	0	0	0	0	0	0	0	0
7	Чеснок	350		350	0	0	0	0	0	0	0	0
8	Специи	350		350	0	0	0	0	0	0	0	0
9	Сладости	4000		0	0	4000	0	0	0	0	0	0
10	Курага, чернослив	2000		0	0	0	0	0	2000	0	0	0
11	Орехи смесь	1450		0	0	0	0	1450	0	0	0	0
12	Лимоны в сахаре	2000		0	0	2000	0	0	0	0	0	0
13	Спирт	790		0	0	0	0	0	0	0	0	790
14	Геркулес (Экстра)	800		0	0	0	0	0	800	0	0	0
15	Рис утро	450		0	0	0	0	0	450	0	0	0
16	Рис вечер	1440		0	0	0	0	0	0	0	1440	0
17	Гречка утро	450		0	0	0	0	0	450	0	0	0
18	Пшено утро	900		0	0	0	0	0	900	0	0	0
19	Гречка вечер	720		0	0	0	0	0	0	0	720	0
20	Вермишель утро	675		0	0	0	0	0	675	0	0	0
21	Вермишель вечер	1600		0	0	0	0	0	0	0	1600	0
22	Пюре вечер	1080		1080	0	0	0	0	0	0	0	0
23	Чечевица	1440		0	0	0	0	0	0	0	1440	0
24	Молоко сухое в кашу	2000		0	2000	0	0	0	0	0	0	0
25	Молоко сухое в кофе	200		0	200	0	0	0	0	0	0	0
26	Кофе	100		0	0	0	100	0	0	0	0	0
27	Изюм в кашу	165		165	0	0	0	0	0	0	0	0
28	Мюсли завтраки	900		0	0	0	0	0	900	0	0	0
29	Мясо (по факту 5100)	4860		4860	0	0	0	0	0	0	0	0
30	Сыр утро	1800		0	0	0	1800	0	0	0	0	0
31	Сыр вечер	720		0	0	0	720	0	0	0	0	0
32	Сыр перекус	360		0	0	0	360	0	0	0	0	0
33	Колбаски вяленые	720		0	0	0	720	0	0	0	0	0
34	Колбаса утро	1800		0	0	0	1800	0	0	0	0	0
35	Колбаса перекус	720		0	0	0	720	0	0	0	0	0
36	Рыба вяленая	800		0	800	0	0	0	0	0	0	0
37	Шпроты	400		0	0	0	0	0	400	0	0	0
38	Шоколад	200		0	200	0	0	0	0	0	0	0
39	Конфеты	270		0	0	0	270	0	0	0	0	0
40	Цукаты-сухофрукты	540		0	0	540	0	0	0	0	0	0
41	Энергетический батончик	540		0	0	0	540	0	0	0	0	0
42	Сникерс	450		0	0	0	0	0	450	0	0	0
		52350		0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Витамины	300		0	0	0	0	0	0	0	300	0
	Сухой спирт	165		0	0	0	0	0	0	0	0	165
	Бензин	11500		0	0	0	0	0	0	5750	0	5750
		64315	64315	7705	7770	7860	7750	2170	7745	7750	7860	7705
	<b>СНАРЯГА</b>											
	<b>ВСЕГО:</b>											
				<b>Андрей</b>	<b>Гриша</b>	<b>Никита</b>	<b>Костя</b>	<b>Алина</b>	<b>Влад</b>	<b>Алексей</b>	<b>Макс</b>	<b>Шура</b>

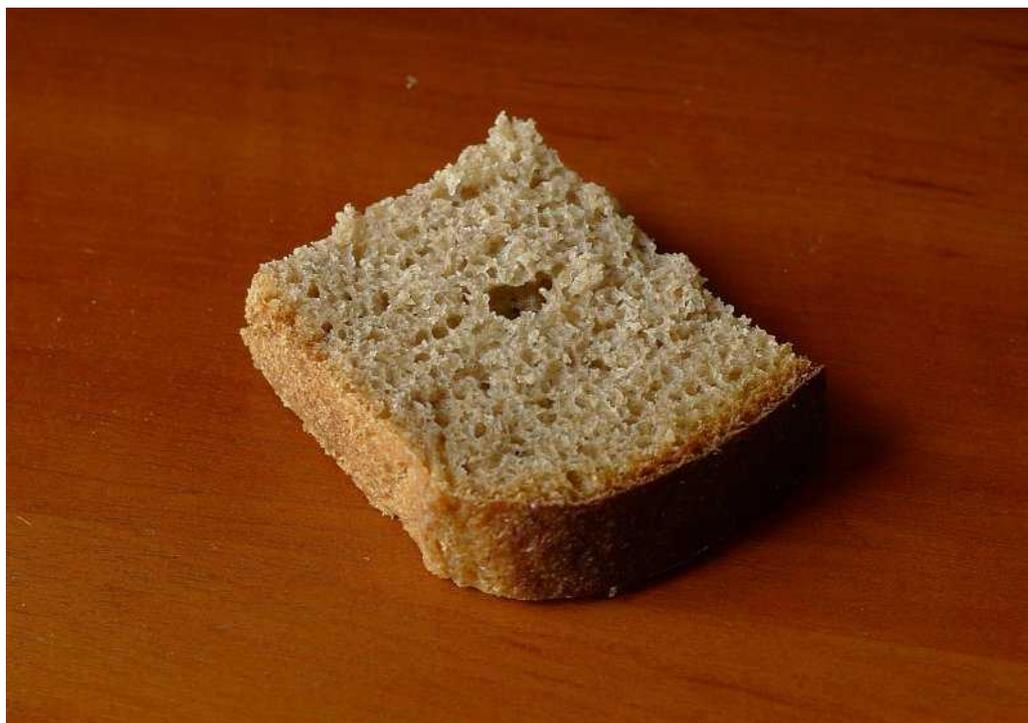
## Замечания.

1. Позиции, выделенные желтым (мюсли у Влада и цукаты у Никиты) покупает Костя, он их пакует и передаёт Владу и Никите в поезде.
2. **Курагу и чернослив** купить поштучно, 2 кураги и один чернослив на человека каждый день. Всего 198 куражин и 99 черносливен. Если Влад выйдет при этом за пределы 2-х кило, то лишнее отдадим нести Алине.
3. **Орехи** купить без арахиса, от него у Кости аллергия. Компоненты ореховой смеси в порядке приоритета — кешью, фундук, фисташки, кедровые, миндаль. Все орехи покупать без скорлубы, очищенные.
4. **Бензин** покупаем в Краснодаре. Но полторалитровые лавсановые бутылки для него берем из Москвы. Алексей готовит 5 бутылок и Шура готовит 5 бутылок. Бутылки эти можно принести с помойки, хорошо помыть и обязательно высушить. Сохнуть бутылки будут долго, поэтому начинать надо уже сейчас. Бутылки не сминать, а просто завинтить и уложить в рюкзак. В смятых бутылках потом образуются трещины, и бензин потечет.

Крышки для бензиновых бутылок должны быть «правильными». Правильная крышка не имеет прокладки, но имеет в доньшке выступающее кольцо (ребро), которое при завинчивании прижимает бутылку к стенке крышки. Такие крышки особенно хороши для бензина. Их можно найти на газонах и пустырях (такие крышки помыть). В последнее время их стали производить узкими (низкими). Желательно найти крышки старого образца, более высокие.



5. **Сахар** пакуем в пластиковые бутылки. Алексей и Макс плотно набивают сахарным песком, каждый по 2-литровой бутылке, а Шура - литровую бутылку. Крышки у сахарных бутылок могут быть произвольными.



6. **Сухари.** Поручения по сухарям более-менее распределены равномерно. Сушим черный «дарницкий» хлеб - обычные буханки в виде кирпича. Никаких специфических сортов, типа бородинского, не надо. Обычный дарницкий черный хлеб. Сечение буханки делится на 4 части. Каждая такая четвертинка после высушивания весит около 10 грамм.

В литровый пакет (тетрапак) из под молока при плотной упаковке помещается около 360 грамм сухарей (36 четвертинок). Старайтесь паковать именно так. Это как раз дневная норма для группы из 9 человек. Поэтому все поручения кратны 360 граммам.

7. **Сладости.** Это узбекская халва (продается на Соколе около храма), щербет сливочный, щербет с цукатами, пастила белевская с орехами, халва с сухофруктами, нуга с орехами (злаками, сушеными ягодами).

8. **Шоколад** покупать без орехов, орехов и так будет достаточно. Обычный шоколад, советский. «Аленка», например.

Все остальные инструкции индивидуальны. Поэтому завхоз Костя Еналеев переговорит с каждым по сорту продуктов и по их упаковке.

**Важно правильно упаковать продукты.** Звоните Косте и получите у него инструкции.

#### 4.8. Таблица распределения общественного снаряжения по рюкзакам.

Наименование	Вес	Отв.	Палатка N1					Палатка N2			
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
			Андрей	Гриша	Никита	Костя	Алина	Влад	Леша	Макс	Шура
Палатка N1 Fox cave-6	4180	Леб.	0	<b>4180</b>	0	0	0	0	0	0	0
Каркас для Fox cave-6	1820	Леб.	0	0	<b>1820</b>	0	0	0	0	0	0
Трубка для каркаса	60	Леб.	0	0	0	0	0	0	<b>60</b>	0	0
Полиэтилен (пол) 3.4 x 2.5	340	Леб.	0	0	0	<b>340</b>	0	0	0	0	0
Полиэтилен (крыша) 3,5*3,0	405	Леб.	0	<b>405</b>	0	0	0	0	0	0	0
Лопата N1 Фискарс	490	Леб.	0	0	0	<b>490</b>	0	0	0	0	0
Палатка N2 Fox cave-4	3890	Леб.	0	0	0	0	0	0	0	<b>3890</b>	0
Каркас для Fox cave-4	1330	Леб.	0	0	0	0	0	0	<b>1330</b>	0	0
Полиэтилен (пол) 2.8 * 2.5	280	Леб.	0	0	0	0	0	0	0	<b>280</b>	0

Полиэтилен (крыша) 3,5*2,4	330	Леб.	0	0	0	0	0	0	330	0	0
Лопата N2	490	Леб.	0	0	0	0	0	0	0	0	490
Спальники индивидуальные	5900	Разн.	0	0	1200	1600	1600	0	0	0	1500
Спальник 3-ка	2400	Леб.	0	0	0	0	0	2400	0	0	0
Спальник 2-ка	1465	Леб.	1465	0	0	0	0	0	0	0	0
Спальник-одеяло 2-ка (резервный)	1000	Леб.	0	0	0	0	1000	0	0	0	0
Примус	1070	Леб.	0	0	0	0	0	0	0	0	1070
Примус	1070	Леб.	0	0	0	0	0	0	1070	0	0
Кастрюля (6 л.)	745	Леб.	0	0	0	745	0	0	0	0	0
Клава	1630	Леб.	0	0	1630	0	0	0	0	0	0
Половник	50	Леб.	0	0	50	0	0	0	0	0	0
Экран	385	Леб.	0	0	0	0	0	385	0	0	0
Стеклоткань	100	Леб.	0	0	0	0	0	0	100	0	0
Мочалка 1 шт.	20	Леб.	0	0	0	0	0	20	0	0	0
Рукавица дежурного	30	Леб.	0	0	0	0	0	30	0	0	0
Лавлист с пилой	535	Леб.	0	0	0	0	0	535	0	0	0
Ремнабор + мочалка	1220	Леб.	0	0	0	0	0	1220	0	0	0
Фотонабор	595	Леб.	595	0	0	0	0	0	0	0	0
Видеонабор	585	Леб.	585	0	0	0	0	0	0	0	0
Комплект проводов и адаптеров	85	Леб.	85	0	0	0	0	0	0	0	0
Зарядное устройство	95	Леб.	95	0	0	0	0	0	0	0	0
Блок питания	50	Леб.	50	0	0	0	0	0	0	0	0
Телефон Иридиум	300	Леб.	300	0	0	0	0	0	0	0	0
Коробка для дивайса	190	Леб.	190	0	0	0	0	0	0	0	0
GPS + 2 батарейки	170	Леб.	170	0	0	0	0	0	0	0	0
2 Батарейки для GPS	50	Леб.	50	0	0	0	0	0	0	0	0
Плеер + динамик	125	Леб.	125	0	0	0	0	0	0	0	0
Карты, документы	255	Леб.	255	0	0	0	0	0	0	0	0
Весы	70	Леб.	70	0	0	0	0	0	0	0	0
Будильник	120	Леб.	120	0	0	0	0	0	0	0	0
Планшетка	290	Леб.	290	0	0	0	0	0	0	0	0
Компас	30	Леб.	30	0	0	0	0	0	0	0	0
Солнечная батарея	520	Леб.	520	0	0	0	0	0	0	0	0
Аптека N1	1575	Леб.	0	0	0	1575	0	0	0	0	0
Аптека N2	515	Леб.	0	0	0	0	0	0	0	515	0
Верёвка D8 40м. 2 шт.	3310	Леб.	0	0	0	0	0	0	1655	0	1655
Верёвка D6 28 м.	560	Леб.	0	0	0	0	560	0	0	0	0
Флаг МАИ	100	Леб.	0	0	0	0	0	0	100	0	0
Флаг Сателлит-рент	65	Леб.	0	0	0	0	0	65	0	0	0
Воронка (до бензоколонки)	0	Леб.	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>ВСЕГО:</b>	<b>40890</b>	<b>40890</b>	<b>4995</b>	<b>4585</b>	<b>4700</b>	<b>4750</b>	<b>3160</b>	<b>4655</b>	<b>4645</b>	<b>4685</b>	<b>4715</b>
	0	40890	4716	4716	4716	4716	3162	4716	4716	4716	4716
			Андрей	Гриша	Никита	Костя	Алина	Влад	Леша	Макс	Шура

#### 4.9. Контроль веса рюкзаков.

			Андрей	Гриша	Никита	Костя	Алина	Влад	Леша	Макс	Шура
Личное снаряжение		126000	14000	14000	14000	14000	14000	14000	14000	14000	14000
Вес вне рюкзака		-27000	-3000	-3000	-3000	-3000	-3000	-3000	-3000	-3000	-3000
Общественное снаряжение		40890	4995	4585	4700	4750	3160	4655	4645	4685	4715
Продукты и топливо	0	64315	7705	7770	7860	7750	2170	7745	7750	7860	7705
<b>ВСЕГО</b>	204205	204205	<b>23700</b>	<b>23355</b>	<b>23560</b>	<b>23500</b>	<b>16330</b>	<b>23400</b>	<b>23395</b>	<b>23545</b>	<b>23420</b>

#### 4.10. Список аптечки.

Группа	Название	Аптечка N1 1575 гр.	Аптечка N2 515 гр.
Анальгетики	Кетанов	40 таб.	10 таб.
	Анальгин	10 таб.	10 таб.
	Некст	6 таб.	
	Цитрамон	30 таб.	30 таб.
	Солпадеин растворимый	20 таб.	8 таб.
	Баралгин	5 ампул	
Антибиотики	Цифран-500		10 таб.
	Ципролет-500	20 таб.	
Антигистаминные	Димедрол	38 таб.	8 таб.
	Супрастин	10 таб.	9 таб.
	Диакарб	40 таб.	14 таб.
Спазмальгетики	Но-шпа	12 таб.	10 таб.
Сосудорасширяющие	Трентал 400	10 таб.	10 таб.
	Трентал 100	40 таб.	20 таб.
Стимулирующие	Нитроглицерин	30 таб.	
	Валидол	10 таб.	4 таб.
	Дексаметазон	5 ампул	
Мочегонные	Гипотиазид	20 таб.	
Желудочно-кишечные	Имодиум	10 таб.	
	Альфа-нормикс	9 таб.	
	Левомоцитин	20 таб.	
	Фильтрум (сорбент)	30 таб.	20 таб.
	Сенаде	20 таб.	
	Мезим	20 таб.	20 таб.
Противовоспалительные	Вольтарен (Диклофенак)	20 таб.	10 таб.
Успокаивающие	Экстракт валерьяны	16 таб.	11 таб.
	Донормил	1 банка	
Разное	Аспирин	10 таб.	10 таб.
	АЦЦ	1 флакон	1 флакон
	Гепатромбин, свечи	10 св.	0
	Пантенол спрей	1 флакон	0
	Ципромед (кандибиотик, ушные капли)	1 пузырь	0
	Навизин (Санорин)		1 флакон
	Левомоцитин глазной	1 пузырь	
	Зовиракс (спрей)	1 тюб.	
Мази и растирки	Левомиколь	1 тюб.	1 тюб.
	Диклак или вольтарен (с диклофенаком)	1 тюб.	
	Мазь "звездочка"	1 банка	1 банка
Бактерицидные	Гидропирит	6 таб.	
	Йод	1 пузырь	
	Калия перманганат	1 банка	
	Малавит (полоскание)	1 флакон	
Перевязочный материал	Бинт	1 шт.	3 шт.
	Лейкопластырь в рулоне	1 рул.	1 рул.
	Салфетки	5 шт.	
	сетки	3 шт.	
Инструменты	Эластичный бинт	1	
	Шприцы одноразовые	5 шт.	

	Термометр	1 шт.	
	Ножницы	1 шт.	
	Зеркало	1 шт.	
	Иглы и шовный материал Фторэст-1	2 пакета	

## 5. ССЫЛКИ.

1. А.А. Лебедев. Отчет о горном походе 1 к.с. по Западному Кавказу. Май 2014.  
<http://static.turclubmai.ru/papers/2239/>