

Утверждаю _____
начальник специализированной школы
по велотуризму _____
«_____» _____ 2012 г.

Разработчик Бучельников Н.Ю.

**Тактический план походов 3-4 КС
в рамках специализированной школы
по велотуристической подготовке
(проект)**

Екатеринбург, 2012 год.

Цель.

Подготовка руководителей для походов 3-4КС.

Задача.

В рамках специализированной школы по велотуристической подготовке провести учебно-спортивные походы 3-4 категории сложности.

Меры безопасности.

Максимально минимизировать возможные риски.

Район походов.

Средний Урал.

Исходя из этого, я взял за основу майский поход 3КС, пройденный в составе Н. Бучельников (руководитель), Е.Губернаторов, А.Маршихин, Д.Неугодников, А.Шавлюга 7-10 мая 2010 года.

Нитка маршрута: Екатеринбург – Арамиль – Кашино – В.Сысерть – оз.Сысертское – оз.Иткуль – Макаровский – оз.Аракуль – Вишневогорск - Маук – Кыштым – Долгобродское вдхр. – Уфимка – Ситцево – Нязепетровск – Кладовка – Полдневая – Полевской – Б.Лавровка – Мариинск – Дегтярск – В.Макарово – Екатеринбург.

Маршрут был пройден за 3,5 дня в очень напряженном темпе: ходовой день составлял 12 часов с минимальными привалами (обед готовился).

Поход включал эталонное число препятствий, необходимых для маршрута 3КС.

В рамках семинара 2012 года сроки походов сдвинуты на 10 дней раньше, а это значительный срок для уральской весны: рассчитывать, что покрытие дорог будет лучше, чем два года назад - не стоит. Более того, стоит закладывать на возможные дожди, и, как следствие, более сложные условия для прохождения. Как следствие - введение Сезонно-географического коэффициента (СГ) равного 1,1 – будет вполне обоснованным.

Всё это позволяет быть уверенным, что обозначенный выше маршрут будет соответствовать требованиям к маршруту 3КС, и, в тоже время, будет проходим в указанное время, и в планируемые сроки.

Маршрут 4КС является развитием основной нитки маршрута, соответствующей 3КС и будет рассмотрен как дополнение к основному маршруту.

Рассмотрим маршрут и действия групп подробно.
Карта маршрутов приведена в приложении №1.

День первый.

Начнем с выезда из города. Многие группы начинают считать начало маршрута от объездных дорог, или от пригородов. На мой взгляд, это в корне неправильно: так или иначе мы пересекаем или периодически движемся по автомобильным дорогам как за городом, так и внутри городов. Отработка движения группы внутри города, особенности движения в условиях светофоров, разрыва группы, поворотов на перекрестках – должна тщательно прорабатываться и доводиться до каждого участника.

Как пример, приведу случай из того же похода 2010 года, когда часть группы потерялась на выезде на дублер Сибирского тракта у «Калины», хотя руководитель неоднократно выезжал со всеми участниками из города через эту развязку и провел небольшой инструктаж на месте старта – этого оказалось недостаточно! Обязательно необходимо подробно проговаривать маршрут движения по городу до каждого сворotka.

Далее. Сам выезд из города лучше планировать на часы с меньшим движением автотранспорта: это или раннее утро (до 7.00 утра), или пред- и послеобеденное время. Вечернее время мы не берем в расчет – тогда просто не получится достаточно далеко отъехать от города – лучше на завтра встать пораньше и выехать из города с рассветом.

Особенно это будет касаться выезда в предпраздничные дни, каким и будет являться старт похода, и неважно, будет это пятница, 27 апреля, или суббота, 28 апреля – автомобильный трафик на выезде из города будет повышенным во всех направлениях.

Рекомендуемое мной начало маршрута: дублер Сибирского тракта – поворот на Кольцово – ж/д разъезд Хуторята – Кольцово.

В Кольцово, на Т-образном перекрестке улицы Бахчиванджи с дорогой Хуторята-Арамиль возможно сделать окончательный сбор группы, для тех, кому удобнее и безопасней выдвинуться из города по дороге ведущей к аэропорту («Россельбан»). В этом случае руководитель должен назначить для этой части группы своего заместителя.

На перекрестке есть несколько ларьков, в которых можно перекусить, купить воду в дорогу.

Далее движемся в направлении Арамиля. Дорога узкая (особенно в начале), с интенсивным движением и практически с отсутствием обочины.

После Арамиля, на горке, можно сделать небольшой привал на остановочном пункте – посмотреть что где не так лежит.

Далее, до Кашино дорога достаточно проста и спокойна.

От центра города, до сворotka на Кашино с Челябинского тракта – 40...44 км и 2...2,5 часа ходового времени.

Аккуратно пересекаем челябинский тракт и также аккуратно движемся в сторону Верхней Сысерти. При необходимости можно сделать остановку в Сысерти на обед или закуп продуктов.

Через 5 км после Сысерти мы выедем к берегу Сысертского пруда, где можно устроить ночевку (*при раннем, до 11 утра, выезде из города можно продолжить движение до озера Иткуль, но у нас учебный поход, задачей которого в большей степени стоит отработка действий участников*).

Это рекомендуемое место первой ночевки. Каждая группа вольна разработать для себя свой график движения. На карте (в приложении) будет показано минимум 10 дополнительных мест ночевки помимо рекомендуемых.

Остановка на ночевку в конце асфальтового участка позволит тем участникам группы, которые не могут сражаться днем, догнать группу к вечеру (самоходом, на автотранспорте).

В случае проведения учебных походов в рамках школы базового уровня в этом же направлении, можно сделать общую стоянку для первой ночевки у Талькового камня.

Бивак.

Мои рекомендации на поход – приготовление пищи на газе – как опыт для дальнейших, более сложных походов, в условиях безлесья. Нет сомнений, что общий костер придает походу большую душевность, но походы 3-4КС относятся к категории «спортивного совершенствования», поэтому практическое изучение приготовления пищи на газу – даст участникам необходимый опыт.

Отбой необходимо произвести до 22 часов. Обязательно обратить внимание участников на вечернюю одежду – пуховый жилет не будет лишним. В случае «посиделок у костра» – брезентовый штормовой костюм.

Пробег за день – 57 км.

День второй.

Подъем в 6.00, выход в 8.00.

В своих походах я никогда не назначаю дежурных – люди все взрослые и понимают что идут вместе. Достаточно договориться накануне вечером о том кто встает первым и что готовит. Также, рекомендую отработать готовку пищи внутри палатки. Это очень актуально для завтраков весной, когда на улице весьма прохладно. Понимаю, что данная процедура требует определенного места в палатке (*так в «четверке», площадью 200х220 см, для того, чтобы готовить внутри, - только три спальных места*). И, всё-таки, я рекомендую участникам походов опробовать данную технологию. Кроме основной функции – приготовление пищи, готовка внутри палатки элементарно согревает внутренний объем и способствует более приятному просыпанию.

Что позволит сделать выход в восемь утра вполне реальным.

О газовых лампах.

Главное преимущество использования газовой лампы – это не свет, и не тепло.

Газовая лампа сушит воздух внутри палатки, и уже в результате этого мы меньше мерзнем под утро. Достаточно включить ее на 2 часа перед подъемом.

На завтрак я рекомендую гречневую кашу с тушенкой, но это личное дело каждой группы.

Выезд в 8 утра обусловлен несколькими причинами.

Первое – в конце апреля – начале мая рассвет наступает в 6.30, но до восьми утра еще очень холодно. При раннем выезде, через весьма непродолжительное время вам придется останавливаться и снимать часть одежды. Ненужная потеря времени.

Второе касается конкретно первой ночевки: на кордоне «Плита», через 12 км от места ночевки, есть сторожевые собаки. Желания узнать: привязаны они ночью или нет – лично у меня нет никакого. В 10 утра, по опыту, собаки уже внутри зарешеченных загонов.

Возвращаемся к выезду с места ночевки. Через 5 км мы въедем в Верхнюю Сысерть, но магазины там открываются в 10 утра, поэтому, лучше не рассчитывать на докупку продуктов. После В.Сысерти, мы едем примерно 3-4 км по асфальту, а затем сворачиваем влево. Свороток малозаметен, необходим участник, который ходил им, или проверенный трек (скомпилированный автором трек будет предоставлен. В его основе – 95% личных треков).

После схода с асфальта до озера Сысертское – 25 км. Характер дороги можно описать как «влажная, местами заболоченная лесная дорога». В майском походе 2010 года я поставил средний коэффициент покрытия – 1,6. Ниже не будет. Пресеченность местности после анализа трех личных треков прохождения этого участка я оценил как «среднепересеченная местность».

Это первое Протяженное Препятствие (ПП), которое мне хотелось бы описать:

Протяженность – 25 км (Кпр=1,25)

Пересеченность – среднепересеченная местность (Кпер=1,2)

Коэффициент покрытия – 1,6 (*хотя в «Методике категорирования велосипедных маршрутов» для Кпк=1,6 приводится следующее определение: «Каменистая горная дорога со значительными неровностями, уступами, выступающими частями скального массива, крупнощебеночная дорога (преобладающий размер камней 30 мм и выше), песчаная (заснеженная) дорога (рыхлый песок (снег) глубиной до 3 см)», на мой взгляд, оттаявшая после зимы лесная дорога без покрытия, попадает именно под эту категорию. Просто потому, что колесо проваливается в грунт также как и в песок, и в снег до 3 см*).

Абсолютная высота (Кв) всего маршрута редко где превышает 500 метров над уровнем моря, потому Кв принимаем равным 1,0 для всех участков.

Сезонно-географический коэффициент – еще один не совсем проработанный параметр – Среднего Урала в «методике» просто нет, однако, по ряду параметров, для нашего маршрута в начале мая его можно охарактеризовать как 1,1.

В полемику вдаваться здесь не хочу – возьмем как наиболее целесообразный.

Категорийность ПП определяется как произведение всех коэффициентов.

Получаем:

$$1,25 \cdot 1,2 \cdot 1,6 \cdot 1,0 \cdot 1,1 = 2,64.$$

Смотрим «методику» и видим, что по количеству баллов данный участок соответствует Равнинному ПП ЗКТ (2,4-3,7 баллов).

В дальнейшем я не буду расписывать так подробно каждый участок, а только выдавать произведение чисел. Участники! Вы – готовитесь сами вести походы 3-4 КС. Вам необходимо самим учиться считать все коэффициенты.

Расчет всех участков маршрута дан в приложении № 2.

Летом, в сухую погоду, участок В.Сысерт-оз.Сысертское проезжается за 1 час 40 минут в бодром темпе. В мае 2010 года группа прошла его за три часа. Я ориентируюсь на прохождение данного участка группами за 4,5 часов брутто.

Более чем демократичное время, но без лишнего рассусолевания. Лишние 1,5 часа к графику 2010 года закладываю на внезапный циклон и свежесыпавший снежный покров.

Также следует заметить, что источник воды на данном участке будет только один и то за 40 минут до оз.Сысертское.

После выезда к оз.Сысертскому 3,5 км идет разбитая бетонка, в окончании которой есть родник (справа от дороги). Там можно пополнить запасы воды.

От оз.Сысертского, до восточного объезда оз.Иткуль – 8 км. Состояние дороги в мае будет мало влиять на время преодоления этого участка – ориентировочно 40 минут.

На крестообразном перекрестке, при необходимости, мы можем проехать прямо в деревню Даутово для закупа продуктов, или южнее её, для ночевки.

По рекомендуемому плану, на перекрестке сворачиваем направо, проезжаем два километра, и уходим по дорожным указателям на Верхний Уфалей.

После поворота, через 4,5...5 километров, слева у нас будет полянка на берегу оз.Иткуль, где можно остановиться на обед. Предполагаемое время прибытия в эту точку – 14.00.

На обед у нас отведено 1,5 часа. Дров не ищем – готовим на газу.

По меню. Весьма неплохо на обед идет картофельное пюре, однако, у него есть такая особенность – оно очень медленно отывает (что чревато ожогом языка). Надо или не торопиться, или готовить что-то другое. Крупчатые блюда остывают несколько быстрее. В дождь обед можно заменить перекусами, но отдых всё равно необходимо сделать, хотя бы полчаса.

Если группа решит двигаться какой-то отдельный день или весь поход без обеда – надо предусмотреть более плотные перекусы.

О перекусах.

В своих походах формирование личных перекусов (во время движения и на коротких остановках) я полностью возлагаю на самих участников – что кому больше нравится. (мои рекомендации - спортивные гели, энергетические батончики, смеси сухофруктов и орехов).

Но при замене обеда перекусами – данных продуктов может быть недостаточно. Необходимо продумать закуп общественных продуктов для замещения обеда.

После обеда дорога практически сразу пойдет в гору. Не беда, если часть участников будет переходить – подъем достаточно крутой.

Асфальтовая дорога идет до Т-образного перекрестка и выводит на грейдер, по которому ездит большегрузный транспорт, о чем предупреждают дорожные знаки. На данном перекрестке группе необходимо собраться и выбрать дальнейший путь: направо дорога пойдет в В.Уфалей через Черемшанку (15 км до центра города, ~ 1 час), влево – на оз.Аракуль (через Макаровский – 19 км, ~ 2 часа), на южную окраину В.Уфалея (~14 км, 1 час).

Рекомендуемый маршрут: Иткуль-Макаровский-Аракуль. После выхода на технологическую дорогу идет подъем, затем правый поворот и через километр после него – свороток влево.

Обращаю внимание, что там будет несколько своротков. Желательно наличие в группе участника ранее ходившего этим маршрутом, или использование GPS-навигатора.

Также следует обязательно учесть, что в районе грейдерной дороги много промышленных свалок и вскрышных работ. Пополнение запасов воды и простое питье на этом участке может быть опасно для здоровья, в следствии отравления солями металлов.

После своротка, через 3 км будет заброшенный поселок Макаровский (в 2010 году было промышленное производство), после него будет лесная дорога к оз.Аракуль.

В целом, от оз.Иткуль, до пос.Аракуль – 30 км. Планируемое время прибытия – 18.00.

Вторая, рекомендуемая, ночевка запланирована на восточном берегу озера, ближе к насосной станции.

Оз.Аракуль – популярное место отдыха. Найти дрова для готовки будет проблематично. Готовим на газе.

При выезде от Макаровского на дорогу Силач – Вишневогорск есть как минимум 5 вариантов прохождения до населенного пункта Маук. Часть из них показана на карте. Описывается рекомендуемый маршрут.

О радиальных выходах, посещении скальных массивов, других памятников природы и прочего.

Я несколько не против посещения того же массива Шихан на западном берегу озера Аракуль, однако, надо иметь ввиду то, что начало мая – это время высокой клещевой активности. Лишнее посещение травянистых участков – это лишнее повышение опасности.

Второе. Это только второй день похода. Потеря темпа нежелательна. При большом хотении участников посетить Шихан – более целесообразно организовать ночевку на нем, а не тратить время на радиальный выход. Варианты движения после такой ночевки показаны на карте. Место нахождения родника на Шихане – также показано.

Пробег за второй день – 78 км.

День третий.

Подъем в 6.00, выезд в 8.00.

Покидая живописный берег Аракуля, мы 5 км движемся на юг по лесной дороге, после чего выезжаем на грунтовку к востоку от Вишневых гор, которая еще через 5,5 км выводит на Т-образный перекресток Вишневогорск-Касли-Маук.

Участок оз.Иткуль – перекресток дорог Вишневогорск-Касли-Маук можно охарактеризовать как ПП ЗКС (Кпр.=1,45, Кпк.=1,4, Кпер.=1,2; баллы – 2,68)

На перекрестке поворачиваем направо. До Маука – 10 км.

При необходимости эвакуации участника его можно отправить в сторону Касли, или всей группой поехать в том направлении. Ситуации могут быть разными – предугадать все невозможно. От Касли по асфальту до Кыштыма – 22 км.

В Мауке, сразу после въезда - поворот налево на Кыштым, до которого 22 км, преимущественно грунтовыми дорогами. Изредка встречается разбитый асфальт.

Расчетное время прибытия в Кыштым - 12.30.

По сведениям, полученным от Сергея («Клюва») наиболее крупные продовольственные магазины – «Первый», на ул.Республики, 1, а также на ул.К.Либнехта.

В Кыштыме планируется закуп необходимых продуктов на 3 дня, а также покупной обед. Выезд с Кыштыма в 14.00 в сторону Слюдорудника.

Стандартный маршрут через Долгобродское вдхр. До Уфимки начинается за 1 км от Слюдорудника (в 14 км выезда с Кыштыма). И, как вариант прохождения он показан на карте. Однако, предлагаемый маршрут сворачивает с дороги на Слюдорудник на восьмом километре от Кыштыма. По спутниковым картам этот участок четко просматривается, по началу и концу участка можно предполагать что коэффициент покрытия будет в районе 1,6. Отведенное время на преодоление данного участка – 2,5 часа. Ближе к концу участка есть два карьера, возле одного из которых возможна ночевка, однако по плану ночевка в районе плотины через Долгобродское водохранилище. От выезда на водовод, до места ночевки – 14 км приличной грунтовки. Планируемое время прибытия на стоянку – 18.00.

За день – 85 км.

День четвертый.

Подъем в 6.00, выезд в 8.00.

От места ночевки до выезда к Уфимке – 18 км. Местность среднепересеченная, грейдер.

Участок Свороток с дороги Кыштым-Слюдорудник – Уфимка можно охарактеризовать как ПП 3КС (Кпр.=1,45, Кпк.=1,4, Кпер.=1,2; баллы – 2,68)

В Уфимке основной маршрут идет влево (указатель на Тахту), направо – 30 км до Верхнего Уфалея. Это и аварийный выход, и возможность изменить маршрут, с выходом на водовод Нязепетровское вдхр.-р.Западная Чусовая со стороны В.Уфалея.

По рекомендуемому маршруту после переезда через мост на р.Уфа на десятом километре поворачиваем направо, не доезжая нескольких км до д.Тахта. От поворота до д.Ситцева еще 12 км. Примерно на половине этого отрезка асфальт сменяется грунтовкой, но после Ситцева мы снова на асфальте. От Ситцева до въезда в Нязепетровск – 30 км. В центре Нязепетровска – покупной обед и закуп продуктов до Полевского (маршрут 3КС. Для маршрута 4КС следующий закуп — в Верхних Серьгах).

После Нязепетровска едем в сторону В.Уфалея и встаем на ночевку на берегу Нязепетровского вдхр.

Планируемое время прибытия на ночевку – 16.30.

За день – 86 км.

До этого маршруты 3 и 4 КС совпадают.

Далее сначала описываю продолжение маршрута 3КС.

День пятый.

Подъем в 6.00, выезд в 8.00.

На 11-м км дороги от Нязепетровского вдхр. Свороток влево на водовод. Хотя местность по методике и описывается как среднепересеченная, но 12 подъемов более 50 м на 25 км – мало не покажется. Покрытие – грунтовка 1,3...1,6 (сухая, каменистая, к концу водовода чуть влажная. В конце водовода – исток реки Западная Чусовая. Можно набрать воды, перекусить. Поворот направо и через 12 км мы в Кладовке.

Участок по водоводу характеризуется как ПП 2КС (Кпр.=1,36, Кпк.=1,3, Кпер.=1,2; баллы – 2,33)

В 2010 году д.Кладовка мне не понравилась - народ праздновал 9-е Мая. Поэтому по-быстрому проезжаем деревню в направлении Полдней, до которой еще 10 км. В Полдней покупной перекус и 20 км до Полевского. Там закуп продуктов и уход на деревню Зюзелка, которую оставляем справа, не заезжая, поднимаемся в горку мимо г.Азов и после спуска смотрим вправо в поисках места ночевки. В прямой видимости с дороги есть столик со скамейками. Рядом – приток р.Полевая.

Расчетное время прибытия на место ночевки – 17.00.

За день – 89 км.

День шестой.

Подъем в 6.00, выезд в 8.00.

Первые 5 км – асфальт, потом резко начинаются «говны».

От места ночевки до поворота дороги на север – 10,5 км. Дальше дорога будет незначительно лучше до выезда из Б.Лавровки. От нее, до Краснояра – 18 км разбитой грунтовки (Кпк.=1,6). От Краснояра до Мариинска – 5 км асфальта, и снова грунтовка – 20 км до Дегтярска, где перекус, при необходимости – закуп продуктов.

Участок Зюзелский – Б.Лавровка – Краснояр характеризуется как ПП 3КС (Кпр.=1,35, Кпк.=1,4, Кпер.=1,2; баллы – 2,5)

Участок Мариинск - Дегтярск характеризуется как ПП 2КС (Кпр.=1,2, Кпк.=1,45, Кпер.=1,2; баллы – 2,5)

В Дегтярске движемся в направлении Кунгурово, через 4 км после выезда из города – кордон и грунтовая дорога влево. Через 6 км грунтовки – справа родник, а влево – сады и поворот на В.Макарово.

Дорога от садов (на карте д.Чусовая) до в.Макарово ведет сначала через лес, потом по заболоченным лугам. Дорога петляет, желательно чтобы в группе был участник проходившей этот участок.

В районе В.Макарово последняя ночевка. Где она будет: до деревни или после нее – выбор группы.

В В.Макарово группе придется переходить р.Чусовую в брод. Ширина брода – 20 метров, глубина до метра, течение умеренное. Существует возможность переправиться по остаткам моста, но брод более безопасен и требует меньше сил и времени.

Расчетное время прибытия к В.Макарово – 17.00

За день – 76 км.

День седьмой.

Подъем в 6.00, выезд в 8.00.

Завершение похода. В.Макарово – Екатеринбург. До центра города – 30 км.

Прошу обратить особенное внимание на движение внутри города! В конце похода участники уставшие, предпочтительней передвигаться по тротуарам, не мешая при этом пешеходам, или по второстепенным улицам без интенсивного движения.

Помните: маршрут заканчивается только тогда, когда вы закрыли за собой дверь своего дома.

За день – 30 км.

Всего за поход – 501 км.

О продолжительности похода.

Номинальная продолжительность похода 3КС – 10 дней.

Рекомендуемый график движения сделан на 7 дней. Но! В этом графике специально не выделены ни дневки, ни возможные полудневки, радиальные выходы, ни вынужденные остановки на поломки или ненастную погоду. Мы просто имеем ввиду, что у нас есть три запасных дня на всё это.

Маршрут 4КС.

День пятый.

Подъем в 6.00, выезд в 8.00.

От Нязепетровского водохранилища уходим на север в направлении деревни Кенчурка. от места стоянки до Кенчурки – 30 км. Несколько небольших бродов. Характеристика дороги – «зарастающая лесовозная». Планируемое время прибытия в Кенчурку – 15.00. Обед не делаем, идем на перекусах. От Кенчурки, до Б.Лавровки еще 25 км лесовозных дорог. Расчетное время прибытия на место ночевки – 21.00.

Скажу сразу: в этот день будет много велосипедов. Но иначе пройти препятствие 4КТ на Урале невозможно: получить больше 3,8 баллов за ПП можно только за счет большого значения Кпр., а «бездорожье на грани проезжаемости», извините, не асфальт.

Участок Нязепетровское вдхр. – Кенчурка – Б.Лавровка - Краснояр характеризуется как ПП 4КС (Кпр.=1,75, Кпк.=1,8, Кпер.=1,2; баллы – 4,16)

За день – 56 км.

День шестой.

Подъем в 6.00, выезд в 8.00.

Не смотря на вчерашний тяжелый день – не расслабляемся – сегодняшний будет не легче. Сначала 25 км до Мариинска (остановка на перекус), который проезжаем в направлении Ревды, и сворачиваем по лесовозке, идущей мимо Шунута, Старика камня на Ревдель В сам Ревдель не заезжаем - он остается в двух километрах южнее.

От своротка до Ревделя – 38 км. Лесовозки, чуть более в хорошем состоянии, чем вчера. У Платоницы – обед.

За день – 63 км.

День седьмой.

Подъем в 6.00, выезд в 8.00.

От Ревделя 20 км лесовозных дорог на север до В.Серг. Предположительный коэффициент покрытия в мае – 1,6...2,0. В В.Сергах – покупной обед, докуп продуктов и дальше 20 км по ЛЭП с выходом на дорогу Ревда-Мариинск у р.Дальняя Шумиха. Предполагаемое время выхода на асфальт – 19.00. Далее 5 км до Мариинска, где встаем на ночевку на берегу Новомариинского пруда.

Круг Мариинск – Ревдель – В.Серги – р.Дальняя Шумиха характеризуется как ПП 4КС (Кпр.=1,8, Кпк.=1,8, Кпер.=1,2; баллы – 4,28)

За день – 50 км.

День восьмой.

Подъем в 6.00, выезд в 8.00.

Мариинск – Дегтярск – В.Макарово – Екатеринбург.

Описание участка в маршруте 3КС.

За день – 70 км.

Всего за поход – 545 км.

О продолжительности похода.

Номинальная продолжительность похода 4КС – 13 дней.

Номинальная длина маршрута 4КС – 600 км.

График движения рассчитан на 8 ходовых дней. Майские каникулы у большинства – до 10 дней. Запас – 2 дня на непогоду и прочее.

Уменьшение номинальной продолжительности похода и длины маршрута – в рамках предусмотренных «Методикой категорирования».

Приложения:

1. Карта маршрутов 3 и 4 КС (масштаб 1:200 000)
2. График движения по маршруту 3КС
3. График движения по маршруту 4КС
4. Расчет баллов отдельных участков маршрутов 3 и 4 КС
5. Рекомендуемая одежда и снаряжение
6. Рекомендуемый рацион питания.
7. Скомпилированные треки (отдельные файлы) для загрузки в GPS-навигатор Garmin (маршрут 3КС и отдельно участки: Нязепетровск – Б.Лавровка, Мариинск - Ревдель - В.Серьги - Мариинск). Количество точек в треках менее одной точки на километр маршрута, что не позволяет разместить их на сайте gpsics.com, но позволяет загрузить практически в любой навигатор - количество точек в каждом из трек треков - менее 300.

Карта предлагаемых маршрутов в рамках специализированного семинара по велотуристической подготовке (масштаб 1:200 000)

- Основная нитка (маршрут ЗКС). График движения будет рассчитан по ходу часовой стрелки
- Варианты изменения маршрута, не влияющие на категорию
- Участки усложняющие основной маршрут до 4КС (1. замена прохождения участка Нязепетровск-Кладовка-Полевской-Б.Лавровка на Нязепетровск - Кенчурка - Б.Лавровка. 2. кольцо вокруг массива г.Шунут)
- планируемые места ночевок по маршруту ЗКС
- планируемые места ночевок по маршруту 4КС
- возможные места ночевок
- родник у массива Шихан. находится в 1,5 км к югу от наивысшей точки массива
- возможные места покупки продуктов, перекусов в магазинах
- продолжительные зоны отсутствия сотовой связи

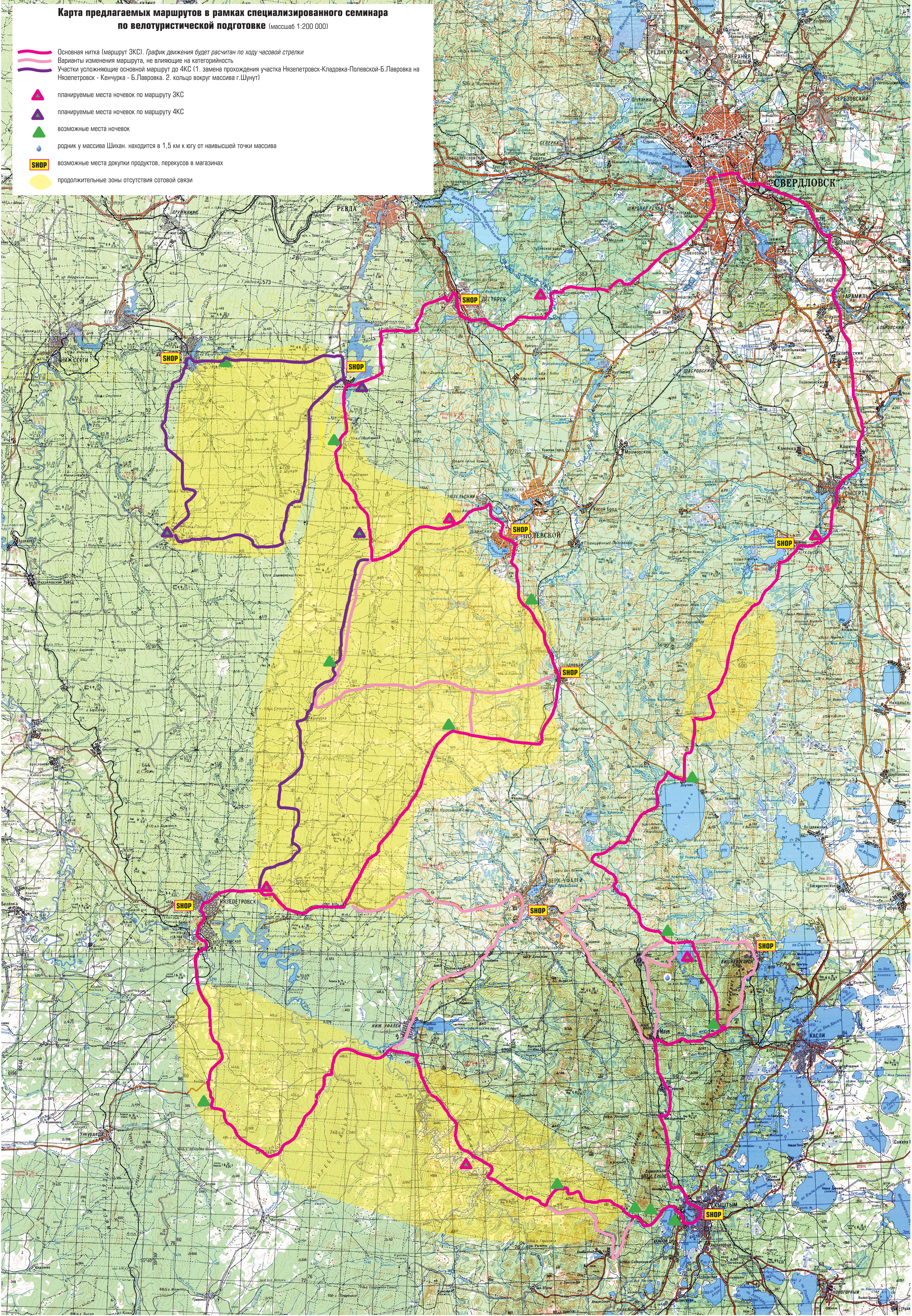


График движения по маршруту ЗКС специализированного семинара по велотуристической подготовке 2012 год

Расчет проводился в расчете на участников, прошедших походы 2КС, на основе приведенных ими отчетов за эти походы 2011 года, собственного опыта похода ЗКС по этому маршруту в 2010 году, а также ряда ПВД в по отдельным участкам маршрута

День/ населенный пункт	км	предполагаемая характеристика грунта	средняя скорость	время движения	время брутто	время суток
1 день / 27 апреля, пятница						
старт. Центр города	0					13:00:00
пруд Сысертский	57	асфальт	20	3:00:00	3:30:00	16:30:00
ночевка	57			3:00:00	3:30:00	
2 день / 28 апреля, суббота						
пруд Сысертский	0	0	0	0:00:00	0:00:00	8:00:00
оз.Иткуль (перед подъемом на Сельки)	46	асф., влажные лесные дороги, грунтовка	8	5:00:00	6:00:00	14:00:00
обед	0		0	0:00:00	1:30:00	15:30:00
оз.Аракуль	32	асф., влажные лесные дороги, грунтовка	11	3:00:00	3:30:00	19:00:00
ночевка	78			8:00:00	11:00:00	
3 день / 29 апреля, воскресенье						
оз.Аракуль	0	0	0	0:00:00	0:00:00	8:00:00
Маук	21	асф., влажные лесные дороги, грунтовка	10	2:00:00	2:30:00	10:30:00
Кыштым	24	грунтовка, асфальт	18	1:30:00	2:00:00	12:30:00
закуп продуктов, обед	0		0	0:00:00	1:30:00	14:00:00
карьер	26	асф., влажные лесные дороги	10	2:30:00	3:00:00	17:00:00
Долгобродское вдхр.	14	грунтовка	15	1:00:00	1:00:00	18:00:00
ночевка	85			7:00:00	10:00:00	
4 день / 30 апреля, понедельник						
Долгобродское вдхр.	0		0	0:00:00	0:00:00	8:00:00
Уфимка	18	грунтовка	12	1:30:00	1:30:00	9:30:00
Нязепетровск	60	асфальт, грейдер	16	4:00:00	5:00:00	14:30:00
закуп продуктов, обед	0		0	0:00:00	1:30:00	16:00:00
Нязепетровское вдхр.	8	асфальт	15	0:30:00	0:30:00	16:30:00
ночевка	86			6:00:00	8:30:00	
5 день / 1 мая, вторник						
Нязепетровское вдхр.						8:00:00
Кладовка	47	асфальт, грунтовка	12	4:00:00	5:00:00	13:00:00
полдневая	10	асфальт	18	0:40:00	0:40:00	13:40:00
перекус	0		0	0:00:00	0:40:00	14:20:00
Полевской	20	асфальт	18	1:20:00	1:20:00	15:40:00
закуп продуктов	0		0	0:00:00	0:40:00	16:20:00
приток р.Полевой	12	асфальт	15	0:40:00	0:40:00	17:00:00
ночевка	89			6:40:00	9:00:00	
6 день / 2 мая, среда						
приток р.Полевой	0		0	0:00:00	0:00:00	8:00:00
Б.Лавровка	11	асфальт, лесовозка	8	1:30:00	1:30:00	9:30:00
Мариинск	25	асф., влажные лесные дороги, грунтовка	12	2:00:00	2:30:00	12:00:00
Дегтярск	20	полевая дорога	12	1:30:00	2:00:00	14:00:00
перекус	0		0	0:00:00	1:00:00	15:00:00
В.Макарово	20	асф., влажные лесные дороги, грунтовка	10	2:00:00	2:00:00	17:00:00
ночевка	76			7:00:00	9:00:00	
7 день / 3 мая, четверг						
В.Макарово	0	0	0	0:00:00	0:00:00	8:00:00
Екатеринбург. Финиш	30	асфальт, лесовозка	12	2:30:00	3:00:00	11:00:00
ночевка	30			2:30:00	3:00:00	
всего	501					

График движения предполагает 3,5 запасных дня

График движения по маршруту 4КС специализированного семинара по велотуристической подготовке 2012 год

Расчет проводился в расчете на участников, прошедших походы 2КС, на основе приведенных ими отчетов за эти походы 2011 года, собственного опыта похода 3КС по этому маршруту в 2010 году, а также ряда ПВД в по отдельных участкам маршрута

День/ населенный пункт	км	предполагаемая характеристика грунта	средняя скорость	время движения	время брутто	время суток
1 день / 27 апреля, пятница						
старт. Центр города	0					13:00:00
пруд Сысертский	57	асфальт	20	3:00:00	3:30:00	16:30:00
ночевка	57			3:00:00	3:30:00	
2 день / 28 апреля, суббота						
пруд Сысертский	0	0	0	0:00:00	0:00:00	8:00:00
оз.Иткуль (перед подъемом на Сельки)	46	асф., влажные лесные дороги, грунтовка	8	5:00:00	6:00:00	14:00:00
обед	0		0	0:00:00	1:30:00	15:30:00
оз.Аракуль	32	асф., влажные лесные дороги, грунтовка	11	3:00:00	3:30:00	19:00:00
ночевка	78			8:00:00	11:00:00	
3 день / 29 апреля, воскресенье						
оз.Аракуль	0	0	0	0:00:00	0:00:00	8:00:00
Маук	21	асф., влажные лесные дороги, грунтовка	10	2:00:00	2:30:00	10:30:00
Кыштым	24	грунтовка, асфальт	18	1:30:00	2:00:00	12:30:00
закуп продуктов, обед	0		0	0:00:00	1:30:00	14:00:00
карьер	26	асф., влажные лесные дороги	10	2:30:00	3:00:00	17:00:00
Долгобродское вдхр.	14	грунтовка	15	1:00:00	1:00:00	18:00:00
ночевка	85			7:00:00	10:00:00	
4 день / 30 апреля, понедельник						
Долгобродское вдхр.	0		0	0:00:00	0:00:00	8:00:00
Уфимка	18	грунтовка	12	1:30:00	1:30:00	9:30:00
Нязепетровск	60	асфальт, грейдер	16	4:00:00	5:00:00	14:30:00
закуп продуктов, обед	0		0	0:00:00	1:30:00	16:00:00
Нязепетровское вдхр.	8	асфальт	15	0:30:00	0:30:00	16:30:00
ночевка	86			6:00:00	8:30:00	
5 день / 1 мая, вторник						
Нязепетровское вдхр.						8:00:00
Кенчурка	30	лесовозки	5	6:00:00	7:00:00	15:00:00
р.Разбойничья (Б.Лавровка)	26	лесовозки	5	5:00:00	6:00:00	21:00:00
ночевка	56			11:00:00	13:00:00	
6 день / 2 мая, среда						
р.Разбойничья (Б.Лавровка)	0		0	0:00:00	0:00:00	8:00:00
Мариинск	25	асф., влажные лесные дороги, грунтовка	12	2:00:00	2:00:00	10:00:00
Ревдель	38	лесовозки	5	8:00:00	10:00:00	20:00:00
ночевка	63			10:00:00	12:00:00	
7 день / 3 мая, четверг						
Ревдель	0		0	0:00:00	0:00:00	8:00:00
В.Серьги	30	лесовозки	5	6:00:00	8:00:00	16:00:00
перекус			0	0:00:00	0:30:00	16:30:00
Мариинск	25	асф., лесовозки	7	3:30:00	4:30:00	21:00:00
ночевка	55			9:30:00	13:00:00	
8 день / 4 мая, пятница						
Мариинск	0		0	0:00:00	0:00:00	8:00:00
Дегтярск	20	полевая дорога	12	1:30:00	1:30:00	9:30:00
перекус	0		0	0:00:00	0:30:00	10:00:00
В.Макарово	20	асф., влажные лесные дороги, грунтовка	10	2:00:00	2:00:00	12:00:00
Екатеринбург. Финиш	30	асфальт, лесовозка	12	2:30:00	3:00:00	17:00:00
ночевка	70			6:00:00	7:00:00	
всего	550					

График движения предполагает 2,5 запасных дня

Техническое описание участков по предлагаемому маршруту в рамках специализированного семинара. Екатеринбург, 2012 год

участок	протяжен- ность		ожидаемое покрытие в мае		пересечен- ность, баллы	сез.-геогр. Пок.	баллы за РП	КТ РП
	км	баллы	тип	баллы				
Екатеринбург-В.Сысерть	65	1,65	асфальт	0,8	1	1,1	1,45	1
В.Сысерть-оз.Сысертское	25	1,25	влажная лесная дорога	1,6	1,2	1,1	2,64	3
оз.Сысертское - Иткуль (начала подъема на В.Уфалей)	15	1,15	грунтовка, асфальт	1	0,8	1,1	1,01	н/к
Иткуль - Маук (через В.Уфалей)	46	1,46	асфальт, грейдер	0,9	1,2	1,1	1,73	2
Иткуль - Маук (через Аракуль - Виншевогорск)*	60	1,4	асфальт, грейдер, лесовозка	1,3	1,2	1,1	2,40	3
Иткуль - Маук (через Вишневые горы)*	52	1,45	асфальт, грейдер, лесовозка	1,4	1,2	1,1	2,68	3
Иткуль - Маук (через Силач)	42	1,42	асфальт, грейдер, лесовозка	1,4	1,4	1,1	3,06	3
Маук - Кыштым	22	1,22	грунтовка, асфальт	1	1,4	1,1	1,88	2
Кыштым - Уфимка (стандартно по водоводу)*	60	1,47	грунтовка	1,15	1,2	1,1	2,23	2
Кыштым - Уфимка (нестандартно по водоводу)*	60	1,45	грунтовка, лесовозка	1,4	1,2	1,1	2,68	3
Уфимка - Нязепетровское вдхр.	70	1,7	асфальт, грейдер	0,83	1,2	1,1	1,86	2
Нязепетровское вдхр. - Кладовка*	48	1,36	асфальт, грунтовка	1,3	1,2	1,1	2,33	2
Кладовка - Зюзелский	35	1,35	асфальт	0,8	1,2	1,1	1,43	1
Зюзелский - Б.Лавровка - Мариинск*	40	1,35	асфальт, грейдер, лесовозка	1,4	1,2	1,1	2,49	3
Нязепетровское вдхр. - Кенчурка - Б.Лавровка - Мариинск*	80	1,75	лесовозка	1,8	1,2	1,1	4,16	4
Мариинск - Ревдель - В.Серги - ЛЭП - Мариинск*	90	1,8	лесовозка	1,8	1,2	1,1	4,28	4
Мариинск - Дегтярск	20	1,2	грунтовка	1,45	1,2	1,1	2,30	2
Дегтярск - Вязовка	10	1,1	асфальт	0,8	1	1,1	0,97	н/к
Вязовка - В.Макарово	10	1,1	грунтовка, лесная дорога	1,45	1,2	1,1	2,11	2
В.Макарово - Шиловский - танковая дорога - Екатеринбург*	30	1,08	лесовозка	1,6	1,2	1,1	2,28	2

* - не весь обозначенный участок идет в зачет ПП

Изменение маршрута для похода 4КС

Варианты прохождения

Километраж по походу 3КС	500
Километраж по походу 4КС	569

Протяженных препятствий по маршруту 3КС

1КТ - 2	
2КТ - 6-7	
3КТ - 2-3	
Минимальная сумма в зачет по маршруту 3КС	24,74
предполагаемая интенсивность (из расчета 10 дней)	1,2
автономность	1
Всего баллов	29,68

Протяженных препятствий по маршруту 4КС

1КТ - 1	
2КТ - 6	
3КТ - 3	
4КТ - 4	
Минимальная сумма в зачет по маршруту 4КС	21,43
предполагаемая интенсивность (из расчета 10 дней)	1,46
автономность	1
Всего баллов	31,29

**Рекомендуемый снаряжение в походах 3-4 КС, в рамках
специализированного семинара по велотуристической подготовке,
Екатеринбург, 2012 год**

Личный набор снаряжения для похода

Спальный мешок (температура экстрима минус 10°C), 1130 г

Надувной или пеноуритановый коврик

Одежда:

2 поларки,

2 веломайки с длинным рукавом,

2 велотрусов

3 пары тонких носок

2 пары теплых носок

1 термоштаны

1 длинные велоштаны

1 мембранные штаны

1 неопреновые носки

1 х/б футболка

1 шерстяная шапочка

1 легкая шапочка

1 пара хозяйственных перчаток

1 пары велоперчаток

1 пара перчаток из полара

1 курточка из виндблока (софтшейл, виндстопер)

1 мембранная курточка

1 кошелек на шею для документов

1 контактные туфли

1 пара калош

1 налобный фонарик

1 каска

3 одноразовых накидки от дождя

1 налобный фонарик

КЛМН, зубная паста и щетка, салфетки.

Общий вес личных вещей – до 8 кг.

Личный ремнабор:

2 запасные камеры, заплатки, клей.

1 набор шестигранников

1 ножик

Запасные батарейки

Зажигалка

Спички в водозащитной упаковке

Общественное снаряжение:

Палатки из расчета 1,5 кг на человеко-место.

Общественный ремнабор

Аптечка

Ререленты от насекомых

Газовое оборудование

Газовые баллоны из расчета 60 грамм на один прием пищи для трех участников.

Котлы из расчета 500 мл на порцию и 600 мл на чай

Легкий топорик

Цепная пила.

Тент 3х3 м

Укрытие для велосипедов

Тросик с замком для велосипедов

ГПС-навигаторы и батарейки и ним

Рации и аккумуляторы к ним.

Запасные покрышки из расчета 1 покрышка на трех участников.

**Рекомендуемый рацион питания в походах 3-4 КС, в рамках
специализированного семинара
по велотуристической подготовке, Екатеринбург, 2012 год**

Так как маршруты каждые три дня проходят через крупные населенные пункты, целесообразно покупать продукты в таких пунктах, имея в виду запас продуктов на лишний день.

Рекомендуемое минимальное меню:

Завтрак.

Гречневая каша с тушенкой из расчета 75 г крупы и 170 г тушенки на порцию

Чай, сахар – 2 г / 45 г

Хлеб – 150 г

Итого: 450 г

Обед.

Каши, супы, пюре быстрого приготовления из расчета 75 г порция, дополнительно колбаса, мясо, тушенка из расчета 100 г порция

Чай, сахар – 2 г / 45 г

Хлеб – 100 г

Итого: 320 г

Ужин.

Рис с тушенкой из расчета 75 г крупы и 170 г тушенки на порцию

Чай, сахар – 2 г / 45 г

Хлеб – 140 г

Итого: 450 г

Всего на день – 1220 грамм.

На 4 дня – 4 кг 880 грамм.

Увеличим этот вес до 5 кг за счет соли и приправ.

В указанное меню не входят личные перекусы во время движения и остановок.

Рекомендуется использовать в качестве перекусов специализированные батончики, гели, а также смеси сухофруктов с орехами, шоколад.

Общий вес перекусов, если брать на весь поход – 1200 грамм

**Пример учета продуктов питания и докупа их в населенных пунктах на
группу из четырех человек**

(апрельский поход IV КС 2011 года по Башкирии, рук. Бучельников)

пункты	дней	готовок	кафе	обеды	сахар	хлеб	тушенка	гречка	водка	колбаса	каша, пюре	чай, соль	общий вес еды	на чел.
с собой					1,5	4	8	2,5	1	0,5	2	0,3	14,6	3,6
Кувандык	0	0	0	0	0	0	0							
Бурзян	3	4	3	1(0)	1	2	4		0,5				9,5	2,4
Белорецк	1	2	1	0	1	4	6	2	1	0,5			13	3,25
Златоуст	3,5	6	1	2	1	2	4		0,5				9,5	2,4
Нязепетровск	1	3	0	1	1	3	4	1	1				8	2
Ревда	1,5	2	0	1	0	0	0	0	0					