

## Общая памятка

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

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

После ознакомления и прослушивания лекции турист обязан сделать запись в "**Журнале Инструктажа**", что согласен с предлагаемыми условиями проведения маршрута. Все спорные моменты должны решаться до выхода на маршрут. Нитка маршрута всегда остается неизменной, (запасной вариант используется только при плохих погодных условиях или аварийных ситуациях).

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

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

При получении туристского снаряжения, турист обязан сделать его осмотр и соответствующую запись в журнале инструктажа (о получении). Все спорные вопросы решаются на месте до выхода на маршрут. Во время прохождения маршрута турист несет ответственность за полученное снаряжение до сдачи его гиду-проводнику.

## ПАМЯТКА безопасности на горном и пешеходном турах.

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

- По леднику двигаться след в след за гидом-проводником и не подходить к краю трещин; без разрешения гида-проводника не выстегиваться из связки;
  - Не лазать по крутому льду без "кошек" и страховки;
  - При движении по лесу не отклонять ветки деревьев на величину, представляющую угрозу для идущего следом. Если это произошло, то предупредить идущего сзади.
3. На маршруте запрещается:
- На снегу и леднике снимать солнцезащитные очки, даже в плохую погоду;
  - Купаться в горных реках и озерах;
  - Покидать лагерь без разрешения гида-проводника на сложном рельефе, даже в пределах видимости;
  - Лазать по склонам без гида-проводника;
  - Использовать для разведения костра быстро воспламеняющиеся вещества;
  - Разводить костры в необорудованных местах;
  - Употреблять в пищу незнакомые грибы, ягоды, травы и некачественные или случайно приобретенные у местных жителей продукты питания;
  - Употреблять во время движения спиртные напитки;
  - Рубка, ломка растущих деревьев и кустарника, разбрасывание мусора, фантиков от конфет и других оберточных предметов; необходимо нести их с собой до сжигания в костре.
4. Гиду-проводнику предоставляется право:
- Прекращать движение, изменять маршрут на запасной, возвращаться в основные и запасные базы или в ближайшие населенные пункты при резком ухудшении погоды, во время стихийных бедствий и чрезвычайных ситуаций и при других обстоятельствах, делающих дальнейшее продвижение по маршруту опасным. При этом действия гида-проводника не обсуждаются и претензии по ним не удовлетворяются.*
5. Турист должен знать, что горный (пешеходный) спортивный маршрут имеет факторы риска и реальную угрозу здоровью и жизни человека, находящегося в условиях горной природной среды. В горах возможны повышенные или пониженные температуры, с резкими их перепадами и перепадами барометрического давления, грозы, камнепады, обвалы льда, лавины и селевые потоки.
6. Горы воздействуют на туристов ультрафиолетовым излучением, от которого на снегу и леднике нужно защищать не только глаза, но и открытые части тела. Их стоит покрывать защитным кремом или применять марлевые маски. На привалах не злоупотреблять солнечными ваннами.

## **ПАМЯТКА по безопасности на водном туре.**

1. На средствах сплава находиться только в застегнутых на пряжки спасательных жилетах. Особое внимание обращать на застегивание нижних (паховых) ремней. Снимать спас жилет на средстве сплава, находящимся на воде категорически ЗАПРЕЩЕНО.
2. На всех участках реки иметь надежное зацепление с судном. При коленной посадке -в ремнях, при обычной посадке в стременах или за выступающие части рамы, на рафте в специальной донной обвязке. В больших валах использовать дополнительную опору одной или двумя руками, не выпуская при этом весла. В рафте можно лечь на дно и держаться за донный леер.
3. При выпадении за борт весло не бросать, принять меры по удержанию за средство сплава (есть специальные леера). Если не удастся приблизиться к средству сплава, то спокойно плыть в его направлении, используя для гребли весло. Спас жилет обеспечивает нахождение вашей головы над поверхностью воды, однако в больших волнах, сливах и бочках возможно захлестывание водой. Не паникуйте, перед опрокидывающем гребнем

волны вдохните воздух и задержите дыхание. Человек может задерживать дыхание не менее чем на 15 сек., этого времени достаточно для прохождения гребня волны. При движении в сторону берега учитывайте смещение струи. Вас течением будет относить к середине реки. Используйте противотоки при подходе к берегу. Знайте, что человек в воде плавает быстрее, чем неуправляемое судно. При подходе к берегу оберегайтесь резких упоров в дно, во избежание заклинивания стопы или сильного удара.

4. При перевороте судна постарайтесь без потери весла удержаться за судно и, оказавшись под ним, перемещайтесь в одну из сторон, одновременно отталкиваясь и удерживаясь за судно. Вылезать на перевернутое судно лучше с кормы или носа, на рафт с бортов. Вылез сам - помогите товарищу.
5. В горной реке можно купаться под наблюдение гида-проводника, в спас жилете и месте с тихим течением или противотечением, место указывает гид-проводник.
6. При покидании кемпинга в свободное время сообщите гиду, куда вы направляетесь. Одному можно отлучаться на расстояние прямой видимости. Длительные выходы проводить не менее чем вдвоем, при этом необходимо исключить скалолазание. ЗАПРЕЩАЕТСЯ в вечернее и ночное время приближаться к береговым скалам. Если вы заблудились во время радиального выхода, двигайтесь вниз по ущелью или распадку, который приведет к реке, дальше вдоль реки в сторону кемпинга.
7. Костры разжигать только в специально отведенных для этого гидом местах, на старых костровищах. При уходе с кемпинга очистить площадку от мусора и залить угли водой.
8. При пользовании походной баней ноги должны быть защищены обувью. Держаться на расстоянии от каменки, выбирать устойчивые положения.
9. При посещении населенных пунктов находиться в одежде, не шокирующей местных жителей.
10. Не оставлять без присмотра средства сплава, весла, рюкзаки, личные вещи, особенно в посещаемых местными жителями местах.
11. При ночлегах в полевых условиях убирать все снаряжение под тенты палаток, связывать между собой и привязывать к палаткам, так как ТОО <Рахмановские ключи> не несет ответственности за сохранность личных вещей, документов, драгоценностей, не сданных под ответственное хранение гиду-проводнику. Особенно внимательным нужно быть в последний день путешествия.
12. Средства сплава должны быть подняты на берег и обязательно привязаны чальным концом. Они должны находиться в прямой видимости с лагерем.
13. Надежно привязывать все вещи к средствам сплава, особое внимание уделять герметизации драйбегов и привязке к средствам сплава.
14. Для сплава Вы должны иметь: не менее 2-х комплектов теплой одежды и обуви, куртку-защиту от дождя, солнца, не менее 4-х пар носков, чашку, ложку, кружку, нож, предметы личной гигиены, спички в гермоупаковке.
15. Выполнять распоряжения и команды гида-проводника.
16. Не употреблять спиртных напитков, находясь на средствах сплава или перед началом сплава.
17. Знать, что любой туристический маршрут представляет собой реальную угрозу здоровью и жизни человека, находящегося в условиях природной среды.

## **ПАМЯТКА**

### **по безопасности на конном туре.**

1. Участники конного маршрута должны соблюдать следующие правила:
  - убирать и тщательно очищать места стоянок от мусора. Фантики, обертки, бумагу вести с собой и сжигать в местах ночлегов.
  - металлические банки обжигать в костре, если они не сгораемы, то после обжига расплющить камнями и уложить на месте костровища.

- не употреблять в пищу незнакомые грибы, ягоды, травы и некачественные или случайно приобретенные у местных жителей продукты питания.
  - не употреблять во время движения по маршруту спиртные напитки.
  - не ездить на случайных лошадях, лодках, плотках.
  - не размещаться на ночлег в несогласованном гидом-проводником и специально не отведенном для этого месте.
  - не кататься на неоседланной лошади, заезжать под низко растущие ветви деревьев, бросать повод из рук, наматывать повод на руки, глубоко заводить ступни в стремяна.
2. Категорически запрещается рубка, ломка растущих деревьев, кустарника, отдельных зеленых веток, разбрасывать мусор в лесу.
  3. В движении и на остановках категорически запрещается хаотическое скопление лошадей, при необходимости сосредоточение всадников на остановке, колонна перестраивается в шеренгу.
  4. При движении по лесу не следует отводить лошадь от дерева, упираясь в него рукой. Необходимо следить за высотой ветвей, оберегая голову.
  5. Вьючную лошадь следует вести, либо держа ее повод в правой руке, либо привязанную за хвост подседельной. Запрещается при этом наматывать повод вьючной лошади на руку, захлестывать петлей, связывать с поводом подседельной и привязывать к лукам седла.
  6. При совершении лошадью движений по собственному побуждению - переходе на более резвый аллюр - необходимо спокойно, уверенно и энергично набрать повод и пресечь ее инициативу в самом начале. Позднее это сделать значительно труднее. Если лошадь вышла из подчинения необходимо стараться удержаться в седле и остановить ее, совершая движения по кругу. Руководитель похода (гид-проводник) обязан немедленно оказать помощь туристу, перехватить его лошадь.
  7. При переправе через реку необходимо освободить ноги из стремян, расстегнуть поясной ремень рюкзака. Не подгонять лошадь. Если лошадь поплыла, то необходимо спрыгнуть с нее в сторону течения и держаться за седло.
  8. Не оставлять привязанную лошадь пастись на ночь на крутом склоне.