

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь
Минское отделение ОО «РТСС»
Турклуб «ВОЛАТ» МЗКТ

Отчет
*о лыжном спортивном походе
второй категории сложности
по Кольскому полуострову
(Волчья Тундры),
совершенном группой туристов турклуба «ВОЛАТ»
в период с 24 февраля по 6 марта 2020 года.*

руководитель: Лёксин А.Г.
адрес: г.Минск,
ул.Стахановская, 25 кв.13.
тел.: 230 42 47
маршрутная книжка №1Л-20

Маршрутно-квалификационная комиссия рассмотрела отчет и считает, что поход может быть зачтен всем участникам и руководителю.
Маршрут имеет вторую категорию сложности.

Председатель МКК
Минского отделения ОО «РТСС»

Н.М.Петрович

Минск – 2020

*75-летию Победы
советского народа в
Великой Отечественной
войне
посвящается*



СОДЕРЖАНИЕ

I. Справочные сведения

1.1.	Проводящая организация	4
1.2.	Место проведения	4
1.3.	Параметры маршрута	4
1.4.	Подробная нитка маршрута	4
1.5.	Место нахождения отчета	4
1.6.	МКК, рассмотревшая отчет	4
1.7.	Список и фото участников группы	4

II. Планирование и прохождение маршрута

2.1.	Общая идея похода, тактико-техническое построение маршрута	6
2.2.	Аварийные выходы с маршрута	6
2.3.	Изменения маршрута и их причины	6
2.4.	График движения (фактический)	7
2.5.	Техническое описание прохождения группой маршрута	9
2.6.	Расчет категории сложности маршрута	46
2.7.	Итоги похода	46

Дополнительные сведения о походе:

2.8.	перечень специального и особенности общественного и личного снаряжения; памятка туристу- лыжнику, хребет Волчьей Тундры, история Мончегорска, лекция «лавины и действия в лавиноопасной местности»; природоохранный кодекс туриста; краткий сааморусский словарь	47
------	--	----

I. Справочные сведения.

1.1. Проводящая организация: Турклуб «ВОЛАТ» МЗКТ

1.2. Место проведения: Российская Федерация, Мурманская область, Кольский полуостров, Волчи Тундры.

1.3. Параметры маршрута:

Вид туризма	Категория сложности	Протяженность активной части похода, км	Продолжительность		Сроки проведения
			общая	ходовых дней	
лыжный	вторая	142	12	7	24.02.2020г.– 06.03.2020 г.

1.4. Подробная нитка маршрута:

г.Минск–г. Апатиты - г.Мончегорск – оз.Мончеозеро – о.Бол.Ярвинский – зимник – оз. Пагель – оз.Красная Ламбина – оз.Ребачье – оз.Верх.Волчье – оз.Ниж Волчье – оз.Окунево – оз.Рестацнени – р.Куцколь – оз.Лумболка – оз.Кашкозеро – оз.Сухая Ламбина -- оз.Мончеозеро – г.Мончегорск – оз.Лумболка – губа Мончегуба – оз.Большая Имандра – губа Витегуба – о.Коим – губа Мончегуба – оз.Лумболка – г.Мончегорск – г. Апатиты – г.Минск

1.5. Место нахождения отчёта.

Отчет хранится у руководителя группы Лёксина А.Г. Фотоматериалы имеются у участников и руководителя, а так - же приложены к отчету.

1.6. Поход рассмотрен: МКК Минского отделения ОО «РТСС»

1.7. Список и фото участников группы.

Ф.И.О.	Год рожд.	Опыт	Обязанности
Лёксин Александр Григорьевич	1948	МС, 5-Р; Пр.Урал	Руководитель
Дикусар Евгений Анатольевич	1958	МС, 5-Р, Пр.Урал	Зам.руководителя, фотограф
Зубкова Галина Павловна	1954	МС, 4-У Хибин	Завхоз
Тимошенко Валерий Николаевич	1954	4-У Хибин	Ремонтник
Карпушенко Александр Арсеньевич	1958	1-У Карпаты	Пом.ремонтника



Александр Лёксин



Евгений Дикусар



Галина Зубкова



Валерий Тимошенко



Александр Карпушенко

II Планирование и прохождение маршрута

2.1. Общая идея похода, тактико-техническое построение маршрута.

Первоначально группа ставила перед собой задачу пройти маршрут, соответствующий по протяженности и набору препятствий лыжному походу 3 к.с. Но когда группа сократилась до пяти, заявили в двойку.

Еще одной идеей был стратегически грамотно спланированный маршрут, а также тактически правильное прохождение его участков.. Тактика на участках была оптимальной и позволила безаварийно пройти интересный, насыщенный маршрут.

В тактике прохождения препятствий заранее планировались определенные ограничения, обусловленные ночевками в лесной зоне и вне ее (палатка типа «Полубочка», титановая печка с подставкой, приготовление пищи не только на костре (тросик +сетка), но и на газе (горелка + 4 баллона).

Планировалось уменьшить при необходимости протяженность маршрута (не более, чем на 25% по сравнению с указанной в табл.2 Правил), существенно увеличив на маршруте число ОП (определяющих препятствий) или ОФ (определяющих факторов).

2.2. Аварийные выходы с маршрута.

Аварийные выходы с маршрута возможны в следующие населенные пункты: г.Мончегорск, ст.Имандра, В конце февраля и в начале марта время выхода не превышает 2-х суток. Достаточно большое покрытие имеет мобильная связь. Могут помочь и местные рыбаки на снегоходах.

Было заранее запланировано несколько запасных вариантов суточного движения в зависимости от погодных условий, лавиноопасности, снежного покрова и т.д.

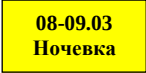
2.3. Изменения маршрута и их причины.

Волчи Тундры прошли без изменений за четыре дня. Днёвка в Мончегорске позволила отдохнуть, отремонтировать снаряжение, забрать «заброску», получить разрешение на ночёвку от хозяев двух зимовий на оз.Б.Имандра (до первой избы не дошли). Трёхдневный маршрут стал импровизацией и был согласован с МЧС.

2.4. График движения (фактический).

Дата	День пути	Участок маршрута	Метеоусловия	Способ передвижения	Км	Краткая характеристика пути
26.02	1	г.Мончегорск – оз.Мончеозеро-оз.Пагель-оз.Кр.Ламбина-оз.Верх.Волчье		На лыжах	24	По озёрам, зимнику, лесным дорогам с буранкой
27.02	2	Стоянка-оз.Верх.Волчье-оз.Ниж.Волчье	Облачно с солнцем	На лыжах	18	По лесным дорогам с буранкой, озерам.
28.02	3	Стоянка – оз.Рестацнени-р.Куцколь-оз.Кашкозеро оз.С.Ламбина-оз.Мончеозеро	Облачно с солнцем	На лыжах	25	По лесным дорогам с буранкой, озёрам.
29.02	4	Стоянка – оз.Мончеозеро-г.Мончегорск	Облачно с солнцем	На лыжах	17	По озеру.
1.03	5	Днёвка	Пасмурно			
2.03	6	г.Мончегорск- оз.Лумболка-губа Мончегуба-оз.Большая Имандра	Пасмурно	На лыжах	24	По лесным дорогам с буранкой, озёрам.
3.03	7	Стоянка-оз.Б.Имандра-о.Коим	Пасмурно	На лыжах	16	По озеру.
4.03	8	Стоянка-оз.Б.Имандра-губа Мончегуба-оз.Лумболка-г.Мончегорск-г.Апатиты	Пасмурно	На лыжах, авто	18	По озёрам, лесным дорогам с буранкой, городу.
5-6.03	9-10	г. Апатиты – г. Минск		жд		
			Итого: активным способом передвижения:		142	

Условные знаки и термины

-  – начало и окончание маршрута
-  – место и дата ночёвки
-  – место заброски
-  – линия движения

2.5. Техническое описание прохождения группой маршрута.

26.02.2020г. Карта 1.

Описание дневного перехода.

В Апатиты прибыли в 02.15 час. До этого доброжелательная соседка-пассажирка по своему телефону связалась с диспетчером фирмы, осуществляющей грузо-пассажирские перевозки. Договорились, что микроавтобус приедет за нами на жд вокзал к 6:00.

Перепаковались (продукты, общественное снаряжение, личные вещи).

Автобус прибыл вовремя, в Мончегорске были в 7:40. Зарегистрировались в МЧС. Принять на хранение два рюкзака с продуктами и снаряжением на вторую часть маршрута спасатели отказались. Привезший нас водитель по телефону договорился о хранении в своей квартире со своим местным товарищем, бывшим начальником пожарной части Мончегорска. Далее водитель любезно подвёз нас на берег оз.Мончеозеро к водозаборной станции (фото 1).

Наши денежные затраты: 3500 рос.руб. (2400 – услуги авто, 1100 – остальные услуги). Для нас весьма приемлемая цена.

В 10.10 начали движение по маршруту с минимумом снаряжения и продуктами на 5 дней (фото 2).

Предстояло дойти до оз.Верх. Волчье и встать на ночевку в избе, знакомой по походу 2011 года.

Погода отличная: небольшой попутный ветер, облачно с прояснениями, температура -9 - 10°С. Движемся в направлении к острову Бол.Ярвинский. Через полчаса привал – отдых и подгонка снаряжения. Слева по ходу красиво смотрится хребет Монче Тундры и далее хребет Волчьей Тундры с шестью именными вершинами. Справа вдалеке видны отвалы пустой породы филиала ОАО «КГМК». Лес по берегу очень редкий и низкий.

Идём по буранным следам и вешкам, делаем короткие перерывы на отдых (фото 3-11).

Заходим в пролив между левым берегом оз.Мончеозеро и островом Бол.Ярвинский. Зимник начинается строго напротив середины острова, который располагается по линии юг-север. По зимнику накатана буранка, вокруг сосновый лес (фото 12-18). Радует хорошая погода, у всех отличное настроение. Проходим оз.Пагель (фото 19-27). В оз.Красная Ламбина (фото 28) переходим через ур.Лесоуч.Пагель. Из северной части Кр.Ламбины в южную часть оз.Ребячье прошли так же по буранным следам (был неприятный волнистый подъём). Таким же образом из северной части Ребячьего вышли на берег оз.Верх.Волчье. 19.50. До избы на противоположном берегу 4 км. Погода начала портиться, стемнело. Организовали холодную ночёвку (фото 29). Ужин готовили на костре (тросик + сетка между деревьями).

Прошли 24км. Подустали, но физическое и морально-психологическое состояние группы отличное.



Фото 1. Приехали



Фото 2. Перекус у водозабора (27 км)



Фото 3. По оз.Мончеозеро



Фото 4.



Фото 5.



Фото 6.



Фото 7.



Фото 8.



Фото 9.



Фото 10.



Фото 11.



Фото 12. По зимнику



Фото 14.



Фото 15.

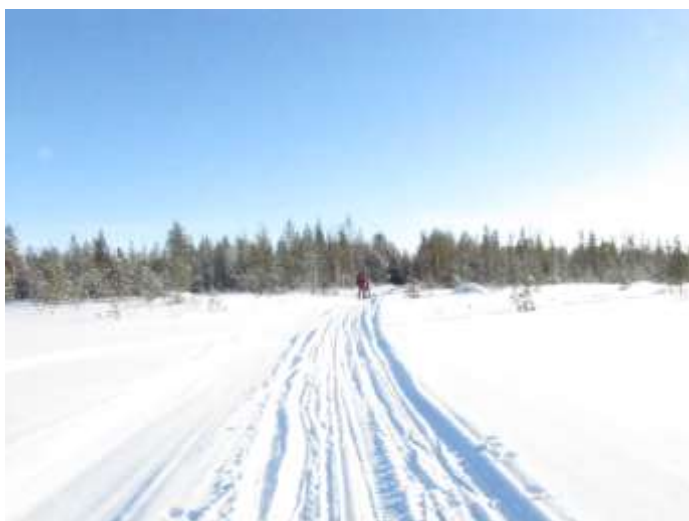


Фото 16. Малое озеро



Фото 17.

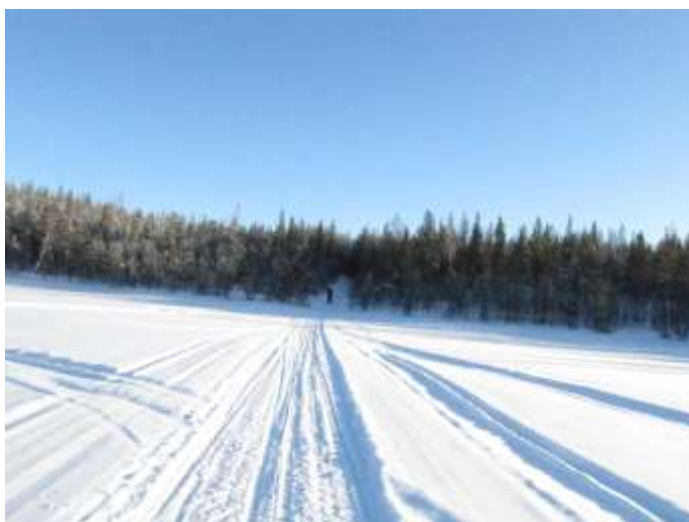


Фото 18. Конец зимника



Фото 19. По оз.Пагель



Фото 20.



Фото 22. Ремонт лыжи



Фото 23.



Фото 24.

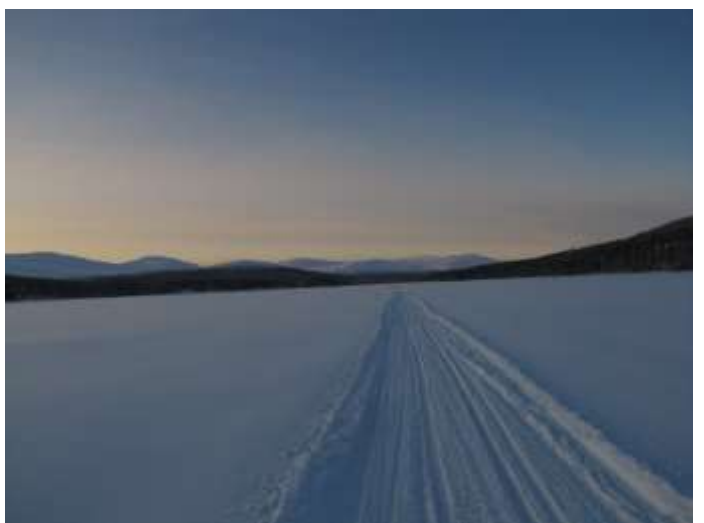


Фото 25.



Фото 26.

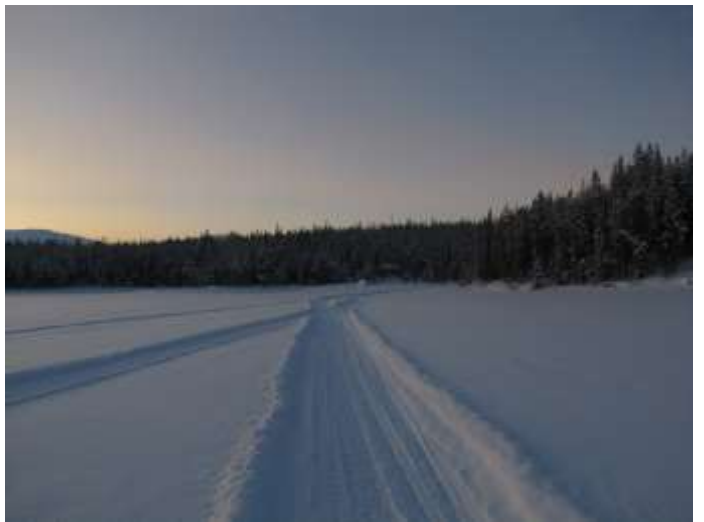


Фото 27.



Фото 28. По оз.Красная Ламбина



Фото 29. Холодная ночёвка в палатке

27.02.2020г. Карта 2.

Описание дневного перехода.

Подъем дежурного в 6-00, остальных в 6-30. Ещё темно. Погода облачная с прояснениями (фото 31,32). Поиск сухих дров, подготовка пяти термосов с чаем, ремонт крепления лыжи только в десять позволило выйти нам на маршрут (фото 30,33-35). По буранным следам прошли все оз.Верх.Волчье (фото 36-47) с заходом в залив для поиска избы, о которой рассказали нам вчера встреченные рыбаки. Избу не нашли. Останавливались на ремонт крепления лыжи. Перешеек между озерами Верх. и Ниж Волчье прошли по лесной дороге с буранными следами (фото 48-57). На перешейке сделали и перекус. Из-за очень глубокого снега и нехватки времени от восхождения на вершину г.Юкспор (956 м.) отказались. Пройдя полностью оз. Ниж.Волчье (фото 58-62) повернули направо в большой залив, далее уже пойдут озера Корежины. Встреченные нами час назад инспекторы рассказали о охотничьей избе на левом берегу залива, но они не знают о ее состоянии. Подойдя к ней, мы убедились, что она полностью разрушена (фото 63). Пройдя дальше метров 300, мы увидели шикарный новый дом (фото 64,66). Дверь без замка, внутри три кровати, лавка, стулья, новая печь, газовая плита с баллоном, освещение обеспечивает аккумулятор, посуда, одежда, обувь, топоры, лопаты. Решили ночевать, но учитывая пятницу и возможность приезда хозяев на выходные, поставили свою палатку. Поставили и протопили печь, заготовили дрова.

Прошли 18 км. Физическое и морально-психологическое состояние группы отличное.



Фото 30. Наша палатка



Фото 31-32. Вид на оз.Верх.Волчье

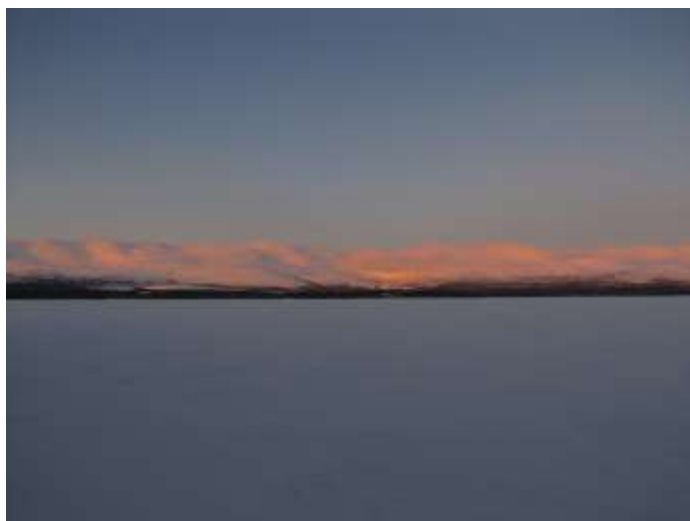


Фото 32.



Фото 33. Сборы



Фото 34-35. Готовим завтрак



Фото 35.



Фото 36-47. По оз.Верх.Волчье



Фото 37.

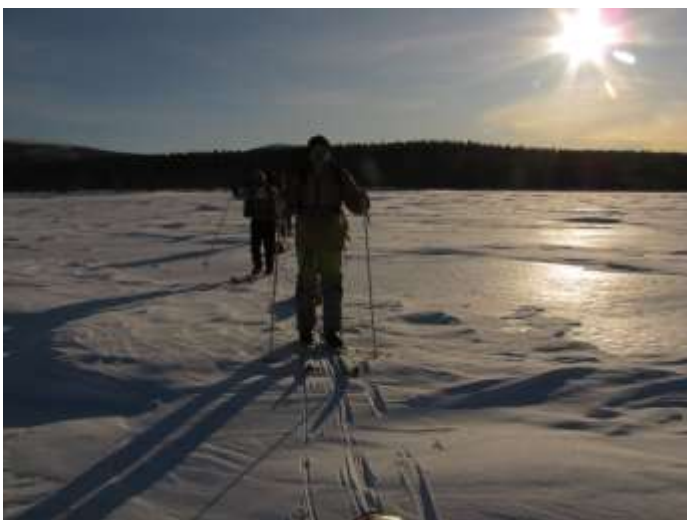


Фото 38.



Фото 39



Фото 40.



Фото 41.



Фото 42.



Фото 43



Фото 44.



Фото 45.



Фото 46.



Фото 47.



Фото 48-57. По перешейку. Озерцо



Фото 49. Открытая вода



Фото 50. Очередной ремонт



Фото 51. Валун



Фото 52.



Фото 53.



Фото 54. Открытая вода

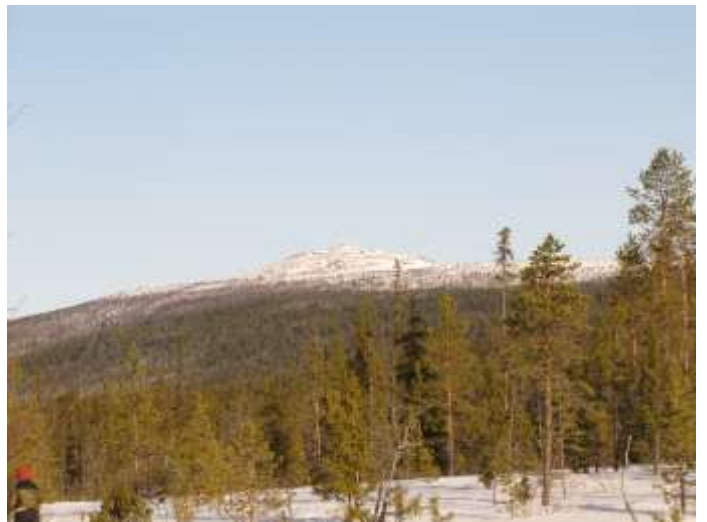


Фото 55.



Фото 56. Отдых



Фото 57. Очередной ремонт



Фото 58-62. По оз.Ниж.Волчье



Фото 59.



Фото 60.



Фото 61.



Фото 62.



Фото 63. Развалины избы



Фото 64. Супер-изба

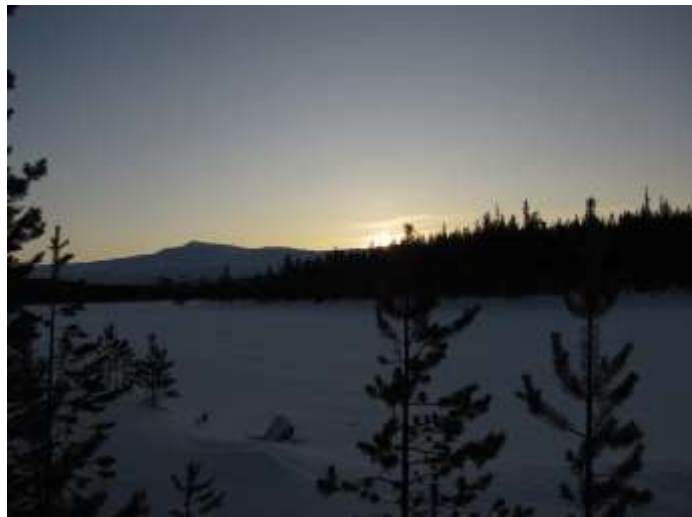
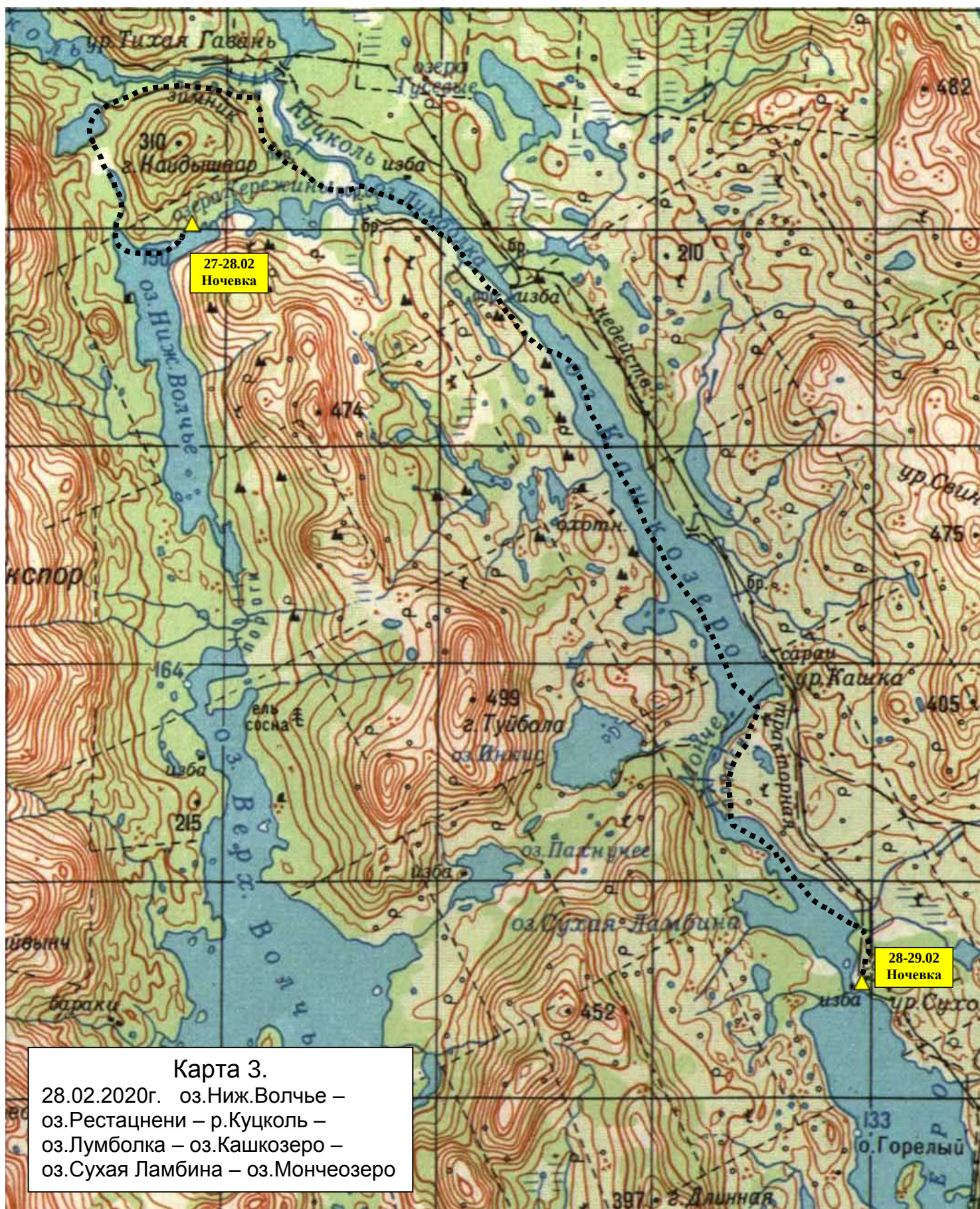


Фото 65. Вечерний пейзаж



Фото 66. Ужин



28.02.2020г. Карта 3.

Описание дневного перехода.

Подъем дежурного в 6.00, остальных в 6.30. Погода облачная с прояснениями. Вышли в 9.25. По буранным следам от избы прошли немного по оз.Ниж.Волчье (фото 68), повернули направо, далее по оз. Окунево, лесом до оз.Рестацнени, далее по озеру (фото 69), по лесной дороге вышли на р.Куцколь. (фото 70,71). По дороге с буранными следами (фото 72) вышли на оз.Лумболка (фото 74). Прошли оз.Кашкозеро (фото 75,76). По перешейку вышли на оз.Сухая Ламбина. Пройдя его, по перешейку (фото 77,78), вышли на начало оз.Мончеозеро (фото 79,82).

17.10. Прошли 25 км. Ночёвка. Ставим лагерь (фото 80,81). Сухостоя достаточно, дежури́м ночь, топя печку.

Физическое и морально-психологическое состояние группы отличное.



Фото 67. Утром минус 29°!



Фото 68. Вышли на буранку



Фото 69. По оз.Рестацнени



Фото 70. р.Куцколь. Мост



Фото 71. Вид с моста



Фото 72. По дороге



Фото 73. р.Куцколь



Фото 74. По оз.Лумболка



Фото 75-76. По оз.Кашкозеро



Фото 76.



Фото 77-78. По перешейку



Фото 78.



Фото 79,82. оз.Мончеозеро



Фото 80-81. Лагерь



Фото 81.



Фото 82.



Карта 4.
29.02.2020г. оз.Мончеозеро –
г.Мончегорск

29.02.2020г. Карта 4.

Описание дневного перехода.

Подъем дежурного в 6.00, остальных в 6.30. Завтрак, паковка (фото 85,86). Погода облачная с прояснениями. Вышли в 9.20. Прохладно. Шли по буранным следам, помогал ветер в спину (фото 87-103). Через пару часов распогодилось. На середине озера сделали перекус (фото 93). За км до моста на трассе С.Петербург-Мурманск нас «догнала» группа на трёх снегоходах. Руководитель группы Александр Николаевич Смирнов представился как хозяин гостиницы, находящейся в км за мостом. Пригласил переночевать, отдохнуть и пообещал отвезти нас на своём автобусе в Апатиты 4-го вечером к поезду. Мы решили, что «от добра добра не ищут» и согласились.

По буранным следам быстро дошли и устроились (фото 104-106).

17.10. Прошли 17 км.

Физическое и морально-психологическое состояние группы хорошее.



Фото 83. Дежурство у печки



Фото 84. Оз. Мончеозеро



Фото 85,86. Лагерь.



Фото 86.



Фото 87-103. По оз.Мончеозеро



Фото 88.



Фото 89.



Фото 90



Фото 91.



Фото 92. Отдых.



Фото 93. Перекус.



Фото 94.



Фото 95.



Фото 96.



Фото 97. Отдых.



Фото 98.



Фото 99.



Фото100.



Фото101.



Фото102, 103. Здесь стоял геодезический знак.



Фото 103



Фото104-106. В гостинице.

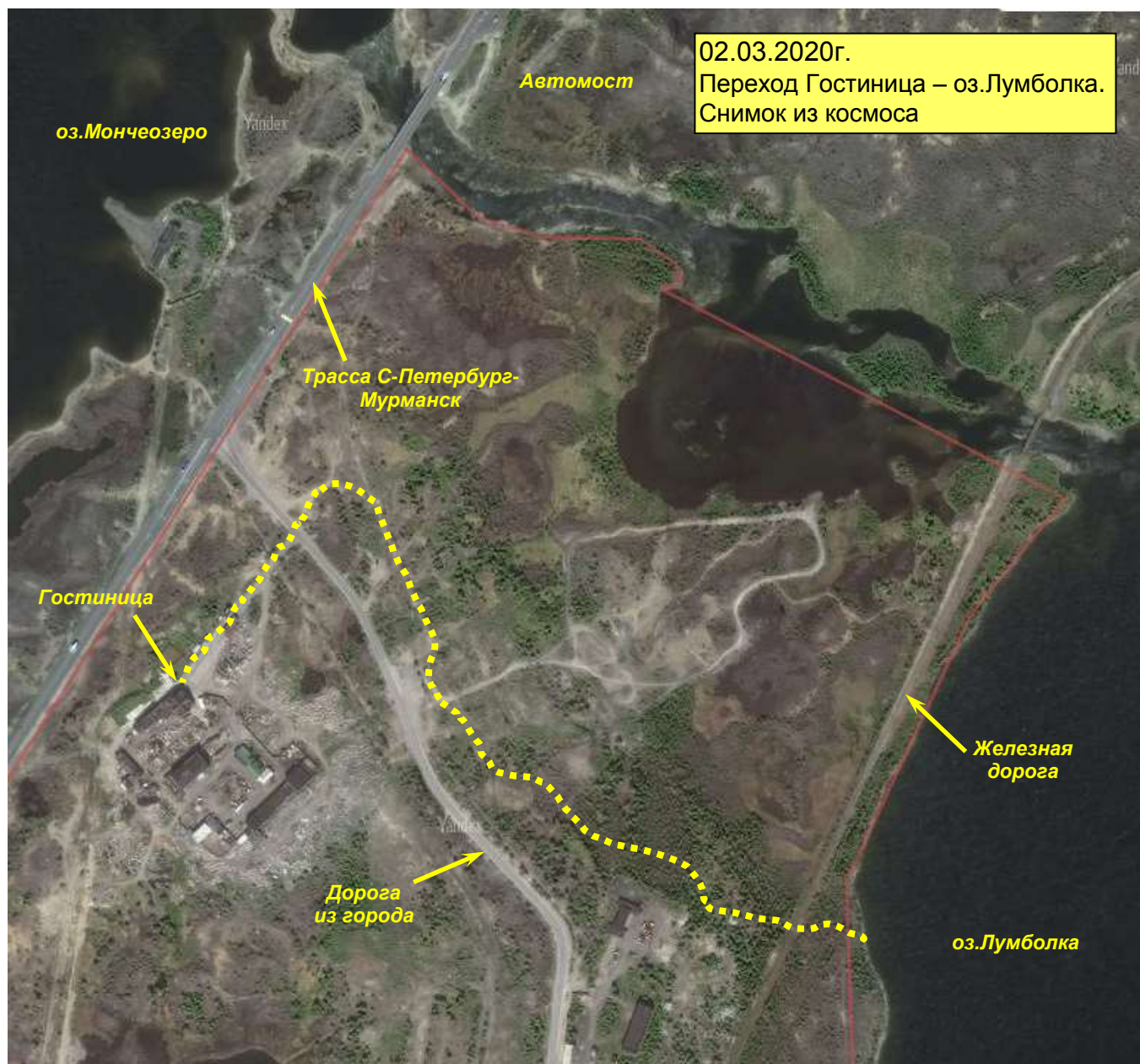


Фото 105



Фото 106

01.03.2020г. ДНЕВКА! Спали, ели, ремонтировали снаряжение, забрали «заброску». Согласовали заключительную часть маршрута.



02.03.2020г. Карта 5.

Описание дневного перехода.

Встали в 6.00. Завтрак, сборы (фото 107). Вышли в 9.00.(фото 108). Погода пасмурная, не холодно.

Перешли дорогу город-автотрасса, спустились метров 100 вниз, повернули направо и по буранным следам вышли к жд. переезду. Перешли его (фото 110) и спустились на берег оз.Лумболка (фото 111). Прошли озеро (фото 112-116). Перейти в губу Мончегуба решили не переходя через город, а обойдя мыс. Получилось красиво (ото 117-125). Река была вскрыта. Прошли губу (фото 126-130). Выйдя на оз.Большая Имандра, повернули направо (фото 131-134). Планировалось дойти до избы в начале губы Витегуба. Но начало темнеть, а до цели было ещё далеко. По прогнозу ночь обещалась «тёплой», мы отдохнули, подсушились. Решили организовать заключительную «холодную» ночёвку (фото 135-137).

17.20. Прошли 24 км. Физическое и морально-психологическое состояние группы отличное.



Фото 107. Перед завтраком



Фото 108. Выход



Фото 109. Пейзаж



Фото 110. Ж.д. переезд



Фото 111-116. По оз.Лумболка



Фото 112



Фото 113



Фото 114



Фото 115



Фото 116



Фото 117. Река.



Фото 118-125. Вокруг мыса.



Фото 119



Фото 120



Фото 121



Фото 122



Фото 123 С экологией плохо.



Фото 124



Фото 125



Фото 126-130. Губа Мончегуба



Фото 127



Фото 128. Кафедральный собор



Фото 129

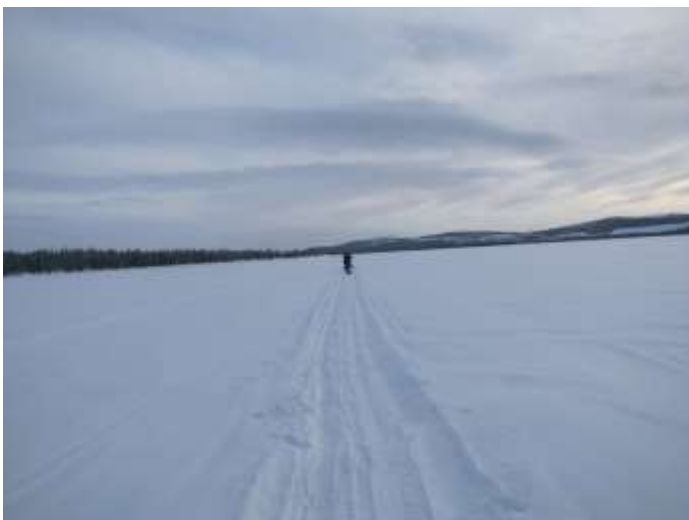


Фото 130



Фото 131-135. оз.Большая Имандра



Фото 132. Домик рыбаков



Фото 133



Фото 134

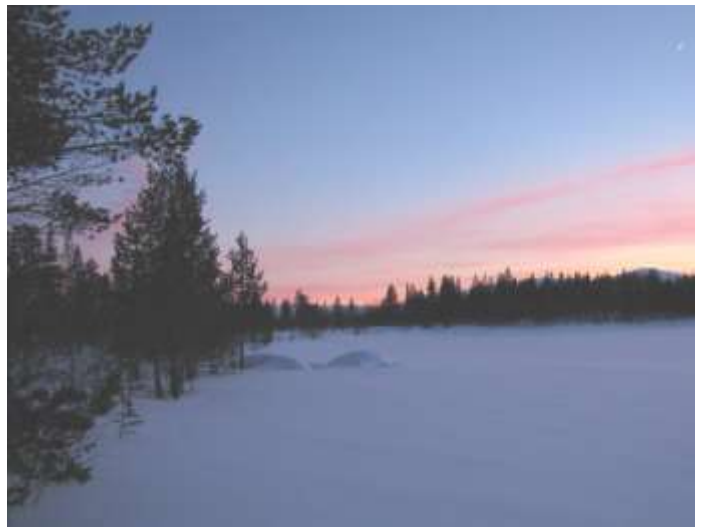


Фото 135



Фото 136,137. Лагерь



Фото 137

03.03.2020г. Карта 5.

Описание дневного перехода.

Все встали в 7.00. Завтрак, паковка. Вышли в 9.30. Пасмурно, но тепло, небольшой ветер в спину

Свежих буранных следов нет, но «старых» много (фото 139-147). Сначала пошли в сторону избы (хотелось посмотреть), но передумали. Обошли о.Бол.Петуший (фото 142). О.Коим обошли вдоль западной стороны (фото 145). Уже в темноте вышли к избе. Изба старая, но ещё вполне добротная.

Затопили печь дровами, а потом добавили угля. Натянули тросик и сетку, развели костёр, приготовили сытный ужин. Спать легли на высоком шести местном топчане с матрасами (фото 148). Сегодня прошли 16 км.

Физическое и морально-психологическое состояние отличное.



Фото 138. Вода из снега



Фото 139-147. По оз.Б.Имандра



Фото 140.



Фото 141



Фото 142. Возле о.Бол.Петуший.



Фото 143



Фото 144.



Фото 145. К о.Коим на ночёвку



Фото 146.



Фото 147



Фото 148. Ночёвка в зимовье

04.03.2020г. Карта 5.

Описание дневного перехода

Все встали в 7:00. Приготовили завтрак (фото 149-150). Погода облачная с прояснениями. Просторы Б.Имандры впечатляют (фото 151-153). Вышли в 9:30. Повезло: ветер в спину. Выходим на буранку Оленегорск-Мончегорск. Периодически делаем привалы. Настроение бодрое, сегодня заканчиваем маршрут (фото 155-161). К сожалению, Хибинские Тундры красиво так и не открылись. Из оз.Б.Имандра в губу Мончегуба сегодня перешли через перешеек (фото 162). Всю губу шли против ветра. Из Мончегубы в оз.Лумболка перешли через город (так ездят на снегоходах). Купили хлеба и кефира.

К гостинице подошли в 17:20 уже в сумерках. Маршрут благополучно закончили, все довольны. Отдых, ужин, перепаковка, душ. Хозяин гостиницы Александр Николаевич Смирнов любезно организовал доставку нас на ж.д.вокзал в Апатиты на своём автобусе за умеренную плату. На вокзал прибыли за полтора часа до отправления нашего поезда.



Фото 149 -150. Лагерь



Фото 150



Фото 151-153. Оз.Б.Имандра



Фото 152



Фото 153



Фото 154 Перед выходом



Фото 155-161. По оз.Б.Имандра



Фото 156



Фото 157. Отдых



Фото 158



Фото 159. Отдых



Фото 160



Фото 161



Фото 162. На перешейке



Фото 163-168. По губе Мончегуба



Фото 164



Фото 165



Фото 166

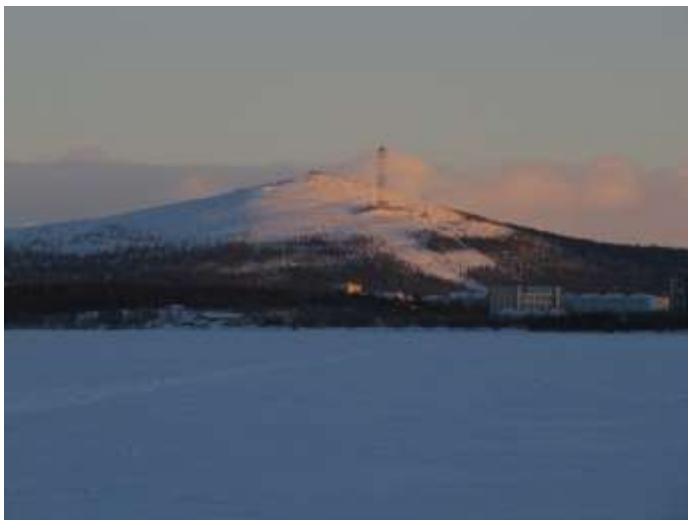


Фото 167



Фото 168



Фото 169. Перед ж.д. переездом в конце оз.Лумболка.

05.03.2020г. 00:20. Поезд 065БА Мурманск-Минск.

06.03.2020г. 15:24. Прибытие в г.Минск.

Очень интересный и насыщенный поход окончен. Всем спасибо.
Да здравствует следующий!

2.6. Расчёт категории сложности маршрута

Согласно Методике категорирования лыжных маршрутов минимальная нормальная продолжительность маршрута-8 дней. У нас-8 дней (из них одна днёвка).

Минимальная протяжённость-140 км. У нас-142км.

Минимально допускаемое количество локальных препятствий-0. У нас-0.

Вывод: наш маршрут соответствует маршруту 2 кс. Надо учесть, что это Заполярье, а не Карпаты!

2.7. Итоги похода

В целом маршрут достаточно сложен в спортивном плане и исключительно интересен в эстетическом. Принятые до похода меры по обеспечению безопасности на маршруте позволили пройти его без травм и происшествий. Медаптечкой практически не пользовались.

Фактический график движения получился близким к одному из запасных вариантов. Совпадение нереально по многим причинам (условий подъезда к началу маршрута и отъезда, погоды, состояния снежного покрова, лавиноопасности, физического и морального состояния участников и т.д.).

Имея полноценный картографический материал и опыт ориентирования, а также прошлый опыт участников и руководителя, осуществить аварийный выход с маршрута группа могла в любой точке.

Взятый в поход набор продуктов позволил организовать 3-х разовое питание (утром и вечером горячее, в обед – плотный перекус с чаем в термосах). Качеством и количеством все остались довольны.

Поход в большой степени способствовал установлению здорового образа жизни (рациональное питание, большая физическая нагрузка, благоприятный психологический микроклимат в группе и т.д.).

Хорошей организации привалов и биваков на маршруте способствовал ответственный подход к комплектации личного и бивачного снаряжения.

Участники похода старались максимально соблюдать Природоохранный кодекс туриста и надеются, что они нанесли Природе минимальный вред.

Маршрутно-квалификационная комиссия засчитала поход 2 кс.

Данный маршрут может быть пройден достаточно подготовленной группой (сильной физически и тактически, целеустремленной и дисциплинированной).

2.8 Дополнительные сведения о походе.

Перечень специального и особенности общественного и личного снаряжения.

Личное специальное снаряжение:

Наименование	масса, кг	Примечание
Лопата лавинная	0,35	Лист, Д16Т
Кошки	1,0	РФ
Лыжи «Бескид»	3,0	Украина

Общественное снаряжение:

Наименование	масса, кг	Примечание
Палатка типа “Полубочка” двойная	7	самодельная
Печка титановая с трубой	1,0	
Котлы 3 шт., 2 половника, тросик, сетка для костра, 6 крючков, терка, скатерть, губка, лопатка, рукавицы х/б	3,0	самодельн.
Пила	1,0	КНР
Топор (полуколун)	0,7	Швеция
Ремонтный набор	2,5	
Мед. аптечка	1,0	
Документация	0,5	

Особенности личного снаряжения.

Все участники использовали рюкзаки 100 – 130 л, разных производителей. В группе было 5 санок. У каждого было по 2 туристских коврика и индивидуальный спальник-кокон разных производителей. Бахилы на основе галоши, с верхом из плотного капрона. Кошки разных конструкций.

Памятка туристу-лыжнику

Групповое снаряжение лыжной группы

- 1 Палатка
- 2 Печка + стеклоткань
- 3 Ремнабор
- 4 Медаптечка
- 5 Карты, описание, компас
- 6 Пила
- 7 Топор
- 8 Термос для каждого
- 9 Термометр
- 10 Продукты
- 11 Походное костровое и кухонное имущество
- 12 Фотоаппарат
- 13 Книжка маршрутная

Ремнабор

- 1 Запасные детали крепления
- 2 Полотно ножовочное
- 3 Нитки капроновые
- 4 Бумага наждачная
- 5 Плоскогубцы
- 6 Шило
- 7 Напильник
- 8 Ножницы
- 9 Дрель малая с патроном
- 10 Сверла Ø 2-3 мм
- 11 Изолента
- 12 Тесьма
- 13 Булавка, иголка и нитки для
ремонта одежды
- 14 Шурупы, гвозди
- 15 Отвертка (2)
- 16 Ткань рюкзачная
- 17 Сумка с карманами для ремнабора
- 18 Пластины из дюрала и фанеры
- 19 Скотч

Походное костровое и кухонное имущество

- 1 3 котла
- 2 Тросик с крючками
- 3 Сетка
- 4 6 крючьев для подвески котлов
- 5 Терка для чистки котлов
- 6 Скатерть
- 7 Спирт сухой
- 8 2 черпака
- 9 Лопатка большая деревянная
- 10 Доска разделочная
- 11 Рукавицы х/б (пара)
- 12 Стеклоткань
- 13 горелка + 4 баллона
- 14 Губка для мытья посуды
- 15 Мешок полиэтиленовый для
котлов
- 16 Сумка для котлов

Личное снаряжение туриста-лыжника

- 1 Лыжи, палки
- 2 Рюкзак
- 3 Спальник
- 4 Коврик (2)
- 5 Сидушка
- 6 Фонарь
- 7 Нож хозяйственный
- 8 Спички + сухой спирт
- 9 Мешок полиэтиленовый большой
- 10 Паспорт + билеты
- 11 Деньги
- 12 Личная медаптечка (свои лекарства, крем для рук, эласт.бинт, пластырь)
- 13 Туалетные принадлежности
- 14 Кружка, миска, ложка и мешок для них
- 15 Ссобойка
- 16 Обувь
- 17 Одежда
- 18 Запасные ремни крепления + пружина
- 19 Лента лавинная
- 20 Лопата лавинная
- 21 Очки солнцезащитные
- 22 Кошки
- 23 Сумочка для документов и денег

Туалетные принадлежности

- 1 Паста зубная
- 2 Щетка зубная
- 3 Мыло
- 4 Полотенце
- 5 Бумага туалетная
- 6 Платок носовой
- 7 Расческа

Обувь

- 1 Ботинки
- 2 Бахилы
- 3 Тапочки

Одежда

- Костюм ветровой
- 1 Рубашка
- 2 Штаны
- 3 Носки шерстяные (2 пары)
- 4 Носки простые
- 5 Свитер
- 6 Шапочка шерстяная
- 7 Шапка
- 8 Трусы (2 шт.)
- 9 Пуховик
- 10 Рукавицы меховые
- 11 Маска
- 12 Булавки
- 13 Термобельё
- 14 Спецовки (перчатки)

Что надо сделать к походу

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8

Хребет Волчьих Тундр

Хребет Волчьих тундр является северным продолжением массивов Чуна и Монче тундр. Имея меридиональное направление, Волчьих тундр протянулись на 25 км от озера Вайкис на юге до озера Куцколь на севере. С северо-западной стороны Волчьих тундр расположены озера Верхнее и Нижнее Ольче, а на востоке—Нижнее и Верхнее Волчьих.

Волчьих тундр представляют собой сплошной хребет с отдельными выступающими вершинами (их примерно 7). Хребет напоминает застывшие большие волны, недаром саамское название этих гор — Намбдес тундры — имеет в своей основе понятие “большая волна”. Западные склоны хребта более круты, высшая точка — гора Юкспор (955 м), средняя высота хребта— 700—800 м.

Склоны Волчьих тундр позволяют перевалить хребет почти в любом месте, но есть и явно выраженные перевалы: между вершинами Мочеснюнчорр и Кийуайвенч; между вершинами Кийуайвенч и лежащей севернее горой Аллпюнчорр (Гора с высоким отрогом); севернее и южнее горы Юкспор. Наиболее популярны среди туристов первый перевал и перевал севернее горы Юкспор.

Перевал между Мочеснюнчорром (Мочеснюначорр) и Кийуайвенчем (Кивайвынч) (пер.Студенческий). Если считать с юга, то Мочеснюнчорр (Гора с красивым отрогом) — третья, а Кийуайвенч (“кий” — след зверя) — четвертая вершины в хребте. Подъем на перевал с востока начинается от южной части Верхнего Волчьего озера. В полутора км выше устья ручья Мочеснюнвуай, по которому идет путь на перевал, были бараки. Сейчас на их месте стоит зимовье. Ручей сильно петляет, иногда даже теряется среди безлесных болотистых полей, но скоро входит в горы и отчетливо виден среди холмов и увалов. На пути встречается несколько небольших озер. Под перевалом—два маленьких цирка, южный прямо под седловиной, но подняться из него на перевал нельзя: отвесные обледенелые скалы. Поэтому, не доходя до цирков, надо повернуть направо в долину притока и набирать высоту ее западным склоном, поднимаясь сначала на более высокое северное понижение в хребте, а затем уже спуститься на седловину.

Спуск на запад с перевала в этом месте затруднен большим количеством выступающих камней, но если пройти немного севернее, то можно спуститься по гладкому склону.

При движении через перевал с запада на восток надо твердо знать, что спускаться сразу с седловины нельзя: можно попасть на крутые обледенелые скалы.

Перевал севернее горы Юкспор имеет хорошо видную седловину. Подъем с востока лучше начинать примерно с середины Нижнего Волчьего озера от большого мыса, вдающегося в озеро со стороны Волчьих тундр. Спуск на запад с перевала в сторону озера Верхнее Ольче идет по хорошим широким склонам.

На озере Куцколь в прежние годы работал леспромхоз, имеющий почту, клуб, магазин. Леспромхоз зимой соединялся с Мончегорским зимником, который можно было использовать для подъезда к Волчьим тундрам. Зимник проходил через Кашкозеро, в юго-западном углу которого также был леспромхоз. Леспромхозы не существуют уже давно. На оз.Куцколь в настоящее время находятся несколько жилых домов. До Кашкозера можно дойти на лыжах и от Оленегорска, соединенного с железнодорожной станцией автобусным сообщением (3 км).

Иногда туристы приходят к Волчьим тундрам от станций Пулозеро или Лопарская через Свинцовые тундры. Высшая точка Свинцовых тундр — гора Ровквун — имеет высоту около 500 м. Перевал через Свинцовые тундры лежит в верховьях реки Медвежья, которая течет в лесистом каньоне. Сам перевал покрыт лесом.

Мончегорск

Город Мончегорск расположен на Кольском полуострове, на берегу озёра Имандра — самого большого озера Мурманской области, площадь которого составляет около 880 квадратных километров, наибольшая глубина — 67 метров.

Административно-территориальная единица г. Мончегорск с подведомственной территорией имеет статус муниципального образования. Территория — 3,4 тысячи квадратных километров (2,3% территории Мурманской области). Территория богата запасами медно-никелевых, хромитовых руд, кварцита, песчано-гравийной смеси, щебня, облицовочного камня.

Мончегорск соединён железной дорогой со станцией Оленегорск на линии Мурманск — Санкт-Петербург. Возле города проходит автомобильная трасса «Кола» (Санкт-Петербург — Мурманск).

У каждого города, как и каждого человека, свой характер, облик, своя судьба. Биография Мончегорска неотделима от комбината «Североникель», главного градообразующего предприятия. С 1998 года он является структурным подразделением ОАО «Кольская горно-металлургическая компания», дочернее Общество ОАО ГМК «Норильский никель». Решение о строительстве комбината «Североникель» на базе богатого жильного месторождения медно-никелевой руды «Ниттис — Кумужье» было принято в 1935 году. В 1938 году вступила в строй первая очередь комбината, в феврале 1939 года выпущен первый черновой никель, а через год получен электролитный (чистый) никель.

Основной продукцией, выпускаемой комбинатом, является никель — цветной металл с антикоррозийными свойствами. Кроме него на комбинате выплавляется медь, кобальтовый концентрат, концентраты благородных металлов и металлов платиновой группы.

Украшением Мончегорска является Свято-Вознесенский Кафедральный собор, который в 1997 году освятил Патриарх всея Руси Алексий II. Недалеко от города находится уникальный Лапландский государственный природный биосферный заповедник, основанный в центре западной части Кольского полуострова 17 января 1930 года. Лапландский заповедник является третьим по величине в Европейской части России, общая площадь заповедника — 278436 га.

История города



В 1929 году Г. Д. Рихтер обнаружил недалеко от Монче-губы на горе Ньюдайвенч магнитную аномалию и привез образцы минералов, в которых академик А. Е. Ферсман определил сернистые соединения никеля и меди. В 1931 году открыли первое месторождение, а затем никелевая руда была найдена и в соседних горах. Начался новый этап развития Монче-тундры, коренным образом изменивший историю русской Лапландии.

Город Мончегорск — один из красивейших городов Заполярья, созданный талантом известных архитекторов Ленинграда и строителей Мончегорска. В послевоенные десятилетия Мончегорск приобрел тот строгий, стройный вид архитектурного единства в гармоничном подчинении планировки города географическим особенностям красивой местности.

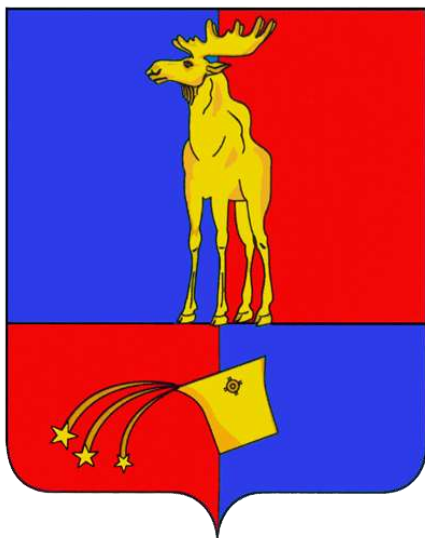
Днем рождения Мончегорска принято считать 20 сентября 1937 года, когда Постановлением ВЦИК рабочий поселок обрел статус города.

Численность населения, проживающего на территории населённого пункта на 01.01. 2012 года составляет 47 908 человек.

Официальные символы муниципального образования

Город Мончегорск имеет официальные символы — герб и флаг города, утвержденные Мончегорским городским Советом и внесенные в Государственный геральдический регистр Российской Федерации с присвоением регистрационных номеров соответственно 1545 и 1546.

Герб города Мончегорска



Герб муниципального образования утвержден решением Мончегорского городского Совета от 02.09.2004 № 39. Свидетельство о регистрации официального символа в Государственном геральдическом регистре Российской Федерации от 21 сентября 2004 г. протокол № 19-д с присвоением регистрационного номера 1545.

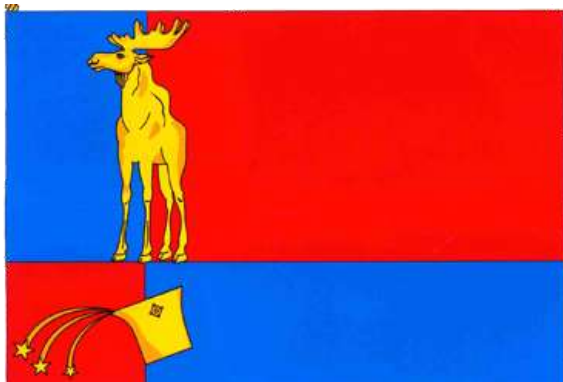
Описание: В понижено разбитом начетверо лазурью и червленью поле — золотой стоящий прямо и обернувшийся вправо лось, стоящий на черте пересечения, под ним наклонённый золотой литейный ковш с исходящими вправо тремя струями, каждая из которых завершается звездой о пяти лучах.

Обоснование символики:

Мончегорск возник в 30-е годы XX столетия как посёлок при медно-никелевом комбинате. История города и комбината неотделимы друг от друга. За 65 лет существования Мончегорска, комбинат стал одним из крупнейших никелевых производств в мире. В гербе роль комбината отражена литейным ковшом с исходящими струями. Красный цвет поля созвучен труду металлургов, основные технологические процессы которых связаны с тепловыми реакциями, что дополняет содержание герба города, как промышленно развитого региона.

В геральдике красный цвет символизирует красоту. Синий цвет и четверчастное деление щита означают расположение города на берегах озёр Лумболка, Нюдъявр и Монче-Губа, которое соединяется проливом с озером Имандра. Лось в геральдике — символ силы, выносливости. Золото в геральдике — символ богатства, постоянства, величия, интеллекта, великодушия. Лазоревый цвет (синий, голубой) — символ искренности, чести, славы, преданности, истины и добродетели.

Флаг города Мончегорска



Флаг муниципального образования утвержден решением Мончегорского городского Совета от 02.09.2004 № 40. Свидетельство о регистрации официального символа в Государственном геральдическом регистре Российской Федерации от 21 сентября 2004 г. протокол № 19-д с присвоением регистрационного номера 1546.

Описание: Прямоугольное полотнище с отношением ширины к длине 2:3, разделённое на четыре неравные прямоугольные части: сверху — синее и красное, внизу красное и синее, горизонтальная линия деления отстоит от нижнего края на 1/3 ширины полотнища, а вертикальная линия деления отстоит от древка на 1/4 ширины полотнища; посередине деления стоящий прямо и обернувшийся к древку жёлтый лось, копытами вплотную к горизонтальной линии деления; под ним наклонённый жёлтый литейный ковш с исходящими к древку тремя струями, каждая из которых завершается звездой о пяти лучах.

Обоснование символики:

Флаг Мончегорска разработан на основе герба, который языком символов отражает географические, культурные и экономические особенности города.

День города отмечается ежегодно в третье воскресенье сентября.

Награды и достижения города

Муниципальное образование город Мончегорск по итогам Всероссийского конкурса на звание «Самое благоустроенное городское поселение России» за 2010 год награждено Почетным дипломом «За хорошую работу по развитию жилищно-коммунального хозяйства и повышению благоустроенности муниципального образования» в номинации «Город — образец среды обитания».

Международная Академия общественных наук и Международная Академия Меценатства удостоили город Мончегорск статуса «Город высокой социальной ответственности» и наградили Дипломом «За вклад в социально-экономическое развитие региона».

Муниципальное образование город Мончегорск по итогам Всероссийского конкурса на звание «Самый благоустроенный город России» за 2007 год награждено Почетным дипломом «За хорошую работу в развитии городского хозяйства».

Достопримечательности города

Лось – главный символ Мончегорска. В мире всего 3 оригинальных, выполненных по индивидуальным авторским проектам, памятника животным. Памятник работы скульптора-анималиста Бориса Воробьева и архитектора Сергея Бровцева был установлен в 1958 году. Высота памятника — 4,3 метра, пьедесталом служит большая гранитная глыба.



Мончегорский музей цветного камня имени В.Н. Дава

Музей был создан в 1971 году по инициативе горного инженера-геолога Владимира Николаевича Дава. До 1976 года это был ведомственный музей Мончегорской группы лабораторий Института химии и технологии редких элементов и минерального сырья Кольского филиала АН СССР. Мончегорский музей цветного камня имени В.Н. Дава – один из самых ярких и интересных минералогических музеев, единственный на Северо-Западе России.



Свято-Вознесенский кафедральный собор

Закладка храма произошла в 1992 году. В январе 1997 года в храме впервые была совершена божественная литургия, после чего он стал действующим. 7 июля 1997 года — собор был освящен патриархом Московским и Всея Руси Алексием II. Кафедральный собор – храм двухпрестольный, то есть в нем два алтаря. Наш кафедральный соборный комплекс — настоящая жемчужина Кольского севера. Звонница Мончегорского храма из 9 колоколов — самая крупная на Севере России и единственная на Кольском полуострове.



Гордость Мончегорска — городской парк. Это 17 гектаров облагороженного лесного массива в центре города. Парк в Мончегорске был первым в Заполярье и долгое время оставался единственным.

В 1958 году благородный вид парку добавила знаменитая лестница, подобная Потемкинской в Одессе, украсившая спуск центральной аллеи к озеру Лумболка. Длина лестницы — 77 метров, количество ступеней — 69.



«Изюминка» Мончегорска — саамские географические названия, многие из которых были бережно сохранены первопроходцами. Такие как: Сопча, Ниттис, Имандра, Вайкис и др. Некоторые саамские названия были перенесены в названия улиц, достаточно вспомнить улицы Ньюдовскую и Сопчинскую.



Базальтоидные лавы, расположенные вблизи Риж-губы. Это обнажения кристаллической породы, по которым можно проследить взаимоотношения нижнепротерозойских базальтовых лав с гранитно-гнейсами древнейшего фундамента. Подобный памятник — единственный на Кольском полуострове.

Интересные факты о городе

В 1940 году комбинат «Североникель» стал первым заводом страны, освоившим крупное промышленное производство чистого катодного никеля. Таким образом, была устранена зависимость отечественного машиностроения от зарубежных поставок в предвоенное время.

В годы войны в Мончегорске работали областные учреждения, город считался своего рода дублером Мурманска. На Верхнем Ньюде открылся областной интернат, где жили и обучались дети, эвакуированные из Мурманска. Решение об их эвакуации было принято облисполкомом в связи с тем, что начались интенсивные бомбежки Мурманска. Школа-интернат работала в Мончегорске до лета 1944 года.

Летом 1942 года в Мончегорск эвакуировалась Мурманская областная научная библиотека, под областную библиотеку было выделено 2 квартиры. Книги читателям выдавались в самой библиотеке, а также через передвижки в госпиталях и воинских частях. Помимо непосредственных обязанностей библиотекари оказывали помощь детским домам и участвовали в походах истребительных батальонов. Несмотря на сложнейшие условия, библиотека комплектовала свой фонд, получая газеты.

«Плавающая льдина в Мончегорске»

В апреле 1961 года на озере Комсомольском проходили соревнования на командное первенство СССР по конькобежному спорту.

Газета «Мончегорский рабочий» от 7 апреля 1961 года писала: «...Чтобы избежать трещин во льду, возникающих из-за большой разницы ночных и дневных температур (около 35 градусов) и обеспечить его незатопляемость во время таяния снега, каток должен быть плавающим, то есть вокруг него делаются проруби. Подобный каток в СССР был сделан впервые». Всего в мире было два «плавающих катка» — в Италии, на озере Перл Доломитов в Альпах и у нас в Мончегорске.

В соревнованиях командного первенства СССР принимали участие сборные команды добровольных спортивных обществ и ведомственных физкультурных организаций: «Буревестник», «Спартак», «Динамо», «Трудовые резервы», «Труд», «Водник». Мончегорцам повезло увидеть большое количество лучших конькобежцев страны: Валентину Стенину, Лидию Скобликову, Альбину Тузову, Тамару Рылову, Роберта Меркулова, Рафаэля Грач, Юрия Михайлова и многих других.

На открытии соревнований флаг поднимали абсолютные чемпионы СССР Валентина Стенина и Виктор Косичкин. Победителем первенства страны стала команда «Спартак». Второе место у общества «Труд». На третье место вышла команда «Динамо».



1961г. апрель. оз. Комсомольское
Командное первенство СССР по конькам.
Плавающая льдина. Первая в СССР. Вторая в мире
Первая была в Италии.



Имáндра

самое крупное озеро на Кольском полуострове (Мурманская обл.). Пл. 812 км², объём 11,2 км³, ср. глуб. 13 м, макс. 67 м. Занимает часть крупной впадины ледниково-тектонического происхождения. Состоит из 3 крупных частей: Большая, Иокостравская и Бабинская Имандра. Берега высокие, вост. расчленён слабо, зап. имеет много заливов (губ). Ок. 140 о-вов (наиболее крупный — Ерм-остров). Ок. 20 притоков, вытекает р. Нива, впадающая в Белое море. Вода слабоминерализованная, прозрачность 5–11 м. Тем-ра в поверхностном слое в августе 12–14 °С. Ледостав с декабря по май. В 1936 г. на р. Ниве сооружена ГЭС, и озеро фактически стало частью водохранилища. С 1973 г. ощущается влияние подогретых вод Кольской АЭС. Рыболовство (сиг, кумжа, лосось, хариус и др.). В бас. озера — добыча и переработка медно-никелевых руд. На берегу г. Мончегорск.

. ПРИРОДООХРАННЫЙ КОДЕКС ТУРИСТА

Уважительное, бережное отношение к природе — одно из главных правил поведения туристов. Никогда не забывайте, что в путешествии вы находитесь в гостях у своего верного друга — природы. Поэтому не делайте ничего такого, что вы сочли бы неудобным сделать в гостях.

Не засоряйте туристские маршруты, бивачные площадки и другие места загородного отдыха. Уходя с привала, уничтожьте или возьмите с собой мусор, обрывки бумаги. Консервные банки обожгите па костре и вместе с другими несгораемыми отбросами закопайте в укромном месте или, еще лучше, возьмите с собой, чтобы выкинуть в урну или другое специально отведенное место.

Ни в коем случае не бейте бутылки или другую стеклянную посуду. Помните, что брошенная бумага лежит, не сгнивая два года, осколок бутылки или консервная банка могут поранить ногу и через 40 лет. Подумайте о красоте не испорченной вашими походными отбросами природы и о благополучии тех, кто придет сюда после вас!

Избегайте любых повреждений растительности на берегах рек, озер, водохранилищ — здесь она играет важную водоохранную роль. Будьте осторожны с огнем вблизи полезащитных полос: при пожаре вы погубите лес и сделаете беззащитной землю.

Не разбивайте биваков па участках, подверженных опасной эрозии. Избегайте в походах вытаптывания травы, рубки пли повреждения растительности у вершин оврагов, на их разветвлениях, на склонах холмов. Здесь растительность способствует укреплению почвы, останавливает рост промоин и оврагов. Берегите почву — нашу кормилицу!

Автотуристы, мототуристы и туристы-водомоторники, используйте для своих маршрутов только места, разрешенные для проезда моторного транспорта. Не спускайте в реки, озера, на травяной покров отходы масла, топлива. Не мойте в местах отдыха в купания свои машины и лодки.

Избегайте устройства массовых слетов, праздников, соревнований на тех участках местности, где это может серьезно повредить растительный покров, чрезмерно уплотнить почву, испортить берега водоема, обеднить природу.

Не рубите на маршруте живые деревья и кустарники, не ломайте у них ветвей, не режьте кору — это ранит и губит их. Не вторгайтесь в жизнь леса с топором и ножом. На привале не врубайте топор в зеленое дерево. Чтобы вырастить дерево, потребуются многие и многие годы, а уничтожить его можно в один миг.

Путешествуя по лесам зоны отдыха, помните, что они зеленый заслон города, его «легкие» и украшение. Здесь настоящий турист бережет каждое дерево, каждый куст и цветок. Ведь они очищают воздух от пыли, вредных микробов, обогащают его кислородом, дают радость и здоровье многим тысячам горожан.

Не причиняйте вреда лесу на его границах, опушках и полянах; особенно берегите любую древесную растительность на берегах рек: она закрепляет берега и сохраняет полноводность и чистоту водных артерий.

Не обламывайте ветвей черемухи, рябины, бузины, калины, шиповника и других деревьев и кустарников. Не рвите букеты цветов — цветы придают красоту и прелесть нашим лугам, полям и лесам. Недопустимо рвать такие редкие для многих мест цветы, как лилии, кувшинки, вырывать кустики земляники, черники, на горных маршрутах — цветы рододендрона, эдельвейса, а также ломать, рвать, собирать все другие растения, занесенные в Красную книгу природы.

Не сооружайте в походе из живых деревьев и кустарников шалашей, укрытий, заслонов, не используйте зеленых ветвей деревьев на подстилку. Собираясь в поход, берите с собой надувные матрацы, спальные мешки, одеяла и все необходимые принадлежности для установки палатки пли устройства кострища. Подумайте, что останется от лесов, если каждая туристская группа будет рубить живые деревья на колья для палаток и костров.

Без надобности не разжигайте на маршруте костры. Помните: одна маленькая искра или тлеющий уголек может вызвать большой пожар. Черный след от костра, доставившего вам удовольствие на один-два часа, будет обезображивать местность много лет. В обжитых местах используйте походные газовые плитки, туристские ПРИМУСЫ, очаги с СУХИМ спиртом.

Для разведения костра выбирайте только специально отведенные открытые места около воды, старые кострища или уже вытоптанные площадки. Сначала снимите дерн и сохраните его до своего ухода с бивака. Вокруг кострища расчистите минерализованную полосу, окопайте его. Нельзя разводить костер близко от деревьев, смолистых пней или корней. Над огнем не должны нависать сучья и ветки.

Не разводите в походе костры па участках с сухим камышом, тростником, мхом или травой. Не зажигайте огонь в хвойных молодняках и на вырубках, где имеются остатки лесных горючих материалов: в этих местах легко может возникнуть пожар, распространяющийся с большой скоростью.

Не разводите костры на торфяниках, на лесных каменистых россыпях. Тлеющий торф, лесной мусор и перегной незаметно для туристов могут распространить огонь во все стороны, превратить его в губительный подземный пожар, с которым очень трудно бороться.

В качестве топлива на туристском костре используйте только разрешенный лесничеством для костра валежник, хворост, сухое криволесье, непригодное для хозяйственных нужд. Не сдирайте бересту с живых деревьев: для растопки можно брать бересту только со старых пней или сухих берез. Запрещается сжигать заготовленные и находящиеся на делянках дрова, любые живые растения. Если на биваке осталось неиспользованное топливо, сложите его в аккуратный штабель: оно пригодится другим путешественникам.

Около костра всегда оставляйте дежурных. Перед уходом с места привала огонь следует залить водой, засыпать землей, затоптать ногами, а зимой забросать снегом, пока не прекратится тление и не исчезнет даже небольшой дымок. Если для костра снимался дерн, то им закладывают потушенное кострище.

Заметив начинающийся лесной пожар, немедленно приступайте к его тушению с помощью подручных средств: сбивайте огонь штормовками, ветками лиственных деревьев, заливайте водой, затапывайте ногами, забрасывайте землей, песком, дерном. Если огонь успел подняться с земли и начал перекидываться с дерева на дерево, стал верховым пожаром — надо срочно обращаться за помощью в ближайший сельсовет, лесничество, лесхоз.

Бережно относитесь ко всем животным, встретившимся вам на туристском маршруте. Человеку полезны и жабы — они враги вредных насекомых, и змеи — они уничтожают мышей, и дождевые черви, которые вспахивают почву. Непривычный или отталкивающий вид животного, страх перед ним не могут служить основанием для его преследования или уничтожения.

В лесу старайтесь ходить только по тропинкам. Лес полон своей жизни, и вы легко можете раздавить живое существо. Если случайно наткнулись на гнездо или нору, не трогайте их, не отодвигайте ветки и траву — испортите маскировку или вспугнете животных. ЕСЛИ нашли в походе плохо летающего птенца или беспомощного звериного детеныша — оставьте его в лесу. Рядом, вероятно, находятся его родители, которые и позаботятся о нем, когда вы уйдете, а в городской квартире лесному животному, как правило, прожить трудно.

Охраняйте в путешествии птиц — они уничтожают вредителей леса. Вывешивайте скворечники, синичники, дуплянки. В походах, особенно на лыжных маршрутах, делайте на деревьях простейшие кормушки и оставляйте там птицам зерно и остатки походной пищи.

В заботе туристов нуждаются многие насекомые. Например, муравьи — лесные санитары, которые разрыхляют почву и переносят семена растений. Чем больше в лесу сохранится муравейников — тем здоровее лес. Муравьи за год истребляют до четверти тонны вредителей с одного гектара лесной площади. Нельзя разорять гнезда шмелей и

пчел, гоняться с сачком за яркими бабочками и стрекозами: как правило, все цветные бабочки являются важными опылителями, а стрекозы полезны тем, что уничтожают комаров.

В общении с животным миром не забывайте, что в природе вред от хищных животных или птиц в большинстве случаев перекрывается пользой, которую они приносят. Не преследуйте хищников. Вы турист, а не биолог или охотовед, поэтому не берите на себя ответственность определять степень их опасности.

Прежде чем взять в поход ружье, вспомните, что охота на диких зверей и птиц разрешается только членам общества охотников, причем с соблюдением определенных сроков, мест и норм отстрела, с учетом запрета охоты на охраняемых животных. Ваше пребывание с оружием, собакой или орудием лова на маршруте, проходящем через охотничьи угодья, по закону будет приравняться к охоте. Переходите от ружейной охоты к бескровной фотоохоте. Туристы-фотографы знают, что она труднее и спортивнее первой, а ее трофеи — почетнее и долговечнее.

Если хотите услышать пение птиц, увидеть лося или белку, по-настоящему отдохнуть в лесу — не включайте транзистор и магнитофон, не создавайте лишнего шума.

Намечая маршрут путешествия, заранее установите, какие достопримечательные объекты встретятся вам на пути. Уточните, нет ли среди них охраняемых природных памятников, урочищ, заказников, парков и какие ограничения имеются для их посещения. В этих музеях под открытым небом, безусловно, исключается всякое повреждение растительности, скал, памятников старины и т.п. Только некультурные люди могут позволить себе выцарапывать на них ножом, вырубать топором, наносить краской имена, инициалы или другие надписи.

Если собираетесь во время путешествия посетить государственный заповедник — свяжитесь с его дирекцией, узнайте возможности его осмотра и получите соответствующий пропуск. Передвигаться по заповедной зоне нужно организованной группой в строгом соответствии с предложенным вам в заповеднике маршрутом. Вас принимает научное учреждение — не мешайте его работе, беспрекословно подчиняйтесь указаниям работников заповедника.

Турист не имеет права равнодушно смотреть на порчу природы, он обязан сделать все для защиты тех мест, где проходят маршруты походов и путешествий. Трудовой вклад в охрану природы — участие в посадках деревьев, кустарников, уход за лесом, помощь диким животным, воспроизводство природных ресурсов — один из лучших видов общественно полезной деятельности туристов. Вступайте в члены общества охраны природы. Дело чести каждого путешественника — активно участвовать в его работе.

Туристы и экскурсанты, своим примером, делом и словом агитируйте за строгое выполнение всеми правил и законов об охране природы! Не проходите мимо нарушителей, оберегайте красоту и богатства родной земли от браконьеров.

Охрана природы — всенародное дело. Охранять природу — значит охранять Родину!

Лавины и действия в лавиноопасной местности

СОДЕРЖАНИЕ

1 ОПАСНОСТИ ЛАВИН	
2 ТИПЫ ЛАВИН	61
3 ФАКТОРЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ.....	63
4 ОЦЕНКА ЛАВИНООПАСНОСТИ СКЛОНА	64
5 ЛАВИННОЕ СНАРЯЖЕНИЕ ГРУППЫ	65
6 ДЕЙСТВИЯ ГРУППЫ ПРИ ПРОХОЖДЕНИИ ЛАВИНООПАСНОГО СКЛОНА	65
7 ПОИСК ПОПАВШЕГО В ЛАВИНУ	66
7.1 Действия попавшего в лавину.....	67
7.2 Действия остальных членов группы	67
8 ПОСЛЕДСТВИЯ ПРЕБЫВАНИЯ В ЛАВИНЕ	69
РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА.....	69
КАК УМЕНЬШИТЬ ВЕРОЯТНОСТЬ ПОПАДАНИЯ В СНЕЖНУЮ ЛАВИНУ НА ЛЫЖНОМ МАРШРУТЕ	15

1 ОПАСНОСТИ ЛАВИН

Из всего числа погибших в походах туристов, из-за лавин погибли две трети туристов и только одна треть — в результате замерзания, падения с крутых склонов и болезней на маршруте.

Вывод: лавины — главная причина гибели туристов-лыжников.

Несчастные случаи имеют место в походах всех категорий сложности: в некатегорийных и походах I—III. категорий сложности случаи гибели составляют 64% от общего числа несчастных случаев, а в походах IV и V категорий — 36%, т. е. здесь их значительно меньше (соответственно 1 погибший на 700 групп и 1 погибший на 100 групп). От лавин в походах начальных и высших категорий сложности погибло примерно поровну. Хотя число погибших в походах начальных категорий сложности больше половины от общего количества, все же особую озабоченность вызывают ЧП в походах IV и V категорий сложности. Объективный и бесспорный фактор — исключительная сложность рельефных и климатических условий — безусловно, имеет место.

Рассмотрение несчастных случаев в разрезе возрастных показателей позволяет сделать вывод, что подавляющее их большинство — 71% — приходится на молодежные группы. Особую озабоченность неблагополучным состоянием технической и морально-волевой подготовки вызывают случаи одновременной гибели нескольких человек сразу: 67% подобных трагедий произошли со студентами, при этом 83% приходится на групповую гибель в лавинах.

Все несчастные случаи произошли в районах с горным рельефом. В 78% районов зафиксирована гибель от лавин. Это убедительно свидетельствует о том, что каждый маршрут, проходящий хотя бы частично по горному рельефу местности, является потенциально лавиноопасным.

Наиболее тщательно изучаются обстоятельства и причины схода лавин. Установлено, что в 18 из 22 случаев гибели от лавин причинами схода были неправильные действия групп на заснеженных склонах, в 4 случаях несчастье произошло, когда группы находились на биваке. Это говорит о неумении правильно выбирать оптимально безопасный путь движения по заснеженному склону и безопасные места биваков, а значит, о тактической безграмотности туристов.

Статистические данные подтверждают известное положение, что лавины чаще всего сходят в середине дня. Именно на это время пришелся сход большей части лавин, а число погибших составило 68%. Зафиксированы также случаи схода лавин ночью.

Особого внимания заслуживают следующие данные. Из общего количества туристов-лыжников, попавших в лавины, 26% оказались засыпанными снегом на небольшой глубине и выбрались сами или с помощью товарищей. Обычно удавалось откопать почти всех своих товарищей, но живыми — только 18% из них, если это делалось в течение 30 минут. Спасти остальных уже не было возможности: слишком долго пострадавшие находились без воздуха. Причина трагедий — отсутствие у каждого участника полного комплекта лавинного снаряжения.

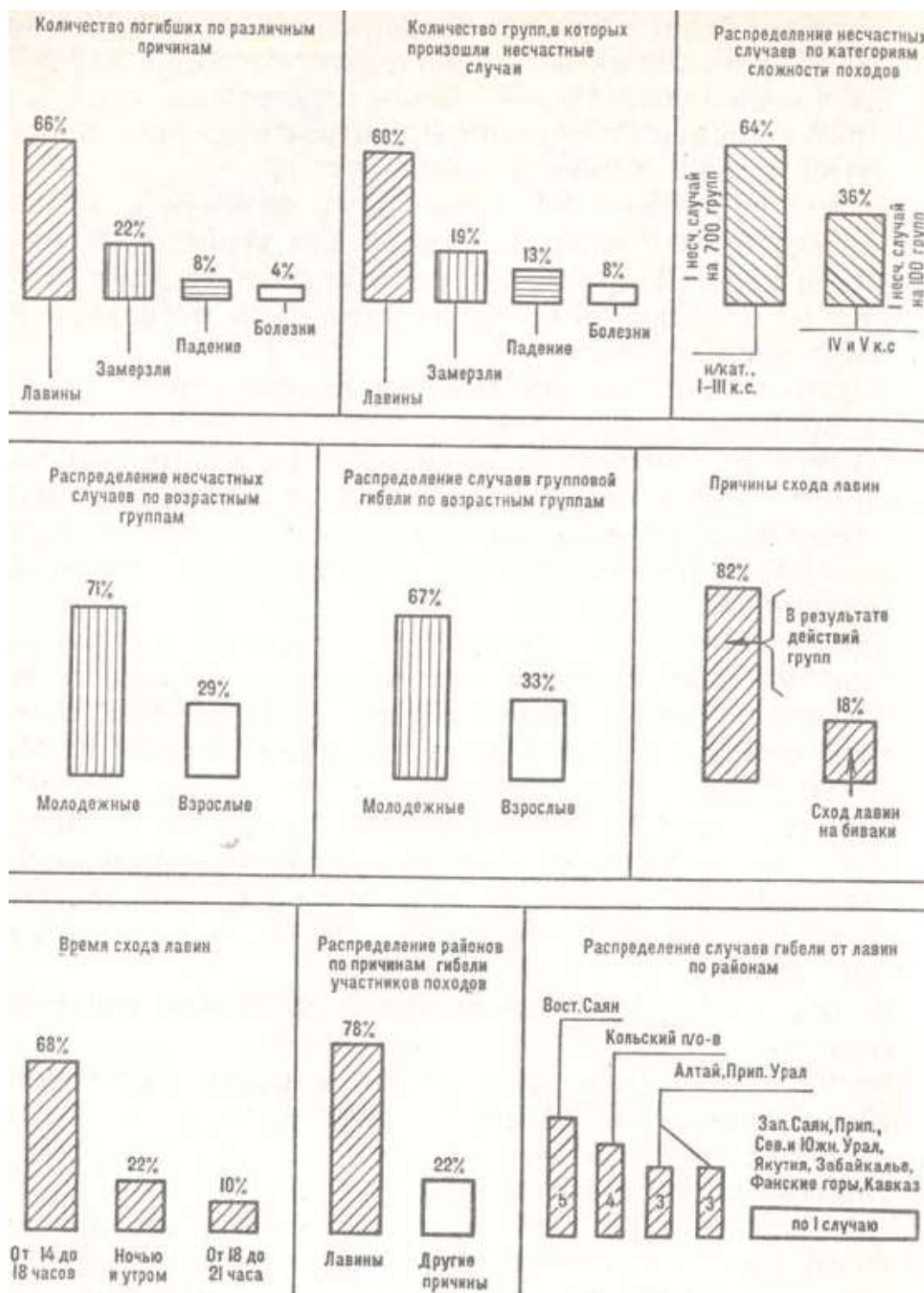


Рис. 1. Многолетние статистические данные о несчастных случаях в лыжном туризме (проценты округлены до единицы).

2 ТИПЫ ЛАВИН

1. Пылевые лавины. Возникают при выпадении порошкового снега (сухой в виде хлопьев или пуха), выпадающий при минусовых температурах и безветрии, даже незначительной толщины, лежащий на уплотненном настом или обледенелом склоне, — враг № 1. И если он сползает под тяжестью лыжника, обнажая плотный слой, считайте это предупреждением и прекратите дальнейший путь. Порошковый снег порождает пылевые лавины, особенно опасные удушающим действием.
2. Снежные доски. Плотный снег образуется при выпадении порошкового или в результате метелевого переноса ранее выпавшего сухого снега (поэтому его в обиходе называют «переносным»). Плотный снег формируется в виде прочного слоя — доски, которая на наветренных склонах обретает большую плотность. Уплотнению, кроме ветра, может способствовать и плюсовая температура. Такой снег порождает особо опасные, чаще всего встречающиеся лавины — «снежные доски».
3. Обрушение карнизов. Опасно как само по себе, так и возможностью схода более крупных лавин на подветренном, перегруженном снегом склоне.
4. Ледяные лавины. Вызываются обрушением неустойчивых ледяных блоков с крутых или нависающих частей ледника. Как правило, непредсказуемы.

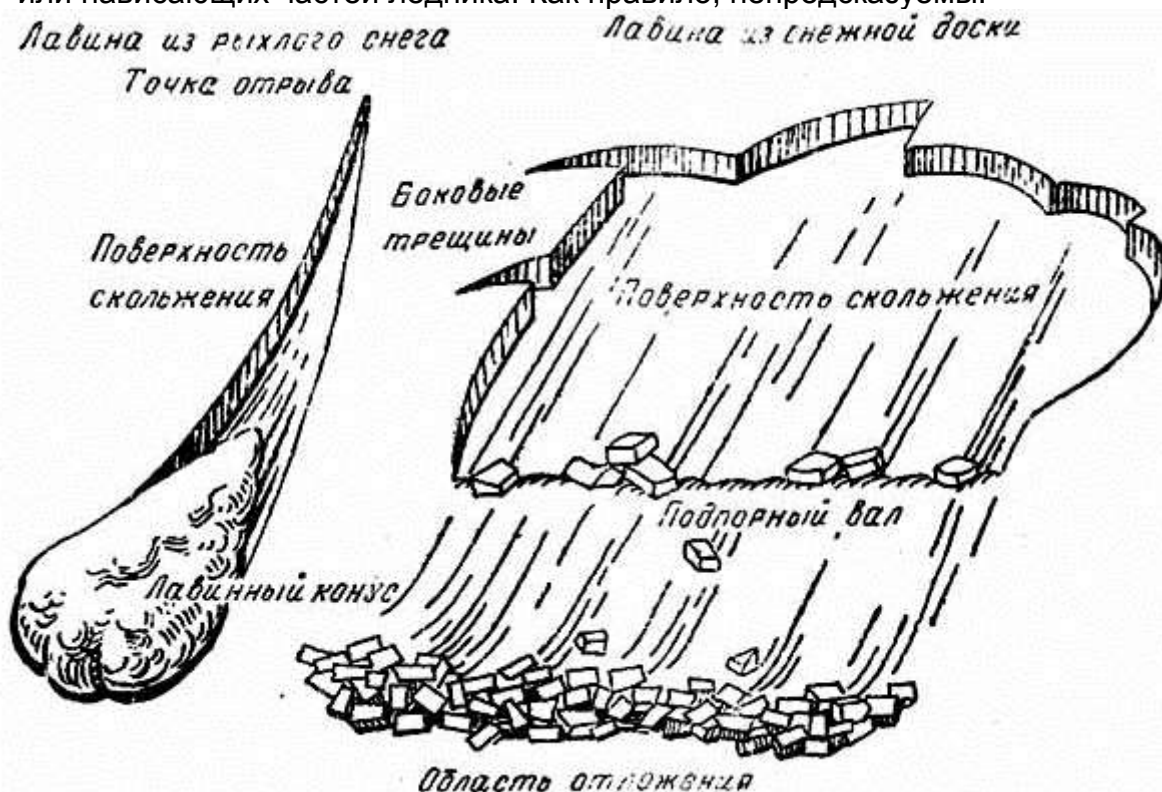


Рис. 2. Вид лавин из рыхлого и плотного снега

3 ФАКТОРЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ

1. Конфигурация склона

Крутизна, форма и ориентация склона формируют снегонакопление и определяют лавинную динамику снежной массы. Особую опасность, даже при небольшом количестве снега, представляют склоны от 25 до 50°: на них хорошо удерживается выпадающий и переносной снег, накапливаясь вплоть до критической массы. Отмечаются случаи схода лавины со склонов крутизной 15—20°. Склоны круче 60° обычно считаются нелавиноопасными, поскольку снег с них скатывается и не накапливается в количествах, достаточных для образования лавин.

Особую осторожность следует проявлять при встрече с полого-вогнутой формой склона, в понижении которой скапливаются большие массы снега, готовые низвергнуться, стоит только подрезать снежный покров лыжным следом. Самое правильное решение — обойти такое место.



Рис. 3. Влияние конфигурации склона на динамику снежного покрова.

На склонах смешанной формы (рис. 3) отрыв лавины обычно происходит на участке перегиба, характеризующегося неустойчивостью снежного покрова, из-за расположенного снизу участка сползания снега. Выход группы на такой участок нарушает устойчивое состояние, что приводит к превышению предела прочности и разрыву снега в зоне максимального напряжения, вследствие чего неизбежна лавина. Опасность такой лавины заключается в том, что на группу обрушивается масса снега, набравшего большую скорость, поскольку отрыв бывает значительно выше нахождения группы. Пересекать такой склон безопаснее на выположенном участке выше перегиба.

Наиболее лавиноопасны предперевальные верховья лощин, где обильное снегонакопление формируется на трех сторонах, и с каждой из них возможен сход лавины. Самый безопасный путь преодоления таких участков — отказ от движения с подрезанием склона. В таких случаях целесообразно двигаться на перевал, прижимаясь к гребню одного из боковых отрогов, выше границы основного снегосбора, или по гребню.

Большинство лыжных маршрутов в горной местности проходит по долинам. Особенно лавиноопасны узкие V-образные долины с крутыми безлесными склонами и долины с каньонами. Опасны также корытообразные безлесные долины (рис. 102). Лавина, сорвавшись с одного склона, нередко пересекает всю долину, перехлестывает на другой склон и обрушивается на группу или вызывает сход лавины с противоположного склона. Такие долины не следует включать в маршрут.

Как бы ни были удобны для достижения цели заснеженные кулуары и желоба, подъем по ним сопряжен с большой опасностью, поэтому ими нельзя пользоваться для движения.

2. Характеристика снежного покрова

Оценивая характер снега, следует выяснить толщину снежного покрова, памятуя, что лавины начинают сходить уже при слое 50 см. Затем необходимо установить, какой на

склоне снег — новый или старый со множеством разновидностей, неодинаково проявляющих свою лавинную опасность.

Разновидностью старого снега являются фирн и наст. Фирн представляет собой массу льдистых зерен, слабо сцепленных друг с другом. Из влажного и сырого фирна образуются мокрые лавины, обладающие огромной разрушительной силой и цементирующим действием. Оказаться в такой лавине даже на короткое время — смертельная опасность! Сырой фирн, покрывшийся от мороза ледяной коркой, становится настом, который служит хорошим слоем скольжения для свежавывавшего снега.

В толще старого снега происходит множество скрытых процессов. Один из них — образование глубинного инея (своеобразной коррозии снега) — обладает опасным следствием: образуется слой слабого сцепления, по которому при малейшем воздействии (крик, выстрел сигнальной ракетой, падение снега, выход человека) срываются лавины. Этот процесс обычно не заметен на поверхности снега. Единственный сигнал предупреждения — характерный глухой звук, похожий на «у-у-ух», сопровождающий оседание снега, что вовсе не увеличивает сцепления слоев и не уменьшает опасности схода лавины. Чтобы убедиться, не попали ли вы на снег с глубинной изморозью, выкопайте ямку. Если между плотными слоями замечен рыхлый слой снега, состоящий как бы из маленьких ледяных шариков или кристаллов, которые, словно песок, сыплются с руки, и из них не вылепишь снежка, значит, надо быть осторожнее.

3. Погодные условия

Плюсовая температура, повышенная влажность воздуха и теплый ветер увлажняют и утяжеляют снег, что приводит к уменьшению сцеплений и перегрузкам. Такое состояние снега оценивается как весьма лавиноопасное.

Солнечная радиация, глубоко проникая в толщу снега, разрыхляет его. Неудивительно поэтому, что большинство случаев гибели в лавинах произошло на склонах южной экспозиции в самое теплое время дня — от 12 до 16 часов.

Не только потепление, но и резкое длительное похолодание может стать причиной повышенной лавинной опасности: сжатие снега приводит к образованию критических перегрузок в зоне максимального растяжения, что способствует отрыву в местах перегибов «снежных досок».

Дневной график движения нужно строить так, чтобы лавиноопасный склон оказывался на вашем пути ранним утром, а времени до освещения склона солнцем хватило на преодоление опасного участка.

4 ОЦЕНКА ЛАВИНООПАСНОСТИ СКЛОНА

- Склон с большим количеством не засыпанных снегом камней, кустов, практически не лавиноопасен. Каменные плиты, ориентированные вниз, слабо удерживают снег. На таком склоне лавины неизбежны. Травянистая подстилка значительно уменьшает сцепление снега со склоном и увеличивает возможность схода лавин;
- Поросший лесом склон наиболее безопасен, несмотря на трудоемкость и замедленность движения по нему. Однако сход лавин возможен и тут, о чем свидетельствуют «прочесы» — постепенно суживающиеся кверху широкие просеки, где растут отдельные деревья и кусты, деформированные частыми снежными потоками. Внизу «прочесов» могут быть нагромождения поваленных деревьев. Пересекать «прочесы» в середине или внизу опасно, самое правильное — подняться и перейти на другую сторону по границе леса или обойти значительно ниже возможного выноса лавины;
- Если над склоном нависают значительные снежные карнизы, то следует отказаться от прохождения;
- Если на данном склоне или в других сходных местах наблюдаются следы снежных лавин или оползни снега — следует отказаться от прохождения;

- Если склон освещен солнцем, снег сырой, наблюдаются «снежные улитки» — самопроизвольное скатывание со склона снежных коlobков - следует отказаться от прохода;
- Если необходимо пересечь гладкий склон крутизной более 25—30° без камней, деревьев и кустов, обильно покрытый рыхлым сухим снегом, лежащим на твердом слое - следует отказаться от прохода;
- Если при выходе на склон произошло оседание снега с характерным звуком «у-у-ух», то это свидетельствует о наличии слоя слабого сцепления — «глубинного инея» - следует отказаться от прохода;
- Если идет или только что прошел обильный снегопад – вероятность возникновения лавин существенно увеличивается.

5 ЛАВИННОЕ СНАРЯЖЕНИЕ ГРУППЫ

В группе должно иметься следующее лавинное снаряжение:

Личное:

Лавинный шнур – яркая лента длиной 15-20 м. Пристегивается к поясу!! На ленте делается разметка: деления с шагом 1 м и стрелки, указывающие к человеку.

Групповое:

Лавинный щуп – длина от 2 до 4 м, либо как самостоятельная конструкция, либо как комбинация из лыжных палок;

Лавинная лопата;

Аптечка первой помощи.

6 ДЕЙСТВИЯ ГРУППЫ ПРИ ПРОХОЖДЕНИИ ЛАВИНООПАСНОГО СКЛОНА

При отсутствии возможности обойти лавиноопасный склон рекомендуются следующие действия группы при прохождении:

Приняв решение о преодолении препятствия, необходимо выработать тактический план: выбрать основное направление движения и запасные пути, определить порядок следования группы и наметить действия при чрезвычайных обстоятельствах, определить необходимое время на преодоление препятствия, а также время начала и окончания движения. В принятии решения, как и в оценке обстановки, должны участвовать все члены туристской группы.

При выборе оптимально безопасного пути движения по лавиноопасному склону наряду с обеспечиваемой безопасностью обязательно возникнут «неприятности»: путь окажется более длинным; потребует больших затрат физических сил, времени и применения средств страховки; будет связан с нежелательным набором высоты и т. д.

Движение рекомендуется совершать со всеми предосторожностями по одному с интервалами на всю длину опасного участка (рис. 4).

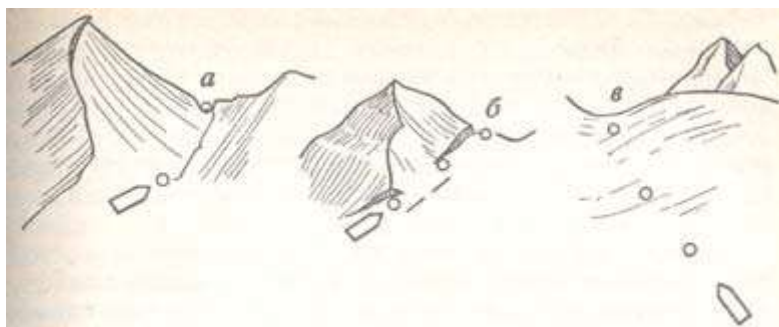


Рис. 4. Дистанция между участниками при прохождении лавиноопасных склонов: а – от укрытия до седловины перевала; б - от укрытия до укрытия; в - с интервалом 100 м и более.

Направление движения следует выбирать под защитой препятствий на пути возможной лавины (участки камней, выступающих из-под снега, кусты и деревья), а также по выположенным участкам выше перегибов, уступам склонов, контрфорсам, каменистым и

заснеженным гребням, даже если это удлинит путь и потребует нежелательного набора высоты (рис. 5).

Заснеженные склоны следует проходить выше линии основного снегосбора, склон с твердым слоем снега — в верхней, а с рыхлым — в нижней выположенной части; по наветренному и теневому склону движение безопаснее, чем по подветренному и солнечному.

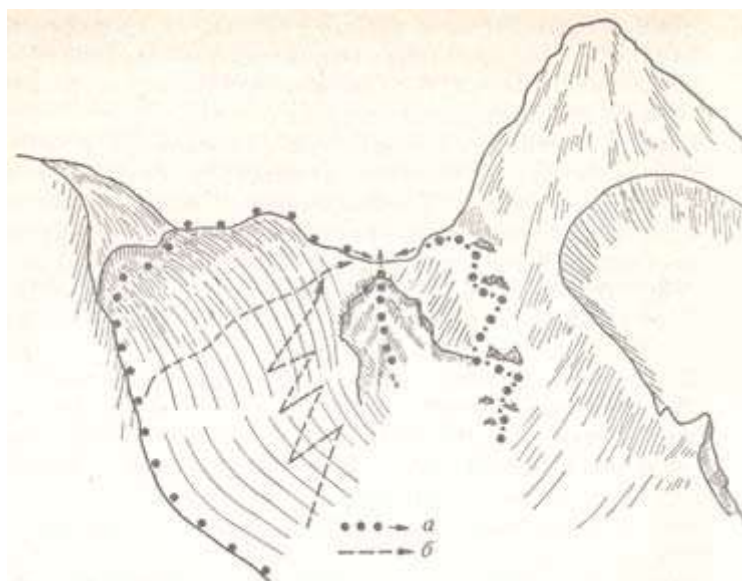


Рис. 5. Выбор пути движения по лавиноопасному рельефу: а - оптимально предпочтительный; б - неправильный.

Перед началом преодоления склона руководитель должен организовать движение и настойчиво добиваться выполнения намеченного плана.

Вначале необходимо выставить на безопасное место с хорошим обзором преодолеваемого отрезка наблюдателя и установить сигнал предупреждения о лавине. Наблюдатель смотрит за движением и фиксирует в случае схода лавины место исчезновения участника.

Важно проверить состояние снега на пути следования: первый турист, застрахованный с помощью основной веревки, проверяет, не дает ли снег осадки, не происходит ли его сползание. При неустойчивом состоянии снежного покрова надо немедленно отказаться от избранного пути.

Прежде чем начать движение, каждый обязан застегнуть капюшон, заправить штормовку в брюки, вынуть руки из темляков лыжных палок, ослабить плечевые ремни рюкзака, лыжные крепления, распустить лавинную ленту. Руководитель еще раз напоминает порядок действий в случае схода лавины, а также путь, по которому целесообразно скатываться, и местные предметы, за которыми можно укрыться от нее.

При движении участники должны соблюдать установленную дистанцию (не менее 100 м), идти след в след, не кричать, не делать резких движений и без необходимости не останавливаться.

Зонды и лопаты, если они оказались не у всех членов группы, необходимо переправлять так, чтобы они были у участников на той и другой стороне преодолеваемого склона. Совет переправлять их с одним из участников следует признать неправильным: при попадании этого участника в лавину группа лишится всего лавинного снаряжения.

7 ПОИСК ПОПАВШЕГО В ЛАВИНУ

Если все-таки избежать лавины не удалось, и часть группы оказалась засыпанной, то рассмотрим ситуацию с 2-х позиций: позиции попавшего в лавину и позиции членов группы, оставшихся на поверхности.

Заметив начало схода лавины, наблюдатель и все остальные криком предупреждают идущего об опасности, а при его исчезновении замечают место, где провалившийся исчез.

7.1 Действия попавшего в лавину

Идущий должен стараться выкатиться к краю лавины или укрыться за местным предметом, освободиться от палок, сбросить рюкзак, а в последний момент и лыжи. Как показывает опыт, те, кто успевал сделать это, оставались незасыпанными или откапывались сами.

В случае попадания в лавину надо попытаться удержаться на поверхности снега. Оказавшись в снегу, следует подтянуть колени к животу (сгруппироваться), прикрыть рот руками, а после остановки стараться расширить в снегу пространство перед лицом и грудью, не теряя спокойствия, стараться откапаться. Кричать рекомендуется, только если оставшиеся на поверхности товарищи находятся над засыпанным.

7.2 Действия остальных членов группы

Участники, избежавшие лавины, должны немедленно организовать спасательные работы, помня, что от их оперативности зависит судьба попавших в лавину. Опыт показывает, что живыми остаются те, кого удастся откапать в течение 20—60 минут и, очень редко, — после 1,5—2 часов.

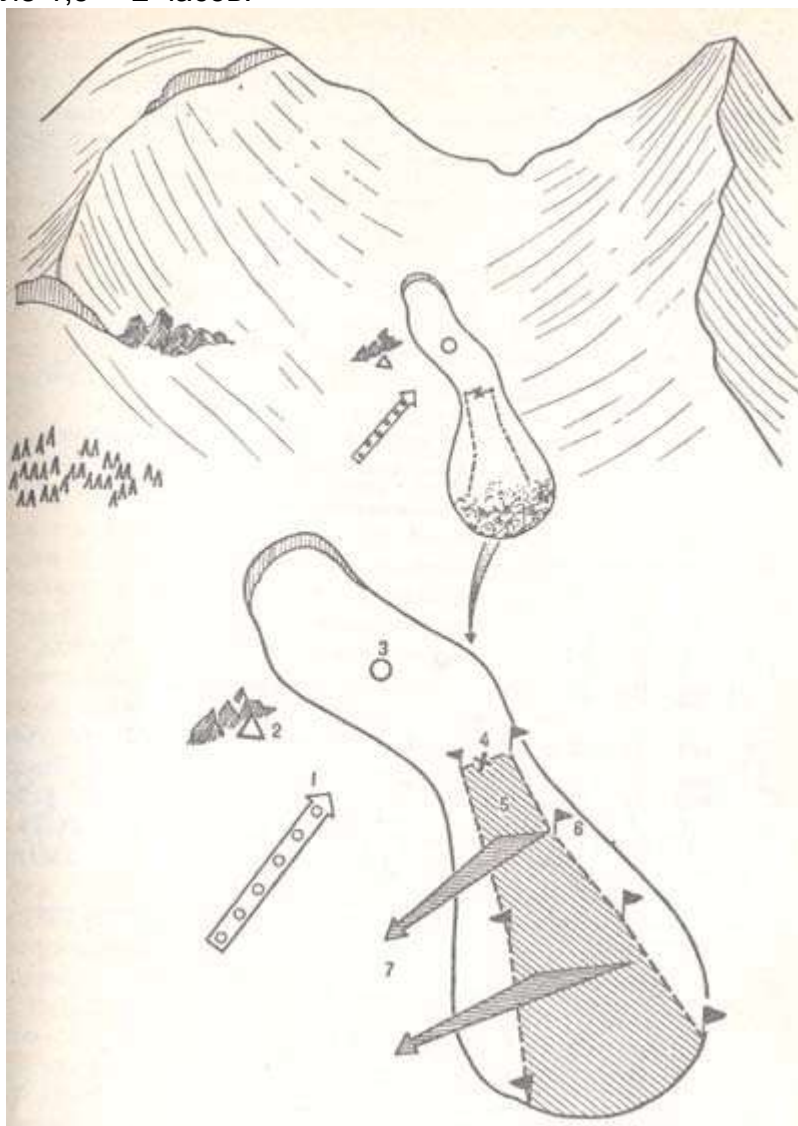


Рис. 6. Зона возможного нахождения участника; попавшего в лавину. Положение: 1 - группы; 2 — наблюдателя; 3 — участника в момент схода лавины; 4 — то исчезновения участника; 5

— зона поиска; 6 - знаки маркировки зоны поиска; 7— направления выката участников, зондирующих склон при повторном сходе лавины.

Действия оставшихся наверху сводятся к следующему:

1. Продолжить наблюдение за состоянием склона: повторные лавины - нередкое явление;
2. подручными средствами отметить место исчезновения пострадавшего;
3. Искать на поверхности, ниже места исчезновения, лавинную ленту или предметы снаряжения пострадавшего;
4. Не обнаружив лавинной ленты, определить вероятные места нахождения засыпанного: около камней, кустов, деревьев, в местах нагромождения снега, у внутренних изгибов лавины, в понижениях, конусе выноса (рис. 6, 7);

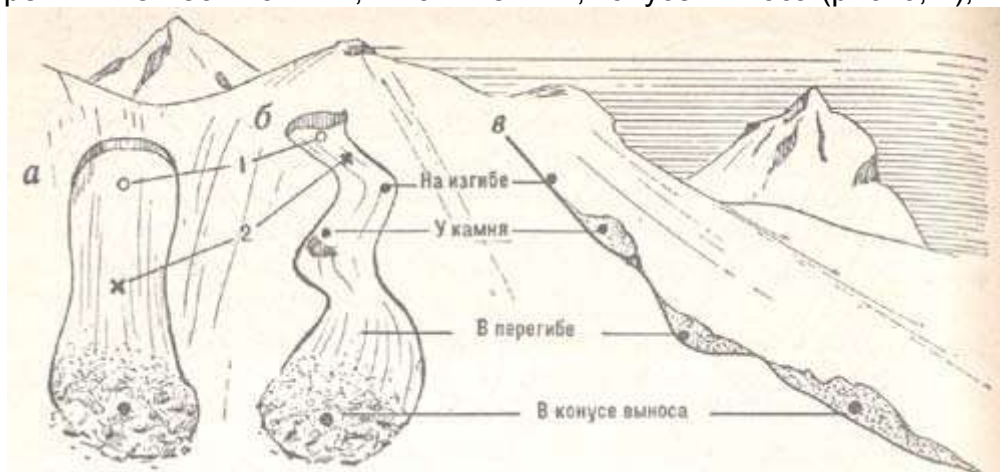


Рис. 7. Места возможного нахождения засыпанного лавиной: а - в прямоточной лавине; б - в лавине с извилистым ложем; в - на склоне сложной формы. 1 — нахождение участника в момент отрыва лавины; 2 — место исчезновения участника.

5. Организовать поиски пострадавшего, прежде всего, в местах вероятного нахождения (рис. 6, 7) способом ускоренного зондирования (рис. 8). В зависимости от числа людей расстановка их может осуществляться с интервалом 30 см, что обеспечивает расстояние между точками зондирования 70—75 см (при введении зонда только перед собой) и с интервалом 1 м. В этом случае при введении зонда в два места — вправо и влево от оси движения — фронт зондирования при одинаковом числе людей будет вдвое больше. Зонд вводят медленно, без резких ударов (желательно одной рукой и без рукавицы). Вероятность отыскания засыпанного при скоростном зондировании составляет 70%. Однако скорость прохождения участка в пять раз быстрее, чем при тщательном зондировании, что особенно важно на начальной стадии поисково-спасательных работ.
6. При затягивании поисков направить не менее 2 человек в ближайший населенный пункт за помощью и сообщить о случившемся контрольно-спасательной службе (отряд, пост). Остальными силами, организовав питание и попеременный отдых, продолжать поиски путем тщательного зондирования (см. рис. 8).
7. Обнаружив засыпанного, группа немедленно приступает к откапыванию, используя лавинные лопатки, дюралевые листы, а при их отсутствии — лыжи и ведра. Копать яму желательно несколько ниже зонда, поскольку чаще всего голова оказывается ниже по склону.
8. Приблизившись к пострадавшему, руками освободить его голову, очистить рот и нос от снега и при необходимости приступить к искусственному дыханию (см. рис. 110), одновременно продолжая откапывание. Часть группы устанавливает палатку, разжигает костер (примус), кипятит воду и варит бульон.

9. Откопав пострадавшего, перенести его в палатку, укрыть теплыми вещами, обложить самодельными грелками (в полиэтиленовые пакеты кладут намоченные в горячей воде и слегка отжатые полотенца, рубашки и др.), флягами, бутылками с горячей водой.

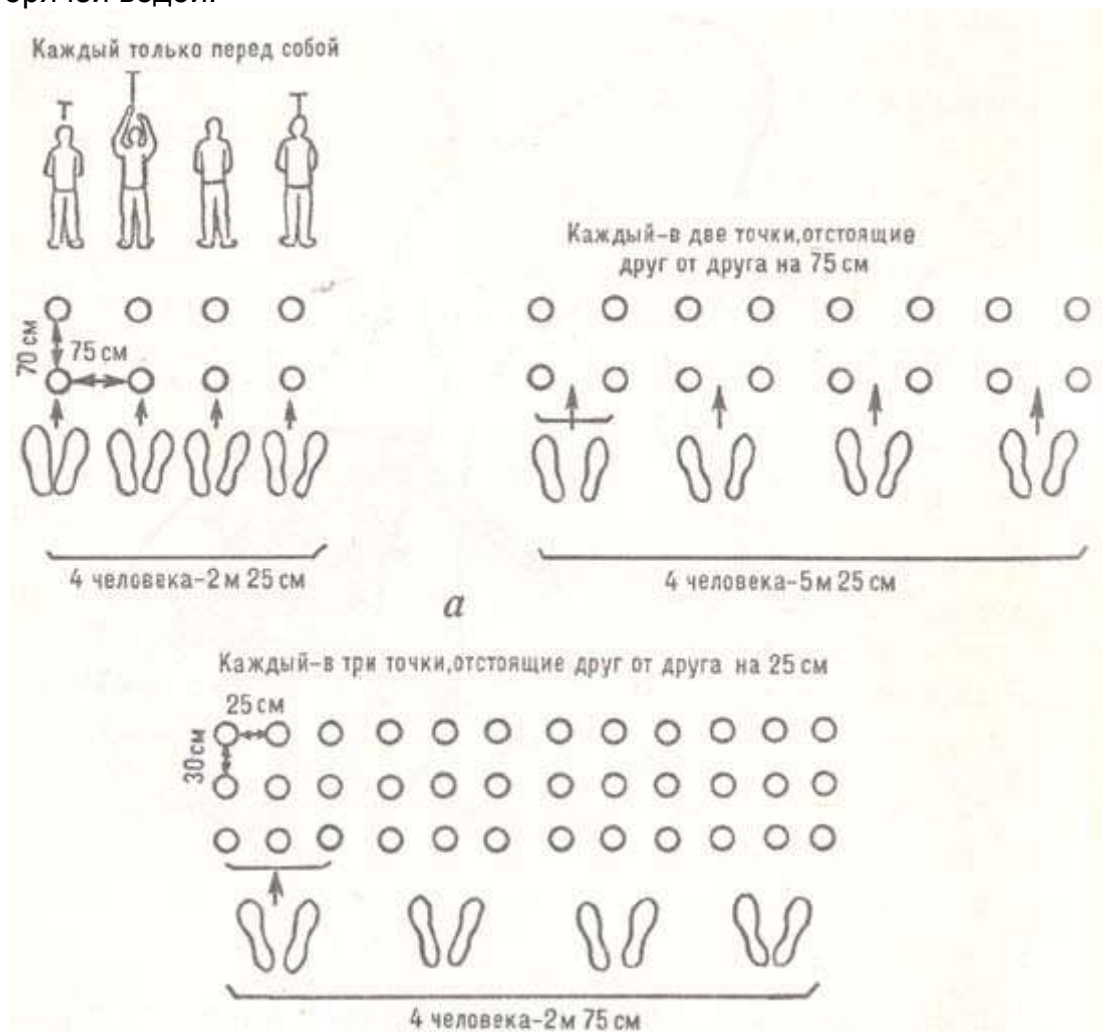


Рис. 8. Методы зондирования силами туристской группы: а - ускоренный; б - тщательный.

8 ПОСЛЕДСТВИЯ ПРЕБЫВАНИЯ В ЛАВИНЕ

1. Переохлаждение;
2. Переломы костей, вывихи, травмы конечностей, головы, туловища, кровотечения, болевой шок;
3. Остановка дыхания, прекращение сердечной деятельности, угнетение функций центральной нервной системы.

Первая помощь пострадавшему в лавине сводится к первой помощи при вышеперечисленных последствиях, этот вопрос широко освещен и находится за рамками настоящей работы.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Лукоянов П.И. "Зимние спортивные походы". М., "Физкультура и спорт", 1988.
2. Монтгомери О., "Охотники за лавинами". Издательство "Мир", Москва, 1980.
3. Jill A. Fredston, Doug Fesler, А. Руднев «Чувство снега» Руководство по лавинной опасности. Москва, 2002.

Краткий саамо - русский словарь (из Хибиниады).

Уай	ручей
Йок	река
Вум	долина
Явр	озеро
Суол	остров
Ламбина	проточное озеро (помор.)
Лухт	залив, губа
Нярк	мыс, полуостров
Варенч или Варака	лесистый холм (помор)
Пахк или Пакенч	гора с округлой вершиной, выходящая за пределы лесной зоны
Чорр	горный массив с плоской вершиной
Чокк	горный пик
Уайв или Уайвенч	отдельно стоящая округлая гора (уайв по-саамски голова)
Корч	сквозное ущелье в горах
Корр	кар, ущелье с замкнутой вершиной на склоне горы
Лаг	Пологий участок склона горы
Нюн	Отрог
Энемайок	Большая Белая
Путеличорр	Хребет пришельца
Маннепахк	Яичная гора
Иидичийок	Гольцовая река
Иидичвумчорр	Хребет гольцовой долины
Часначорр	Хребет дятла
Юмъекорр	Ущелье мертвых
Юмъечорр	Гора мертвых
Лутнермайок	Малая Белая

Партомчорр	Гора хороших кормов
Рисчорр	Кустарниковая гора
Юкспорр	Дугообразный хребет
Расвумчорр	Хребет травянистой долины
Ловчорр	Крепкая гора
Кукисвумчорр	Хребет длинной долины
Поачйок	Оленья река
Чорргор	Горное ущелье
Палгасвумчорр	Гора охотничьей тропы
Каскасныюйок	Река можжевельного отрога
Мальвальтайок	Река бобровых владений
Горйок	Перевальная река
Кальйок	Река, переходимая вброд
Ворткеуай	Караульный ручей
Тахтарвумчорр	Хребет долины желанного отдыха

"ПОЗНАЙ РОДИНУ-ВОСПИТАЙ СЕБЯ"
отчет о походе

Автор-составитель:
Лёксин Александр Григорьевич

Фотографии:
Дикусар Евгений Анатольевич

Компьютерный набор и редактирование:
Лёксина Светлана Михайловна