

## Активный тур в Адыгею

Регионы: Адыгея, Краснодарский край

### О туре

Путешествие проходит на Кавказе, на территории Республики Адыгея. Адыгея — это край горных рек, шумных водопадов и величественных гор. В окрестностях поселка Хаджох природа создала удивительные ущелья: каньон реки Белой, Мишоко, Руфабго. В каньонах множество живописных водопадов, пещер и гротов.

Отдых в Адыгее — это прекрасный вариант для начинающих туристов познакомиться с красотами Кавказа. Маршруты здесь легкие, нет больших перепадов высот.

Самое лучшее время для проведения многодневных туров в эти места — май и июнь. Именно в этот период есть возможность увидеть полноводные водопады во всей своей красе!

В течение тура группа размещается в гостинице. Весь трекинг по ущельям туристы совершают налегке, без рюкзаков. Поэтому данное путешествие **рекомендуем для новичков и родителей с детьми**.

Тип отдыха: проживание в гостинице, трекинг налегке.

### День 1 Музей «Сад камней» и Хаджохский дольмен / Свято-Михайловский монастырь

10:00 (московское время) — сбор группы на железнодорожном вокзале Краснодар-1 (возле входа в Северное крыло вокзала), в 12:00 — сбор группы в аэропорту г. Краснодар.

Переезд на микроавтобусе в пос. Хаджох (2,5-3 часа). Знакомство с Адыгеей начнем с обзорной экскурсии и посещения достопримечательностей по пути.

#### Музей «Сад камней» и Хаджохский дольмен.

На территории Западного Кавказа находится более 3000 дольменов.

Хаджохский дольмен — один из немногих сохранившихся в здешних окрестностях. Он является памятником археологии IV-III тыс. до н.э. Дольмен находится на краю уютного яблоневого сада, в тени рощицы с большими деревьями.

Происхождение и назначение дольменов для ученых до сих пор является загадкой. Но есть несколько интересных гипотез о возникновении дольменов, которые вы обязательно узнаете.

Возле дольмена расположен палеонтологический музей, во время экскурсии по которому увидим множество красивых камней и аммонитов — раковин древних моллюсков, которые давным-давно населяли океан Тетис.

#### Свято-Михайловский монастырь.

Свято-Михайловский монастырь построен недалеко от поселка Хаджох. Расположился монастырь в очень живописном месте — на склоне горы Физиабго.

Еще в конце XIX он был самым крупным монастырём северного Кавказа, а на данный момент является самым высокогорным православным монастырем России.

Здесь же находится целая система пещер и потайных ходов. Как гласит народное поверье, эти хода ранее соединяли все стоящие на поверхности храмы. Под землей монахи хранили свои святыни, здесь же находилась библиотека и иконописная мастерская.

Во время экскурсии по монастырю погуляем по его территории и посетим источник, который обладает чудом исцеления.

**Активная часть тура:** 3,1 км пешком, продолжительность экскурсий 4-5 часов.

После завершения экскурсий, переезд в поселок Каменноостровский, который туристы чаще называют поселок **Хаджох**.

Поселение в гостинице, в которой группа будет жить на протяжении всего активного тура.

## День 2 Каньон реки Белой (Хаджохская теснина)

### Каньон реки Белой — визитная карточка Хаджоба!

На южной окраине поселка шумная река Белая бежит в глубине великолепного каньона. Глубина каньона около 20 метров, а длина — 350-400 метров.

Берега реки в некоторых местах полностью сплелись между собой, образовав удивительные каменные мосты. Так поселок и получил свое название — Каменноостский (или Хаджох).

Даже в очень яркий день солнце не проникает в отдаленные уголки ущелья. Над самой водой, в каменных стенках, можно рассмотреть углубления, полки, ниши — все это результат многовековой работы бурной реки. Во время экскурсии по ущелью на нашем пути встретятся удивительные каменные арки, небольшие водопады.

Активная часть тура: 5,7 км пешком, перепад высот 410-420 м, продолжительность 3 часа.

### Скала Молоток.

Чтобы посмотреть на Адыгею с высоты, отправимся в трекинг на скалу Молоток!

К скале ведет лесная тропа. Вначале нам предстоит набрать высоту, а затем тропа становится более ровной и идет траверсом по хребту.

В Адыгее немало необычных скал, Молоток — как раз одна из них! Природа создала эту скалу в форме настоящего каменного инструмента. Чтобы воочию в этом убедиться, поднимемся над скалой и посмотрим на нее с высоты.

И попутно полюбуемся красивой панорамой!

А еще по пути увидим огромное каменное окно в Европу, в котором мы очень часто делаем отличные групповые фото.

Активная часть тура: 5,5 км пешком, перепад высот 425-590 м, продолжительность 2-3 часа.

## День 3 Трекинг в ущелье и на водопады Руфабго

Из поселка Хаджох расходятся несколько ущелий. Одно из самых популярных у туристов — это ущелье реки **Руфабго**, украшенное шумными водопадами. Маршрут оборудован удобными лестницами и мостиками, облегчающими наш путь по каньону. Даже жарким летом здесь всегда царит полумрак и приятная прохлада.

Во время экскурсии увидим живописные водопады: «**Сердце Руфабго**», «**Шнурочек**», «**Девичьи косы**», высота которых от 5 до 14 метров.

Также выйдем на отличные смотровые площадки и посетим большой грот — стоянку первобытного человека. Грот называется «**Кошачий глаз**» благодаря своеобразному сквозному отверстию в куполе пещеры.

Активная часть тура: 15,3 км пешком, перепад высот 410-580 м, продолжительность 6-7 часов.

## День 4 Прогулка на лошадях, рафтинг

**Конные прогулки** — это прекрасный, активный отдых на природе. В течение прогулки можно будет любоваться красотами сказочной Адыгеи и получить удовольствие от общения с лошадьми. Такие туры всегда дарят положительные эмоции и детям, и взрослым.

Инструктор научит, как правильно управлять и держаться в седле. Лошади у нас послушные, с ними найдёт общий язык даже неопытный всадник. Каждый выберет себе лошадку — и поехали на прогулку по лесным тропам. В пути обязательно остановимся и сделаем фото с лошадьми на фоне гор.

**Продолжительность мероприятия:** 1,5 часа (инструктаж + прогулка).

### Рафтинг

**Рафтинг в Адыгее проводится на реке Белой** — главной водной артерии этих мест. Опытный инструктор проведет тренировку и инструктаж по технике безопасности. Затем надеваем спасательные жилеты, каски — и вперед!

Сплав на рафте — это лучший активный отдых в Адыгее и замечательный способ знакомства с дикой природой этих

мест. У вас будет возможность погрузиться в водную стихию, увидеть красоту гор с новой стороны. С воды будем любоваться красивыми водопадами и гранитными скалами.

**Одежда для рафтинга:** купальник или шорты + футболка. На рафтинге выдают гидрокостюм, специальные носки, обувь, спасательный жилет и каску. Гидрокостюм надевается сверху на купальник или шорты с футболкой.

**Продолжительность рафтинга:** 2-2,5 часа (инструктаж + сплав).

## **День 5 Большая Азишская пещера, смотровая площадка на плато Лаго-Наки, трекинг по скале Утюг**

Сегодня самый красивый и просторный день!

С утра отправляемся на хребет Азиш-Тау, который подарил Адыгее **Большую Азишскую пещеру**. Это уникальный памятник природы, где всегда много туристов и в будни, и в выходные дни.

На экскурсии увидим, как умело украсила Природа просторные залы пещеры сталактитами, сталагмитами и столбами удивительных форм. Некоторые скальные образования имеют даже свои имена. Самое необычное называется «деревом счастья» ;))

Далее по программе тура нас ждет поход к панорамной точке, где открывается прекрасный вид на горы Тхачи, Ачежбоки, Бамбаки, Джемарук.

Тур в Адыгею непременно дополняется посещением сувенирного рынка. Сегодня будет возможность купить магнитики, горный чай, медовый сбитень и варенье из ягод. Цены демократичные, если поторговаться, то можно совсем недорого купить понравившиеся сувениры.

Затем в нашем активном туре по Адыгее поедem к границе Кавказского заповедника.

Поднимемся на высоту почти 2000 м, где перед нами откроется знаменитое плато Лаго-наки. Не зря эта территория включена в наследие Юнеско! На плато раскинулись разноцветные альпийские луга, которые цветут в любое время года, когда нет снежного покрова.

Продолжаем день прогулкой по **скале Утюг**, с удовольствием задержимся на панорамных точках и смотровых площадках.

Обед устроим в месте с прекрасным видом на **плато Лаго-Наки**. Впечатлённые и отдохнувшие вернемся к машине.

**Активная часть тура:** 6 км пешком, перепад высот 1800-1900 м, продолжительность 6-7 часов.

## **День 6 Трекинг в ущелье Мишоко**

Пешие туры по Адыгее невозможно представить без прогулки в ущелье Мишоко. Путь в **Мишоко** начинается от карьера, на самом дне которого образовалось родниковое озеро. Озеро называют Красным за розовый отблеск, идущий от скалы на восходе солнца.

Свернув с трассы, тропа поднимается вверх по сосновому бору и выводит к большому гроту и капельному роднику. Еще выше находится смотровая площадка, откуда открывается изумительный вид в глубину ущелья и на хребет Азиш-Тау.

Далее тропинка ведет вдоль шумных водопадов, перекатов реки и древних гротов, расположенных на террасах ущелья.

Поскольку места здесь тихие, иногда в Мишоко можно увидеть горный лагерь туристов с палатками.

Выбрав самое красивое место для отдыха, устроим привал и обед.

**Активная часть тура:** 15,5 км пешком, перепад высот 410-570 м, продолжительность 5-6 часов.

## **День 7 Термальные источники «Водная Ривьера»**

В этот день запланирован отдых на **горячих источниках «Водная Ривьера»**.

Здесь находятся пять бассейнов под открытым небом с термальной водой разной температуры, которая обладает

целебными и расслабляющими свойствами. Вода поступает в бассейн со скважины, глубина которой 1800 метров. Этот термальный источник Адыгеи богат кремнием, натрием, что оказывает благотворное воздействие на организм. Кроме того, здесь просто приятно поплавать и расслабиться =))

Купальные принадлежности (купальник, полотенце, тапочки, заколка для волос) следует заранее упаковать в отдельный пакет и взять с собой в автобус.

Переезд на микроавтобусе в г. Краснодар.

15:00-16:00 — прибытие на железнодорожный вокзал и аэропорт г. Краснодар, отъезд домой.

## Содержание тура

### В стоимость включено

- Автотранспортные переезды по маршруту
- Проживание в пос. Каменноостровский в гостевом доме «Любава» (<https://www.domygoru.ru/>) или гостевом доме такого же класса: двух-, трехместные номера. В каждом номере удобства (душ, туалет)
- Двухразовое питание. Готовые завтраки (день 2-7) подаются в кафе по комплексному меню (меню не индивидуальное!), обед (день 2, 3, 5, 6) – сухой паек днем в горах (колбаса, сыр, чай, печенье, шоколад, сладости)
- Входные билеты в музей «Сад камней», Хаджохскую теснину, Большую Азишскую пещеру, на термальные источники
- Прогулка на лошадях
- Рафтинг
- Прокат группового снаряжения: котлы и газовые горелки (для приготовления чая на обед в горах), групповая аптечка
- Услуги инструктора-проводника

### В стоимость не включено

- Транспортные расходы к началу маршрута и обратно (г. Краснодар)
- Питание: обед в день 1 и 4, ужины. Стоимость обеда/ужина в кафе: от 500 руб.
- Доплата за одноместное размещение в номере гостиницы

## Дополнительно

*В зависимости от погодных условий, физического состояния участников и других факторов, маршрут может быть изменен.*

### Сведения о месте отдыха

Район путешествия: Российская Федерация, Республика Адыгея, пос. Хаджох.

Старт маршрута: г. Краснодар (жд вокзал) в 10:00 МСК.

Финиш маршрута: г. Краснодар (жд вокзал) в 15:00-16:00 МСК.

Если вы приезжаете за день до начала маршрута или уезжаете позже, на жд вокзале г. Краснодар можно остановиться в комнате отдыха.

Часовой пояс: московское время.

Денежная единица: российский рубль.

### Общая информация по маршруту

Тип отдыха: проживание в гостинице, трекинг по ущельям налегке.

Проживание: гостиница.

Питание: двухразовое.

Маршрут проходит на высоте: 410-1320 м.

Протяженность маршрута: 52,6 км.

Ограничение по возрасту: от 6 до 60 лет.

### Программа поездки

**Маршрут:** г. Краснодар — пос. Хаджох, Сад камней и Хаджохский дольмен — экскурсия в Свято-Михайловский монастырь — Каньон реки Белой (Хаджохская теснина), Скала Молоток — ущелье и водопады Руфабго — прогулка на лошадях, рафтинг — экскурсия в Большую Азишскую пещеру, смотровая площадка на плато Лаго-Наки, трекинг по скале Утюг — ущелье Мишоко — термальные источники — г. Краснодар.

### Список снаряжения

- Кепка / панамка
- Куртка. Температура воздуха рано утром и поздно вечером +8...+12С.
- Флиски. Осенью рекомендуем брать 2 флиски: одна — для ходьбы на маршруте (достаточно быстро она приобретает походный запах), вторая чистая и свежая флиска — для ходьбы в гостинице.
- Футболка
- Легкая рубашка с длинным рукавом. Рубашка защитит от обгорания руки и шеи.
- Бафф. Защищает шею от обгорания, можно использовать как головной убор.
- Ходовые брюки
- Нижнее белье
- Носки
- Трекинговая обувь
- Резиновые сапоги (актуально для туров с конца апреля по середину мая)
- Шлепки (для ходьбы в гостинице)
- Купальник
- Для девушек по желанию: платье для фотосессии на фоне гор =))
- Непромокаемая одежда или дождевик
- Трекинговые палки. Палки значительно снижают нагрузку на колени. Физически крепким и здоровым туристам мы рекомендуем иметь с собой палки. Туристам, у которых есть проблемы с коленями, суставами и лишним весом, трекинговые палки иметь **ОБЯЗАТЕЛЬНО**.
- Паспорт / свидетельство о рождении ребенка. Обязательно иметь оригинал документов (не копию).
- Фотоаппарат / видеокамера и зарядное.
- Туалетные принадлежности (зубная щетка, зубная паста, мыло, шампунь, бритва)
- Расческа
- Солнцезащитные очки
- Пластиковая бутылка 0,5 л (для питьевой воды на маршруте)
- Туалетная бумага (пригодится днём, на маршруте)
- Кружка, ложка, нож. На обеде в горах инструктор делает чай, туристы берут с собой кружки. Необходимо иметь не бьющуюся кружку (пластиковую или железную).
- Влажные салфетки
- Нитка, иголка
- Рюкзак для прогулок (объем 20-25 литров). В рюкзаке находятся личные вещи туриста (флиска, дождевик, бутылка с водой и т. д.), а также общественные продукты на обед, которые выдает инструктор (вес продуктов 400-600

грамм).

- Подпопник
- Сушилки для обуви
- Солнцезащитный крем, гигиеническая помада
- Индивидуальная аптечка. Обязательно: эластичный бинт, пластырь.
- Шапка, перчатки
- Термос объем 0,5-0,75 л
- Фонарик (для поездок в сентябре, октябре). Световой день осенью становится короче, поэтому иногда вечером на маршруте может пригодиться фонарик.

- ❗ Туроператор оставляет за собой право менять порядок экскурсий, время начала и место сбора или производить замену объекта показа на аналогичные, сохраняя при этом общий объем программы
- ❗ Размещённые данные носят информационный характер и не являются публичной офертой.