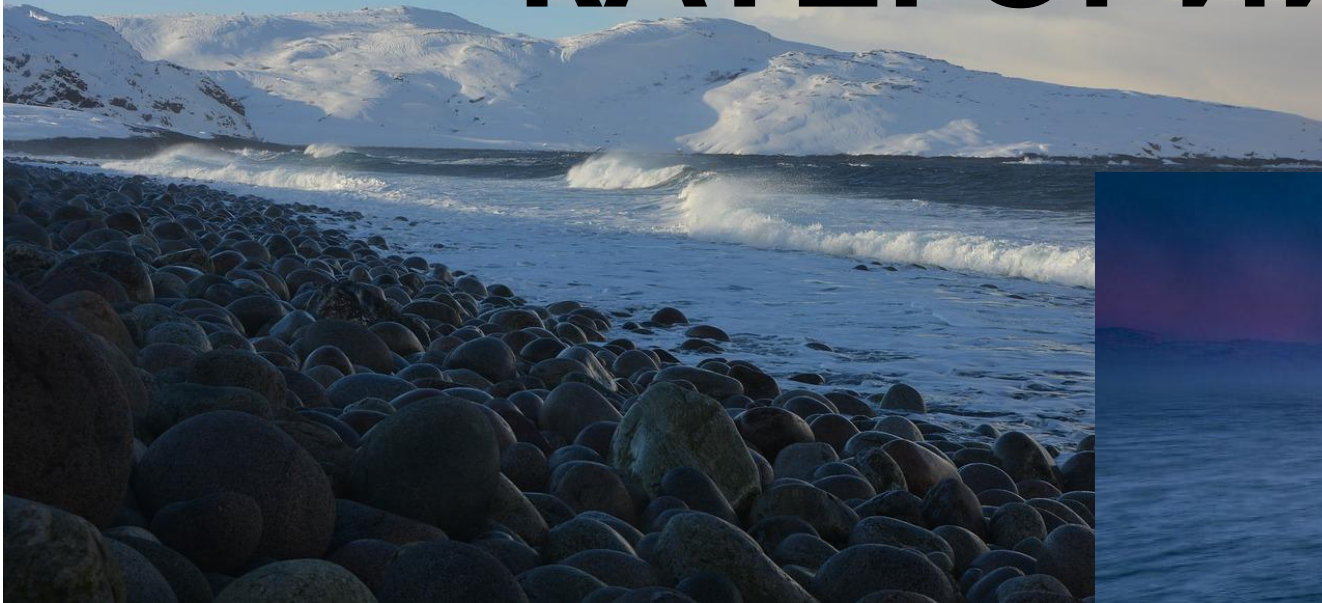


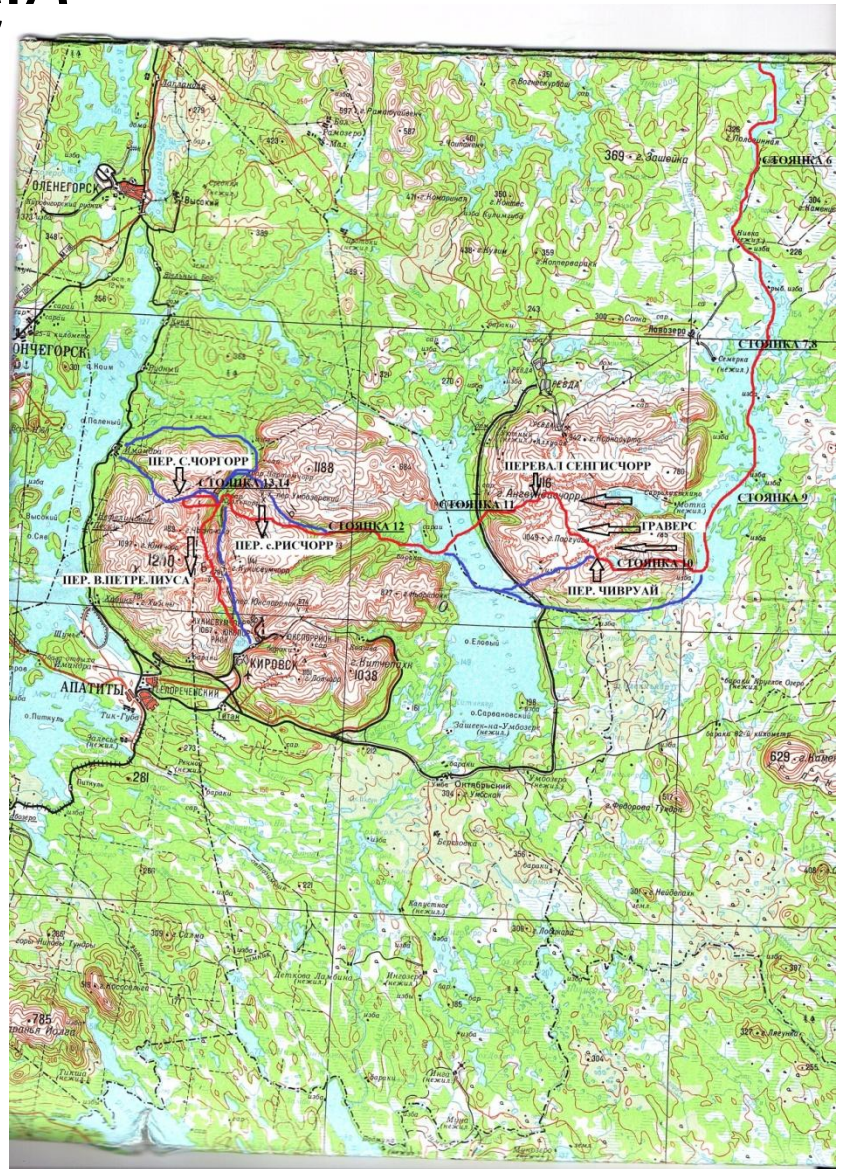
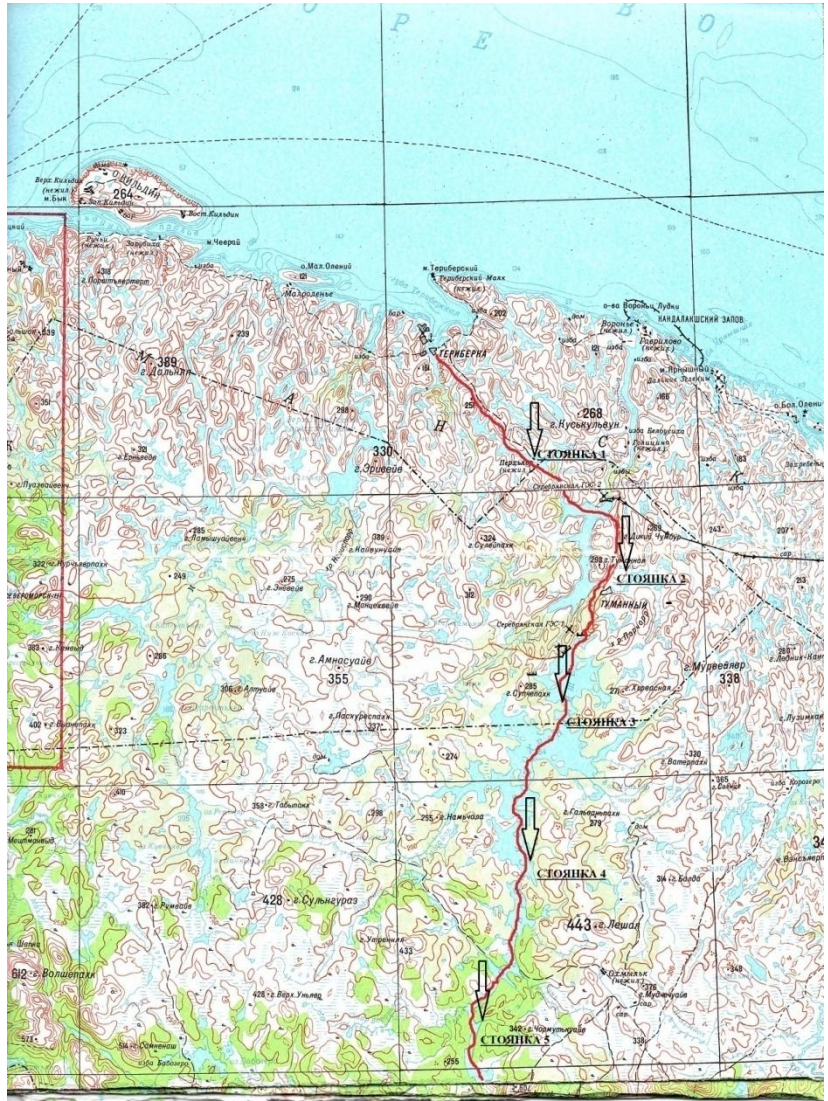
# ЛЫЖНЫЙ ПОХОД 3 КАТЕГОРИИ СЛОЖНОСТИ



**РАЙОН ПОХОДА- МУРМАНСКАЯ  
ОБЛАСТЬ, КОЛЬСКИЙ  
ПОЛУОСТРОВ**



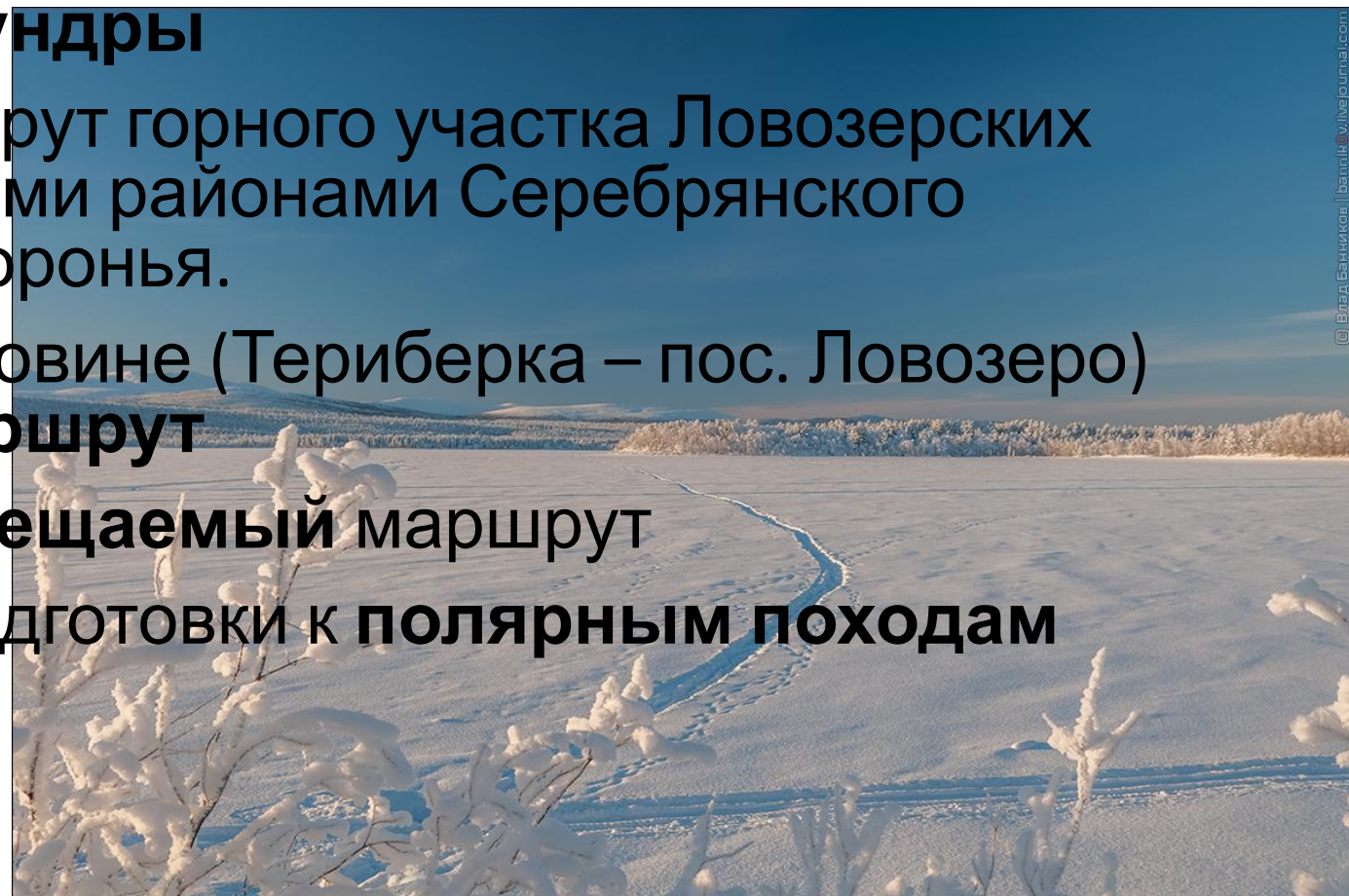
# Основная идея похода – от Териберки (Мурманск, Берег Баренцева моря до Хибин, город Кировск)!





# Уникальность маршрута

- Возможность посетить участки **полярной тундры, лесотундры и горной тундры**
- Соединение в один маршрут горного участка Ловозерских тундр с редкопосещаемыми районами Серебрянского водохранилища и реки Воронья.
- Линейный и в первой половине (Териберка – пос. Ловозеро) **безальтернативный маршрут**
- Относительно **редко посещаемый** маршрут
- Хорошая возможность подготовки к **полярным походам**



# Начало похода. Заезд в район путешествия

20.03 – отправление  
поездом СПб в 21.24  
(Ладожский вокзал)

21.03 – прибытие в г.  
Мурманск в 21.23

Трансфер в пос.  
Териберка на авто – 2  
часа, прибытие  
ориентировочно 00.00.  
Ночлег в шатре.





# 1 часть маршрута

7-8 дней  
Териберка – пос. Ловозеро  
Протяженность – 153 км.  
Прохождение горных  
тундровых участков, озер,  
пос. Туманный,  
Серебрянского  
водохранилища, р. Вороньей,  
вход в оз. Ловозеро.  
Взятие заброски на вторую  
часть маршрута



## 2 часть маршрута

5-6 дней

от пос. Ловозеро до п.  
Ревда. Протяженность –  
80 км.

Преодоление горного  
плато Ловозерских тундр  
пер. Сенгисчорр (1Б),  
пер. Тавайок Сев (1А)



# Завершение похода. Выход из района

3.04 – отправление поездом в 12:12 от ст. Оленегорск

4.04 – прибытие в СПб (воскресенье) в 10:09





день маршрута	участок маршрута	Протяженность по карте	Учитываемый коэффициент (Км)	Итого	Перепад высот
1) 1	пос. Териберка – оз. Чехчъявр	20	1.1	22	0
1) 2	оз. Чехчъявр – оз. Перхъявр – Серебрянская ГЭС 2 – Серебрянское вдхрл – пос. Туманный	22	1.1	24	0
1) 3	пос. Туманный – Серебрянское вдхр. (бутылочное горло)	20	1.1	22	0
1) 4	р. Воронья (гора Чертова 230.8 м.)	22	1.1	24	0
1) 5	р. Воронья (устье р. Старая Воронья)	22	1.1	24	0
1) 6	р. Воронья (устье реки Старая Воронья) – р. Воронья (устье реки Олквэйе)	25	1.1	27	0
1) 7	р. Воронья (устье реки Олквэйе) - оз. Ловозеро (м. Чумнерк)	22	1.1	24	0
1) 8	Дневка				
1) 9	оз. Ловозеро (м. Чумнерк) – оз. Светлое	20	1.1	22	+300
1) 10	оз. Светлое - пер. Куйвчорр - озеро Сейдозеро – р. Мурнуай	20	1.2	22	+490 - 610
1) 11	р. Мурнуай - пер. Тавайок Сев — р. Сенгисйок	20	1.2	22	+700 - 540
1) 12	р. Сенгисйок - пер. Сенгисчорр - г. Ангвундасчорр - г. Кедыквырпахк - траверс пер. Геологов - 2й цирк Раслака - п. Ревда	20	1.2	22	+780 -870
1) 13	запасной день				+2270 - 2020
		233	<b>ИТОГО:</b>	<b>255 км</b>	<b>4,3 км</b>



# УЧАСТНИКИ ПОХОДА

№	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения	Адрес	Лыжный тур. опыт
1. 1	Ордынский Андрей Владимирович	30.03.1978	Пр. Богатырский д. 58-2-201	<b>2 Рук-во (Колский п-в)</b> <b>4 участие (Пол Ур)</b>
1. 2	Самсоненко Станислав Александрович	14.05.1973	Ул. Красуцкого 2 -27	<b>2 Участие (Колский п-в)</b>
1. 3	Иошин Савелий Андреевич	30.05.2000	Пр. Пискаревский д. 37-2-.22	<b>2 Участие (Колский п-в)</b>
1. 4	Ухлина Елена Борисовна	20.09.1978	Ул. Ленская, д. 16 к. 2 кв. 146	<b>2 Участие (Колский п-в)</b>
1. 5	Сологубов Николай Дмитриевич	27.06.2001	Пр. Гражданский 21-2-96	<b>2 Участие (Колский п-в)</b>
1. 6	Орлов Петр Андреевич	02.08.2003	Ул. Турку д.24, корп.1, кв.13	<b>2 Участие (Колский п-в)</b>
1. 7	Баум Светлана Андреевна	27.03.2006	Пр. Энергетиков д. 72-2-15	<b>2 Участие (Колский п-в)</b>
1. 8	Брезгина Милана Владимировна	22.02.2006	Пр. Маршала Блюхера д.38-1-119	<b>2 Участие (Колский п-в)</b>
1. 9	Буров Александр Андреевич	26.11.1997	Ул. Петра Суворовина д. 13 кр	<b>2 Участие (Колский п-в)</b>

# Локальные и протяженные препятствия

№	Вид ЛП (ПП)	Название	Характеристика
1	Траверс	траверс горной части р. Сенгисйок - пер. Сенгисчорр - г. Ангвундасчорр - г. Кедыквырпахк - траверс пер. Геологов - 2й цирк Раслака - п. Ревда	1Б -1А плато, протяженность 12 км, незначительный перепад высот
2	Перевал	пер. Сенгисчорр	1Б, 950 м. снежный склон (кулуар) до 40 град.
3	Перевал	пер. Тавайок Сев	1А, 850 м. снежный склон 30 град.
4	Перевал	пер. Эльморайок	н/к, 660 м

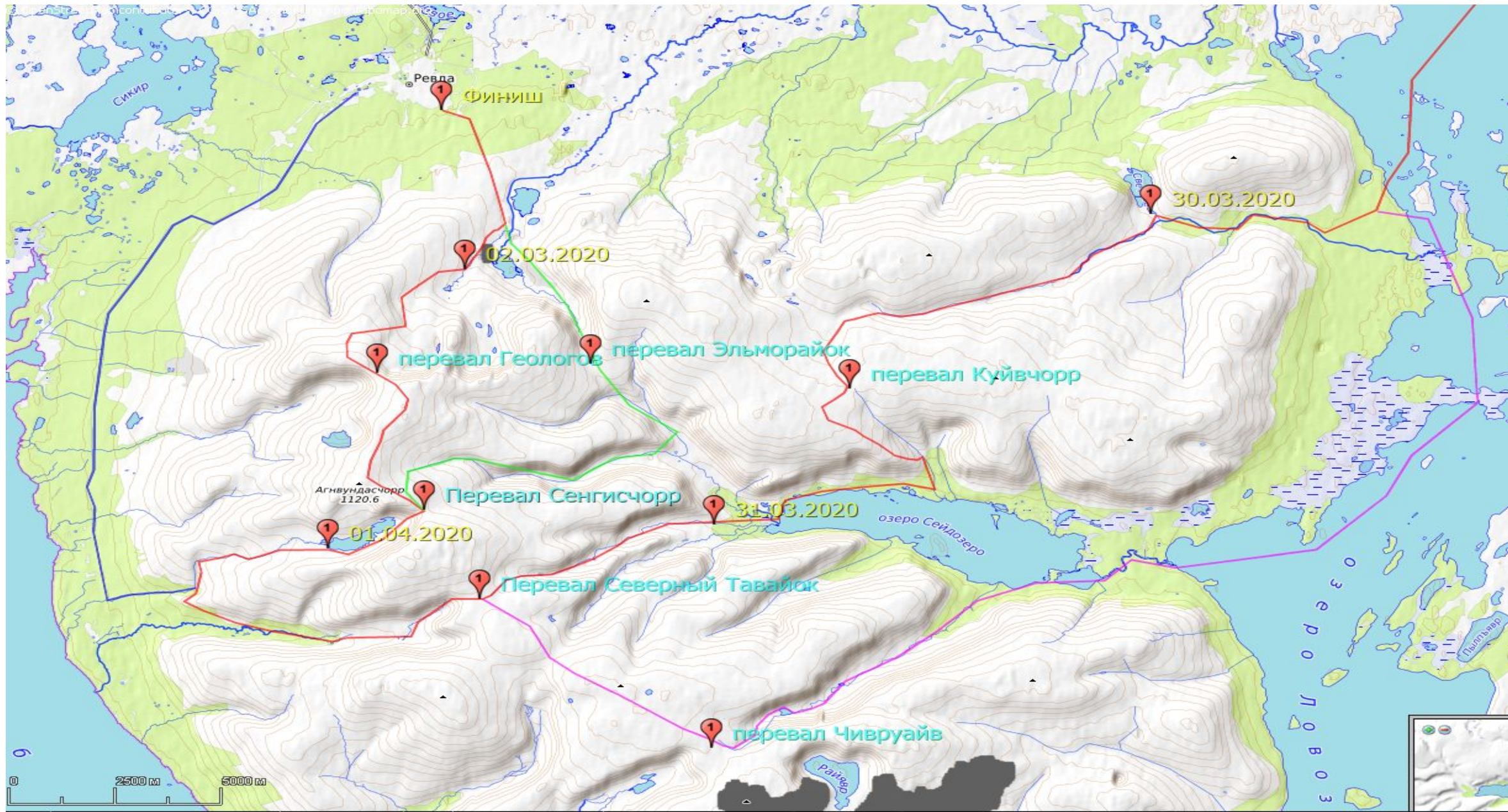


# Обзорная карта





# Горная часть Ловозерских тундр





# Запасные варианты маршрута

- Вместо пер. Куйвчорр

***оз. Ловозеро (м. Чумнерк) - озеро Сейдозеро – р. Чивруая***

- Вместо прохождения траверса пер. Сенгисчорр - г. Ангвундасчорр - г. Кедыквырпахк - траверс пер. Геологов - 2й цирк Раслака

***пер. Сенгисчорр(1Б) - р. Чинглусуай - р. Эльморайок- пер. Эльморайок (н/к)***

- Вместо прохождения– пер. Тавайок Сев.

***Р. Чивруая - пер. Чивруай-Ладв(1А) траверс пер. Куфтуай (н/к) - пер. Тавайок Сев.(1А) - р. Сенгисйок***

МАТЕРИАЛЬНОЕ  
ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
ГРУППЫ

Шатер  
«Полярный  
» 2-х  
слойный





МАТЕРИАЛЬНОЕ  
ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
ГРУППЫ

Современные  
системы для  
приготовления  
пищи



МАТЕРИАЛЬНОЕ  
ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
ГРУППЫ

*Навигатор*



# СПИСОК НЕОБХОДИМОГО ГРУППОВОГО СНАРЯЖЕНИЯ ДЛЯ ПЕШЕХОДНОГО ПОХОДА

Шатер «Полярный»	на 6-9 человек
Печка с комплектом труб	1 шт.
Газовые горелки	3 шт.
Кастрюли	2 шт- 5 и 4 л.
Ветрозащитный экран	2 шт.
Топор	1 шт.
Пила лучковая	1 шт.
Термос 1 литр	3 шт.



# СПИСОК НЕОБХОДИМОГО ГРУППОВОГО СНАРЯЖЕНИЯ ДЛЯ ЛЫЖНОГО ПОХОДА 3 к.с.

Наименование	Количество
Веревка основная	50 метров – 2 шт.
Спутниковый треккер	1 шт.
Комплект закладных элементов	1 шт.
Репшнур расходный (петли)	20 метров
Ледоруб	2 шт.
Аптечка	1 шт.
Термометр	1 шт.
Конденсатное одеяло	1-2
Рем. набор	1 шт.
Газ. баллоны	12 шт.
Навигатор	1 шт.
Комплект карт	2
Маршрутные документы	1 шт.
Страховка на участников	по количеству

# План подготовки к лыжному походу 3к.с.

**Тренировки в спортивном зале – общая физическая подготовка, теоретическая подготовка, техническая подготовка (на тренировочном полигоне).**

**(спортивный зал в гимназии 664, пр. Ударников 17 к.2, метро Ладожская):**

- **Пятница 17.00-20.00**

# План подготовки к лыжному походу 3

к.с.

	ДАТА	НАЗВАНИЕ	МЕСТО
1	4.01.2020	однодневный поход	Воейково – Коркинское озеро - Воейково
2	8.01.2020	однодневный поход	Кузьмолово - Осельки
3	18-19.01	Поход	Сортавала (Ладожские шхеры)
4	1-2.02	Поход	ст. Каннельярви (карьер)
5	9.02	однодневный поход (техническая тренировка)	Токсово
6	22-24.02	Поход (техническая тренировка)	ст. Каннельярви (карьер)
7	9.03	однодневный поход (лыжная тренировка)	Карельский перешеек



# СТОИМОСТЬ

Билеты (плацкарт)	С-Петербург - Мурманск	2357 р.
	Апатиты – С-Петербург	3092 р.
Трансфер	Мурманск - Териберка	1500 р.
Продукты	500 р.\сутки	7000 р.
Газ		700 р.
		14 500р.

# Осельки – Токсово-Кузьмолово

The image shows a screenshot of a web browser displaying the Yandex Maps interface. The browser's address bar shows the URL: `yandex.ru/maps/?ll=30.513190%2C60.160692&rl=30.494281%2C60.209039~0.001746%2C-0.001253~0.005141%2C-0.005208~0.007582%2C-0.005320...`. The map itself shows a route starting from the village of Oselyki (Осельки) in the north and ending at Kuz'molovo (Кузьмолово) in the south. The route is marked with a series of white circles connected by a grey line. Key locations along the route include Kavgolovo (Кавголово), Rappolovo (Рапполово), Syar'gi (Сярги), and Toksovo (Токсово). Two large lakes are visible: Kavgolovskoye (Кавголовское оз.) and Xepoyarvi (оз. Хепоярви). The map includes various UI elements: a search bar at the top left with the text "Поиск мест и адресов", a toolbar at the top right with icons for navigation and map settings, and a scale bar at the bottom right indicating 1 km. The Yandex logo is in the bottom right corner. The browser's taskbar at the bottom shows the Windows Start button and several application icons, including a music player, a file explorer, and a web browser. The system tray in the bottom right corner shows the time as 11:36 and the date as 29.12.2019.