



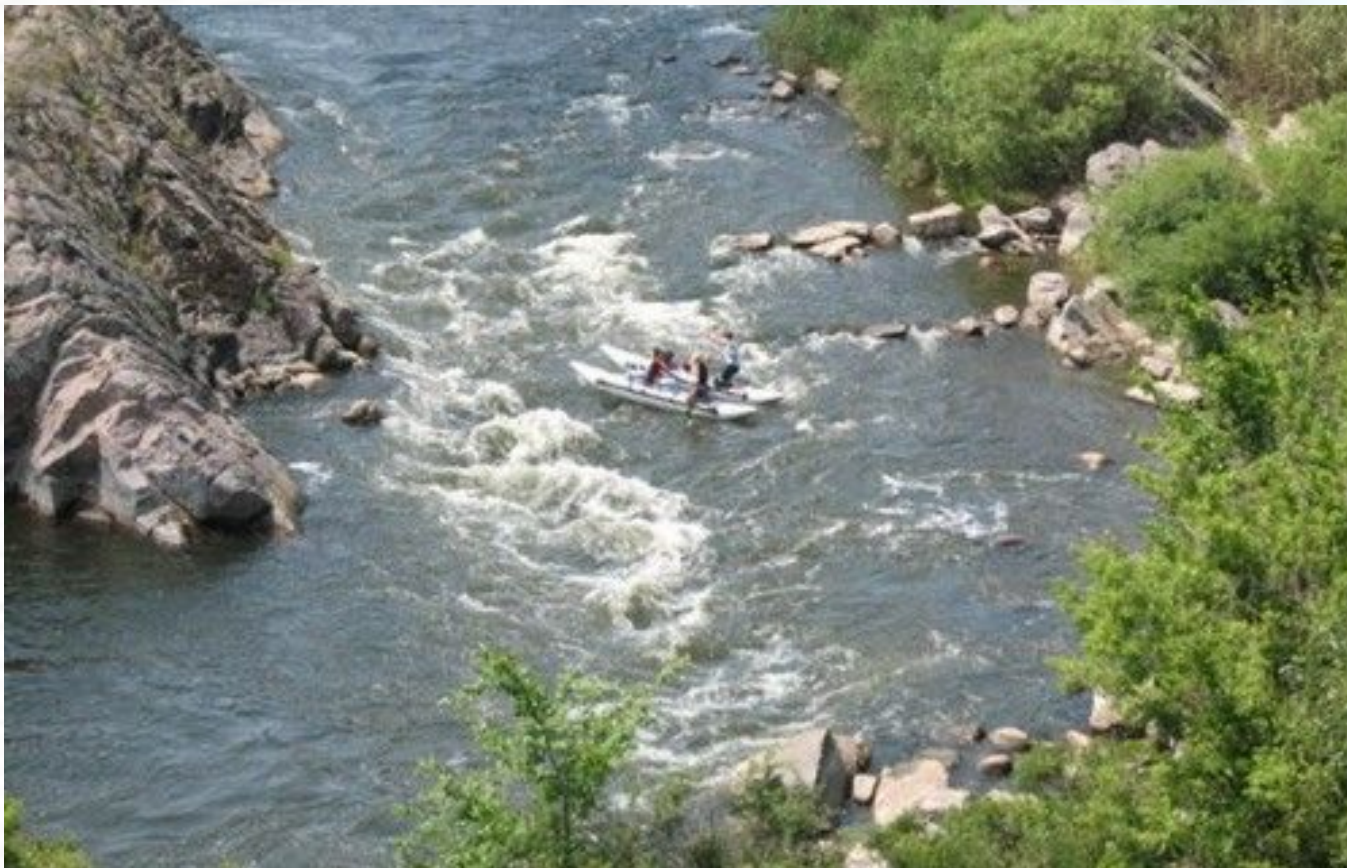




# Виды туризма

- На средствах передвижения: водный, велосипедный, авто-мото, парусный, конный
- Без средств передвижения: пеший, горный, лыжный, спелеотуризм

# ВОДНЫЙ ТУРИЗМ





# Особенности водного туризма

- Длительное пребывание в воде
- Опасность переохлаждения
- Умение плавать
- Тактика прохождения препятствий
- Разнообразиие форм водных препятствий
- Климатические и метеорологические особенности:
  - ритмы уровня воды
  - низкая температура воды в горных реках
  - влажность
  - повышенная солнечная радиация (отражение от воды)

# Районы водных маршрутов

# ВЕЛОСИПЕДНЫЙ ТУРИЗМ







# Особенности велотуризма

- **Сезонность**
- **Специфические нагрузки**
- **Опасности на дороге, острая необходимость соблюдать ПДД**
- **Серьезная предпоходная подготовка:**
  - спортсмена (тренировки «по вкатыванию»)
  - технического состояния велосипеда
- **Сложные расчеты категории сложности маршрута**
- **Климатические и метеорологические особенности:**
  - «Ветер в харю, а я шпарю»
  - Земляное или глиняное дорожное покрытие под дождем становится плохо проезж
  - снег (осадки)

# КОННЫЙ ТУРИЗМ





**Конный туризм - вид активного отдыха и спортивного туризма с использованием животных (лошадей, пони, ослов, верблюдов, собак, оленей, слонов и т.п.) верхом или в упряжи в качестве средства передвижения.**

**В конный туризм входит 5 дисциплин: конно-полевые выезды (выезды в поля, прогулки верхом), конные маршруты (походы, путешествия), дистанции (TREC), дистанции упряжки (TREC в упряжках), соревнования пастухов.**



**Категория сложности конно-верхового похода оценивается набором локальных препятствий, способом перевозки груза и туристов.**

**Допускается сопровождение, в том числе автомобильное.**

# АВТО-МОТО туризм





# Особенности авто-мото туризма

В автомобильном туризме шире возможности планирования поездки в соответствии со своим бюджетом. Часто, автомобильный туризм позволяет снизить транспортные расходы и расходы на проживание. Особенно выгоден автотуризм при путешествии всей семьей. Часто это единственная возможность осуществить поездку вместе с семьей.



# ЛЫЖНЫЙ ТУРИЗМ



# Особенности лыжного туризма

- **Лавинная опасность**
- **Холодовая утомляемость**
- **Ночлеги и приемы пищи требуют заготовки дров**
- **Климатические и метеорологические особенности:**
  - ветер
  - повышенная солнечная радиация (отражение от воды)
  - снег (осадки)

# Районы лыжных маршрутов



# СПЕЛЕОТУРИЗМ

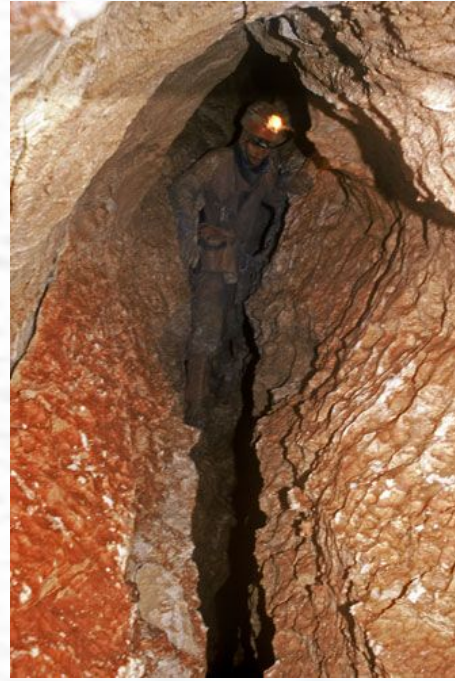




# Особенности спелеотуризма

- Работа в темноте
- Стабильная температура
- Холодовая утомляемость
- Повышенная влажность
- Обводненность сложных пещер

# Районы спелеомаршрутов





# ПЕШЕХОДНЫЙ ТУРИЗМ







Основой пешеходного туризма является преодоление маршрута определенной категории сложности с регламентированной продолжительностью и протяженностью, а также характерным для данной категории сложности совокупным набором локальных и протяженных препятствий.

При этом объектом для совершения пешеходного маршрута может быть выбрана любая местность: равнинная тайга, степи, пустыни, тундра, среднегорные и высокогорные хребты и т.д.

Но большая часть пешеходных маршрутов совершается в районах среднегорья.



# Локальные препятствия





# Протяженные препятствия





# Горный туризм





# Особенности горного туризма

- длительное пребывание в горах
- тяжелые физические нагрузки
- смена питания и водно – солевого (питьевого) режима
- наличие горного рельефа и связанные с этим опасности (*лавины, камнепады, ледники, сели, горные реки*)
- климатические и метеорологические особенности
  - пониженное атмосферное давление
  - пониженное парциальное давление кислорода
  - влажность
  - резко-континентальный климат;
  - повышенная солнечная и космическая радиация
  - высока ионизация воздуха
  - ультрафиолетовое облучение (УФО)
  - ветер, мороз, темнота, дождь и снегопад, туман, гроза



# Горные районы



# Высотные зоны

8848м

8000м	<b>Высокогорье</b>	<b>Предельная летальная зона</b>
7000м		<b>Зона частичной адаптации</b>
6000м		<b>Зона адаптации</b>
5000м		
4000м		<b>Зона неполной акклиматизации</b>
3000м		<b>Зона полной акклиматизации</b>
2000м	<b>Среднегорье</b>	
1000м		
0м	<b>Низкогорье</b>	





