

Памятка к турам «Алтайское Ожерелье», «Визит Алтай», «Алтайская Одиссея», «Алтай-Лайт»

Туры сочетают в себе авто переезды и пешие переходы (доп.экскурсия «Каменные грибы»), требующие определенных физических нагрузок. Требования к участникам зависят не столько от возраста, сколько от физической подготовки.

Некоторые перевалы на усмотрение гида подлежат преодолению пешком.

Дети до 14 лет без сопровождения взрослых, несущих за них полную ответственность, на маршрут не допускаются. Минимальный возраст ребенка, участвующего в данных турах 3 года.

Туры не рекомендованы больным хроническими заболеваниями легких, сердечнососудистой, нервной системы, опорно-двигательного аппарата, если наличие этих заболеваний может воспрепятствовать участию в туре и ухудшить состояние здоровья. При наличии проблем со здоровьем обязательно предварительно проконсультируйтесь с врачом!

При наличии индивидуальных особенностей Вашего здоровья необходимо предупредить об этом гида инструктора.

На некоторых участках маршрутов сотовая связь (МТС, Билайн, Мегафон) недоступна. Гид сообщит об этом заранее.

Во всех турах в стоимость включена мед.страховка (мед.расходы). Полис на группу туристов находится у гида.

Рекомендуем иметь прививку от укуса клеща либо оформить страховку от укуса клеща.

С собой необходимо иметь:

Документы:

Паспорт, ваучер на тур, медицинский полис, полис страхования, если оформлена дополнительная страховка от несчастного случая или от клеща.

Обязательно:

1. Рюкзак (наиболее удобен), большая дорожная сумка или чемодан то есть то в чем удобно вести вещи до отеля, базы, в туре, для небольших радиальных выходов рекомендуем взять с собой небольшой рюкзак (10-20 л) для переноски личных вещей.
2. Трекинговая обувь (кроссовки, ботинки) Избегайте новой не разношенной обуви.
3. Сменная обувь для отдыха (сланцы).
4. Ветрозащитная непромокаемая куртка (ветровка) и брюки.
5. Шапочка.
6. Перчатки.
7. Комплект одежды для отдыха на туркомплексе / отеле – брюки, рубашка, шорты, футболка.
8. Кепка или панамка.
9. Носки – 2 пары хлопчатобумажных или льняных, 1 пара шерстяных.
10. Купальный костюм.
11. Туалетные и гигиенические принадлежности. В том числе гигиеническую губную помаду и крем от солнца с высоким фактором защиты.
12. Солнцезащитные очки, защищающие глаза от ультрафиолетовых лучей в горах.
13. Маленький фонарик (налобный).
14. Индивидуальные лекарственные средства.
15. Личная аптечка.

Желательно:

Фотоаппарат или видеокамера (по желанию).

Приятного отдыха и отличных впечатлений!