



## Горячие ключи Адыгеи. Лето.

**Продолжительность:** 7 дней

**Место начала / Завершения тура:** Краснодар / Краснодар

**Места показа:** Россия, Краснодарский край, посёлок Каменномоостский, Водопады Руфабго, Гора Фишт 2868 м

**Допустимый возраст:** 6+

Цена за человека от 57 480 руб.

### **В стоимость тура включено**

проживание в комфортабельных номерах; вкусное, разнообразное, сытное 3-разовое питание; работа инструкторов на маршрутах; все трансферы по программе; ежедневные насыщенные экскурсии, незабываемые прогулки, походы-восхождения по Горной Адыгее; посещение геотермальных источников по программе. Трансфер к источникам и обратно; баня (по предварительной записи на месте).

### **В стоимость тура не включено**

Ж/д, авиа, автобусные билеты; Входные билеты на экскурсии, в походах и поездках: Хаджохская теснина — 600 рублей взрослый, детский (от 7 до 13 лет) – 300 рублей, до 7 лет бесплатно; Музей «Паноптикум» 150 рублей; Музей «Сад камней» 100 рублей; Конная прогулка: 2-х часовая — от 1500 рублей. Азишская пещера -800 рублей взрослый; детский (от 7 до 14 лет) – 500 рублей, до 7 лет бесплатно.

### Описание тура

Экскурсионно-оздоровительный ЛЕТНИЙ тур по Адыгее

Термальные источники — это истинный дар природы, в котором человек может обрести здоровье и красоту! Близость гор приносит прохладу сразу после захода солнца, поэтому купание в термальных источниках в вечернее время (даже летом) – просто наслаждение!!! Термальные источники - это истинный дар природы, в котором человек может обрести здоровье и красоту. Под термальными источниками следует понимать подземные воды температурой более 20 °С, которые выходят на поверхность. Существует довольно широкий спектр заболеваний, при которых рекомендуется лечение термальными ваннами. Издавна купание в термальных источниках прописывалось людям с поражениями опорно-двигательного аппарата, кожи, а также для восстановления после ранений или травм.

Термальная вода, которая добывается из скважины №12 - Т имеет постоянный химический состав, ее можно

использовать в лечебно-питьевых целях. Воду относят к минеральным водам, которые имеют маломинерализованный гидрокарбонатно-хлоридный натриевый состав, с увеличенным содержанием кремниевой кислоты. Кремниевая вода сочетает в себе вкус и свежесть родниковой, чистоту и структуру талой и бактерицидные свойства серебряной воды. В активированной кремниевой воде происходит активное осаждение тяжелых металлов, вода становится чистой на вид и приятной на вкус, она долгое время не портится и приобретает многие другие лечебные качества. Кремниевая вода практически не имеет противопоказаний для употребления. Согласно мнениям ученых, кремний- мощный активатор воды и обладает значительными бактерицидными свойствами. Вода не портится, долго сохраняется, очищается. Лечебные, оздоровительные свойства воды подтверждены бальнеологическими и медицинскими заключениями ФГУ «Пятигорский государственный научно-исследовательский институт курортологии Федерального агентства по здравоохранению и социальному развитию». Скважина №12-т. Глубина скважины- 1595м, температура воды 86 С. Газы растворенные: CO<sub>2</sub>,CH<sub>4</sub>,N<sub>2</sub>. Относится к маломинеральным водам гидрокарбонатно-хлоридного натриевого состава с повышенным содержанием кремниевой кислоты(базовый аналог воды 23 и 22 групп, типы «Айвазовский» и «Крымский» ГОСТ 13273-88). Температура воды в бассейнах-37-39 градусов. Ограничений по наружному применению нет.

## Программа тура

### День 1

**14:30 Заезд, обед, знакомство с инструктором;**

#### **15:00 Экскурсия в Хаджохскую Теснину.**

Это памятник природы, который создала река миллионы лет тому назад. Это место не оставит равнодушным ни одного посетителя. Здесь мы увидим всю мощь природной стихии. Свирепство реки с одной стороны, и, в то же время, усмиренную водную гладь с другой стороны. Также познакомимся с некоторыми представителями животного мира Кавказа, эндемиками и краснокнижными животными. Отвесные серые с прожилками мрачные стены каньона изобилуют котлами и нишами, вымытыми в каменной толще неистовым водным потоком. Венчает теснину природный каменный мост, который и дал название поселку. Отсюда начинаются практически все маршруты в горную часть Адыгеи. **Дикий пляж и хребет Азиш-Тау** впечатлят даже бывалого туриста. Дикий пляж расположен в ущелье Руфабго, скрытый от глаз любопытных туристов, он привлекает своей загадочностью и уединенностью. Горный хребет Азиш-Тау замыкает собой северно-восточную часть плато Лаго-Наки. Начинаясь у места впадения ручья Руфабго в реку Белую, он протянулся на двадцать пять километров к юго-западу. Хребет покрыт сосновыми и пихтовыми лесами, встречаются здесь также тис и самшит.

***Протяженность маршрута 4 км.***

#### **18:00 Ужин.**

**19:00 - Посещение термальных источников (1 час).** Центр отдыха «Термальный парк-отель ПСЫГУПС» расположен вдали от шума и суеты больших городов в тихом и зеленом поселке Тульском в Республике Адыгея. Температура воды в бассейнах регулируется автоматически в зависимости от погоды на улице и всегда является комфортной для купания (от 30 до 37°С). Купание в открытых бассейнах с проточной горячей водой, насыщенной минералами природных недр. Расслабляющий и оздоровительный эффект достигается благодаря особым свойствам термальных вод. Вода используется в лечении болезней сердечно-сосудистой системы, ревматологических, кожных заболеваний, болезней нервной системы, заболеваний опорно-двигательного аппарата, болезней нарушения обмена веществ и эндокринной системы.

### День 2

#### **09.00 - Завтрак.**

**10.00 - Конная прогулка.** Конная прогулка начинается на небольшом ранчо, где у вас по приезду спросят о вашем умении обращаться с лошадьми. Каждый получит коня в соответствии с опытом и навыком езды. Все ваши пожелания будут учтены. После инструктажа группа отправляется по красивейшим местам скального хребта в сопровождении опытного инструктора, который в течение всего маршрута будет внимательно следить за поведением лошадей. На маршруте будут остановки на смотровых панорамах с захватывающими

видами гор.

**14.00 - Обед.**

**15.00 – Купаемся на слиянии двух рек «Белая» и «Дах», загораем, фотографируемся**

**18.00 - Ужин.**

**19.00 - Посещение термальных источников (1 час).** Центр отдыха «Термальный парк-отель ПСЫГУПС» расположен вдали от шума и суеты больших городов в тихом и зеленом поселке Тульском в Республике Адыгея. Температура воды в бассейнах регулируется автоматически в зависимости от погоды на улице и всегда является комфортной для купания (от 30 до 37°C). Купание в открытых бассейнах с проточной горячей водой, насыщенной минералами природных недр. Расслабляющий и оздоровительный эффект достигается благодаря особым свойствам термальных вод. Вода используется в лечении болезней сердечно-сосудистой системы, ревматологических, кожных заболеваний, болезней нервной системы, заболеваний опорно-двигательного аппарата, болезней нарушения обмена веществ и эндокринной системы.

**День 3**

**09.00 - Завтрак.**

**10.00 - Экскурсия к реликтовому ущелью Руфабго с его водопадами;** От первого водопада, называемого «Шум» до второго – «Каскадный» – около 750 м. Самым красивым признан третий водопад «Сердце Руфабго». Узкий поток воды, обтекая громадную каменную глыбу, обрывается в живописное глубокое ущелье. Скалы ущелья, сложенные горизонтально залегающими плитами известняка, наполняют пространство загадочными звуками эхо. «Сердцем Великана» зовут люди этот камень и рассказывают древнюю легенду

**14.00 - Обед.**

**15.00 - Купаемся на слиянии двух рек «Белая» и «Дах», загораем, фотографируемся**

**18.00 - Ужин.**

**19.00 - Посещение термальных источников (1 час).** Центр отдыха «Термальный парк-отель ПСЫГУПС» расположен вдали от шума и суеты больших городов в тихом и зеленом поселке Тульском в Республике Адыгея. Температура воды в бассейнах регулируется автоматически в зависимости от погоды на улице и всегда является комфортной для купания (от 30 до 37°C). Купание в открытых бассейнах с проточной горячей водой, насыщенной минералами природных недр. Расслабляющий и оздоровительный эффект достигается благодаря особым свойствам термальных вод. Вода используется в лечении болезней сердечно-сосудистой системы, ревматологических, кожных заболеваний, болезней нервной системы, заболеваний опорно-двигательного аппарата, болезней нарушения обмена веществ и эндокринной системы.

**День 4**

**09.00 - Завтрак.**

**10.00 - -Выезд в пос. Победа на экскурсию в Свято – Михайловский монастырь.**

Считается, что эти загадочные сооружения древности, о происхождении которых «сломали копья многие ученые мужи», имеют общие корни со знаменитыми мегалитическими сооружениям на других континентах, такими как Стоунхендж и каменные статуи острова Пасхи.

Существует легенда, что в подземной части Свято – Михайловского монастыря, большинство входов в который были завалены в 1954 году, хранятся сокровища византийских монахов.

Вы сможете посетить доступную часть подземного монастыря: **часовню и несколько пещер – келий монахов.**

Недалеко от монастыря, на горе Физиабго, находится **целебный источник святого великомученика и целителя Пантелеймона**, по преданию, излечивающий страждущих от болезней. Вы сможете искупаться в святом источнике.

Мы рассмотрим удивительную панораму гор, видны нагорье Лаго-Наки с вершинами Оштен и Абадзеш, Тыбгинский и Чугушский хребты. Здесь крутые склоны, глубокие балки, многочисленные овраги, пещеры,

гроты, ущелья рек. Вблизи к монастырю есть истоки рек Псефирь и Камелюк. Многообразен и животный мир: здесь обитают дикие свиньи, козы, медведи, волки, лисы, шакалы, барсуки, куницы, зайцы, белки.

**14.00 - Обед.**

**15.00 - Купаемся на слиянии двух рек «Белая» и «Дах», загораем**

**18.00 - Ужин.**

**19.00 - Посещение термальных источников (1 час).** Центр отдыха «Термальный парк-отель ПСЫГУПС» расположен вдали от шума и суеты больших городов в тихом и зеленом поселке Тульском в Республике Адыгея. Температура воды в бассейнах регулируется автоматически в зависимости от погоды на улице и всегда является комфортной для купания (от 30 до 37°C). Купание в открытых бассейнах с проточной горячей водой, насыщенной минералами природных недр. Расслабляющий и оздоровительный эффект достигается благодаря особым свойствам термальных вод. Вода используется в лечении болезней сердечно-сосудистой системы, ревматологических, кожных заболеваний, болезней нервной системы, заболеваний опорно-двигательного аппарата, болезней нарушения обмена веществ и эндокринной системы.

**День 5**

**09.00 - Завтрак.**

**10.00 - Выезд на горное плато Лаго-Наки на Западном Кавказе, высота до 2200 метров.** По пути останавливаемся на панорамных площадках с видами на трехтысячники Главного Кавказского Хребта. Плато Лаго-Наки известно своими снежными склонами зимой и альпийскими лугами летом, плато входит в состав Кавказского государственного природного биосферного заповедника, являющегося объектом Всемирного наследия ЮНЕСКО, с возможностью катаний на санках, снегоходах, лыжах, на плато есть лавки с местными сувенирами.

**Посещение Большой Азишской пещеры**- уникального места, памятника природы, который входит в пятерку красивейших пещер, находящихся на территории Европы. Микроклимат внутри пещеры обладает антибактериальными свойствами и имеет постоянную температуру 4 С° и повышенную влажность. Общая площадь пещеры 690 метров. Азишская пещера идеально оборудована для посещения туристами, проводится экскурсия, есть ступени и ограждения.

**Обед на маршруте.**

**16:00 - История создания адыгейских сыров, сырная дегустация**

**18.00 - Ужин.**

**19.00 - Для желающих посетить термальные источники – бесплатный трансфер.**

**День 6**

**09:00 Завтрак.**

**10:00 Экскурсия в высокогорный поселок Гузерипль.** Перед въездом в сам поселок вы увидите **Гранитный каньон**, гору Монах, поселок Хамышки. В поселке Гузерипль, Вам удастся увидеть один из сохранившихся дольменов, посетить **интерактивный музей заповедника** (входные билеты за доп.плату) и подышать свежим горным воздухом.

**14:00 Обед на маршруте. Выезд на Партизанскую поляну на берегу Каменного Моря**, инструктор познакомит Вас с вершинами коралловых рифов древнего океана Тетис.

**18.00 - Возвращаемся на базу.**

**19.00 - Ужин.** Посиделки у костра. Кушаем шашлык, шурпу, делимся впечатлениями о прекрасно проведенном времени. Конечно же строим планы на следующий приезд, ведь в Адыгее так много уникальных мест, которые вы еще не видели. Вручение подарков каждому гостю, успешно прошедшему АКТИВАЦИЮ.

## День 7

09:00 - Завтрак.

10:00 - Уезжаем, чтобы обязательно вернуться!!!

## Дополнительно

**Скидки для детей до 3х лет – бесплатно, без претензий на услуги; пенсионерам 5%**

**Трансфер:** В указанные ниже даты, Вас встретят представители нашей базы:

1. Ж/Д вокзал в г. Краснодар: Каждое воскресенье: с 10:00 до 11:00;

2. Аэропорт в г. Минеральные воды: Каждое воскресенье: с 11:00 до 13:00;

3. Аэропорт в г. Ставрополь: Каждое воскресенье: с 14:00 до 15:30; Трансфер в день заезда позже указанного времени оплачивается отдыхающими самостоятельно и не компенсируется.

**Что взять с собой:** Собираясь в путешествие имейте в виду, что даже летом стоит взять теплые вещи, так как перепады температур в горах могут быть значительными, особенно ночью. Желательно, чтобы одежда была функциональной, то есть один слой отталкивает влагу, второй защищает от ветра. Важно, чтобы одежда не доставляла неудобств.

**Список вещей, которые совершенно необходимо взять с собой каждому туристу:** страховой медицинский полис; медицинские препараты для собственных нужд (обезболивающие препараты, солнцезащитные средства с высоким фактором защиты, средства от укусов насекомых и пищевых отравлений, а так же лекарства, которые принимаете Вы лично); теплая одежда (куртка, свитер, теплые брюки, шапка); легкая одежда (шорты, футболка, кепка); купальник, резиновые тапочки; куртка-ветровка, плащ или накидка от дождя; обувь (туристические ботинки или кроссовки, обязательно на ребристой и не скользкой подошве – трекинговая обувь!).

*Проьба уточнять перечень необходимых вещей перед выездом, чтобы учесть погодные условия!*

**Примечание:** Стоимость индивидуального трансфера по предварительному заказу до 4-х чел: ж/д Краснодар: 4 пассажира и меньше-6 500р ./6 пассажиров - 7 500р. Минеральные воды: 4 пассажира и меньше -9 500р./6 пассажиров -10 500р. Ставрополь: 4 пассажира и меньше -8 500р./6 пассажиров - 9 500р. Майкоп: 4 пассажира и меньше -3 500р./6 пассажиров -4 500р.

## Страховка

Дополнительно: от 70 руб./чел./день.

## Варианты размещения

**База отдыха "Активация"**

## Места сбора группы

**Краснодар**

14:30 Заезд, обед, знакомство с инструктором;

## Даты тура

**Июль 2024**

28 июля 2024 в 14:30 - 03.08.2024 от 57 480 руб.			
--	--	--	--

**Август 2024**

<b>04 августа 2024 в 14:30 -</b> 10.08.2024 от 57 480 руб.	<b>11 августа 2024 в 14:30 -</b> 17.08.2024 от 57 480 руб.	<b>18 августа 2024 в 14:30 -</b> 24.08.2024 от 57 480 руб.	<b>25 августа 2024 в 14:30 -</b> 31.08.2024 от 57 480 руб.
--	--	--	--

### Сентябрь 2024

<b>01 сентября 2024 в 14:30 -</b> 07.09.2024 от 57 480 руб.	<b>08 сентября 2024 в 14:30 -</b> 14.09.2024 от 57 480 руб.	<b>15 сентября 2024 в 14:30 -</b> 21.09.2024 от 57 480 руб.	<b>22 сентября 2024 в 14:30 -</b> 28.09.2024 от 57 480 руб.
<b>29 сентября 2024 в 14:30 -</b> 05.10.2024 от 57 480 руб.			