

ПАМЯТКА ТУРИСТА и техника безопасности поведения на активном маршруте

Перед выходом на маршруты турист **обязан ознакомиться с программой тура, с памяткой туриста и техникой безопасности поведения на активном маршруте**, а также необходимо за один месяц уточнить об имеющемся у Вас личном снаряжении и проконсультироваться со специалистами, гидами и инструкторами;

Для перевозки личного снаряжения на лошади или другим способом, необходимо сделать индивидуальный заказ;

Если организаторы посчитают, что у Вас недостаточно снаряжения, то фирма оставляет за собой право на использования своего снаряжения за дополнительную оплату;

Транспортное обслуживание по внутренним перевозкам маршрутов фирма организует используя:

- общественный транспорт, транспортные компании и частных предпринимателей. Как правило:
- для групп от 2 до 12 человек микроавтобус, общественный транспорт, легковые автомобили;
- от 12 и более - рейсовый транспорт, микроавтобусы и автобусы;

Экскурсионные поездки выполняются на автобусе или микроавтобусе.

Во время перевозок, в транспорте могут находиться участники с разных маршрутов.

Фирма не несет ответственность за форс-мажорные обстоятельства (пожары, наводнения, землетрясения, природные катаклизмы). При возникновении таких случаев, денежные средства не возвращаются. Туристам предлагается, альтернативный вариант (если такой возможен), исходя из ситуации и стоимости тура.

Туристам, питающимся по-вегетариански, необходимо заблаговременно (не позднее за 15 -30 дней до выхода на маршрут) предупредить организаторов;

Заказ индивидуального питания повлечёт изменение в стоимости тура;

В случае если погодные условия, работа транспорта, закрытие нац. парков и тп. не позволяют выполнить намеченный маршрут, то организаторы могут скорректировать маршрут на месте, исходя из сложившейся ситуации.

В большинстве нами разработанных маршрутов входит:

- закупка продуктов и доставка к маршруту (перечень продуктов: крупы, суп пакетики, лук, сыр, тушенка, паштет мясной, паштет рыбный, консервы рыбные (сайра -70%), колбаса полукопченая, какао, мюсли или овощи (не для пеших маршрутов), сухофрукты, халва, кисель, шоколад, печенье, сушки, сухари, кофе, майонез, масло растительное, соль, сахар, чай, молоко сухое, молоко, сало, масло топленое, семечки, козинаки, орешки, приправы, хлеб или сухари, повидло, варенье в тетропакетах, чеснок, лимоны, приправа разные. Овощи и фрукты берутся только там, где нет пешей части. Продукты берутся по норме. основные продукты берутся с запасом, на непредвиденные обстоятельства (Примерно на 2-3 дня).

- встреча;
- проживание на базах отдыха по программе;
- экскурсии по программе, входные билеты в музей;
- трансферы по программе;
- услуги гида;
- оплата за посещение национального парка;
- транспорт по программе;
- прокат снаряжение, если это указано в программе (байдарки, снегоходы, катера);
- групповая аптечка.

В стоимость туров не входит, но их можно приобрести за дополнительную оплату:

- авиа перелет;
- услуги переводчика;
- услуги повара (по запросу)
- баня;
- хранение вещей в камере хранения;
- проживание до начала маршрута и после.

Помимо того, что Вами приобретаются основные услуги можно заказать услуги по Вашему желанию непосредственно на маршруте у гида или заранее в офисе:

- Перенос или перевоз ваших вещей (заказывается и оплачивается заранее);
- Сокращение пешей части маршрута по Вашему желанию, заказав высокопроходимый транспорт (если такое возможно);
- Посещение бань, саун, ресторанов, кафе, музеев и т.п. не указанных в программе тура, но предложенных гидом на маршруте или менеджерами в офисе ;
- Все дополнительные экскурсии, приобретаемые Вами на месте;

- Все переезды, связанные с вашим отставанием от группы по любой причине;
- Все дополнительные услуги, которые будут Вам предложены на маршруте и которые не указаны в программе тура.

При приобретении путевки необходимо ознакомиться с программой маршрута и общей информацией по всем условиям его проведения.

Собираясь в путешествие, необходимо хорошо подготовиться к нему. Если Вы предпочли городским экскурсиям активные туры, то следует чрезвычайно серьезно отнестись к выбору маршрута, времени путешествия и к своей экипировке.

Документы:

Необходимо обязательно при себе иметь:

- Паспорт (для детей — свидетельство о рождении).
- Для детей, не достигших 18 лет, отправляющихся на маршрут в сопровождении ответственного за них лица (без родителей), необходимо иметь письменное согласие родителей.
- Полис обязательного медицинского страхования.

Сложность маршрута:

Обязательно уточнить о сложности маршрута исходя из своего опыта.

Маршруты делятся:

а) Для большинства маршрутов не требуется опыта путешествий и специальных навыков. **Но Ваша подготовка должна основываться в хорошем физическом и психологическом состоянии.** Могут участвовать все желающие, включая детей с 9 летнего возраста в сопровождении родителей или близких родственников, несущих за них полную ответственность. Дети для участия в конном маршруте должны иметь навыки верховой езды (1-2 урока в конно-спортивном центре). Взрослым рекомендуем посетить пару уроков, но это не обязательно (в зависимости от маршрута). Возможно участие детей с более раннего возраста только с родителями и под их ответственность.

б) Требуется опыт путешествий и хорошая физическая форма.

в) Требуется хороший опыт подобных путешествий.

Рекомендуем новичкам, выбирать несложные маршруты с периодическим проживанием на базах отдыха в течении маршрута.

Предоставляемое общее снаряжение:

- общая аптечка (с общим набором медикаментов, которые могут потребоваться в походе);
- костровой набор (котлы, топор, варежка для костра, губка для посуды, половник, спички);
- снаряжение для лошади (кавалерийское седло, потник, уздечка, сумы для перевозки груза).
- палатки (о предоставлении палатки нужно сообщить заранее — при этом предоставляется только (!) место в палатке. Индивидуальные палатки предоставляются за отдельную плату, об этом нужно сообщить Вашему менеджеру в офис турфирмы за 7 дней до начала маршрута.

Необходимое личное снаряжение:

Предлагаем перечень необходимого снаряжения включает и то, что одето на Вас.:

- Снаряжение и аксессуары:
- Рюкзак для женщин не менее объемом 70-80 л, для мужчин 80-90 л.;
- Коврик полиуретановый;
- Полиэтиленовый мешок или гермомешок (вставляется внутрь рюкзака, для защиты от влаги)
- Фонарь налобный;
- Очки солнцезащитные;
- Спальник — температурный режим в зависимости от времени года и места путешествия ;
- Ложка, кружка, ножик;
- Накидка от дождя — только для маршрутов, где температура держится выше нуля;
- Спички, запаянные в полиэтилен или пластмассовую упаковку или зажигалку.
- Индивидуальная аптечка (с необходимым набором личных и специфических медикаментов не более 200гр. по весу);
- Фотоаппарат;
- Термос или пластиковая бутылка;
- Иметь защитные средства от укусов кровососущих насекомых на маршрутах (в основном на маршрутах, где температура не опускается ниже нуля);
- Средства от загара (обязательно в горах и путешествиях на воде)
- Одежда
- Нижнее белье — не менее 2-3 комплекта ;
- Термобелье (комплект, в зависимости от времени года. Кофта + трико) — 1-2 шт.;
- Брюки легкие, спортивные, для ежедневной носки, в зависимости от времени года ;
- Кофта, флиса или т.п 1-2 шт. (желательно из современных материалов);
- Штормовой костюм – куртка + брюки. Наличие обязательно (Летом — защита от ветра и дождя. Куртка – лучше утепленная с капюшоном (в соответствии с временем года. Как правило в горах и на Байкале должна быть обязательна в наличии. Брюки – защита от ветра, влаги. В холодное время года — можно использовать горнолыжный костюм или т.п. в зависимости от климатических условий;
- Носки простые (или трекинговые) — 2–4 пары;
- Носки шерстяные (трекинговые, утепленные) — не менее 2 пары;

- Обувь 2 пары (для лета — трекинговые ботинки и кроссовки на толстой подошве или кроссовки + резиновые сапоги с вкладышем и теплой стелькой (рекомендуем для водных маршрутов по Байкалу). Для сплавов по горным рекам, желателно одежда из неопрена(можно взять в прокат)); Для зимы – обязательно две пары утепленных ботинок или рассчитанных на те температурные условия куда Вы выбрали маршрут; для восхождений – горные ботинки для восхождений + трекинговые ботинки. Легкие тапки по желанию (для переездов, баз отдыха, в поездах и т.п)

- Трекинговые палки — рекомендуем только на пешие маршруты, в комбинированных на усмотрение участников.

- Примечание: Днем в горах, солнце активно и возможно таяние снегов, поэтому обувь должна иметь хорошие водоотталкивающие свойства. (Резиновые сапоги (дополнительно к ботинкам) – на усмотрение участников)

- Шапочка теплая спортивная — 2 шт (летом кепка с козырьком + шапочка);

- Средства личной гигиены (зубная щетка и паста, туалетная бумага и др.);

- Перчатки летом – простые 2 пары. Зимой и на восхождения – утепленные перчатки – 1 пара и очень теплые рукавицы – 1 пара;

Специальное снаряжение (на определенных маршрутах):

* Кошки и ледоруб (уточняйте при покупке, на некоторых маршрутах, это входит в стоимость);

* Экипировка для верховой езды (только для конных маршрутов – например сапоги удлиненные и т.п).

Важно! Обязательно иметь на всем маршруте следующие документы – паспорт, полис обязательного медицинского страхования, ребенка – свидетельство о рождении.

Требование к набору «личных вещей» — ничего лишнего и тяжелого, так как, кроме них придется нести продукты питания (примерно 600 -800гр. в день на человека) на весь маршрут и групповое снаряжение (палатки, топоры, котлы и т.п..

Экипировка для верховой езды (только для конных маршрутов).

Личная экипировка туриста для конного маршрута может быть произвольной, но удобной для верховой езды. Во избежание потертостей брюки и нижнее белье не должны иметь грубых швов с внутренней стороны. Разрешается езда только в сапогах. Сапоги должны свободно входить и выходить из седла. Запрещается езда в обуви с рифленой подошвой, препятствующей немедленному освобождению ноги из седла в необходимых случаях. Запрещается езда в мягкой обуви, позволяющей прохождение ступни через седло вперед.

Для всех маршрутов:

Транспорт.

Предоставляется в зависимости от маршрута и количества туристов в группе: автомашина, микроавтобус, вездеход, и др. Походный груз транспортируется вместе с группой. При длительном переезде на активный маршрут возможна ночевка в пути в транспортном средстве. Транспорт отправляется строго по расписанию, поэтому прибыть на базу необходимо заранее.

Сопровождение.

На протяжении всего маршрута группу обслуживают гиды-проводники, имеющие опыт работы. Количество инструкторов и гидов-проводников зависит от количества человек в группе и распределяется под каждый маршрут индивидуально.

Размещение.

Размещение по программе. Размещение в более комфортных условиях и удобствами оплачивается дополнительно. Если Вы решили разместиться на маршруте в более комфортных условиях, то нужно узнать о такой возможности у Вашего менеджера, при наличии такой возможности забронировать и оплатить.

Питание.

В день приезда (сбора) группы и в день отъезда группы питание не предоставляется. На маршруте пища готовится на костре. Питание на маршруте (завтрак, обед (или перекус), ужин) облегченное по весу и усиленное по калорийности (тушенка, крупы, макаронные изделия, чай, кофе, конфеты, сухари).

Все туристы принимают активное участие в работах по лагерю (заготовка дров, воды, приготовление пищи, установка и сбор палаток).

Во время походов есть возможность рыбачить (не на всех маршрутах; рыболовное снаряжение нужно иметь с собой), собирать грибы, ягоды.

Безопасность.

Вы добровольно приобрели путевку и знаете, что пешие, водные, конные и комбинированные маршруты являются мероприятиями повышенной опасности для здоровья и жизни человека.

В горах смена погоды происходит очень часто. Здесь бывают грозы, снегопады, сильные ветра, метель, низкие и высокие температуры, обвалы камней и льда, селевые потоки, на человека влияет перепад высот, температур, повышенная ультрафиолетовая активность солнца и другие факторы. На маршрутах возможны проявления признаков «горной болезни», которые постепенно снимаются в ходе акклиматизации.

На осыпях и моренах — движение плотной группой «след в след», строго следить за нахождением членов группы, не допускать больших, представляющих угрозу, разрывов. При камнепаде подать команду «камень» и укрыться за ближайшим выступом.

В горах активное солнце, поэтому рекомендуется использовать солнцезащитные очки, крем от загара и не злоупотреблять солнечными ваннами, купанием в горных озерах.

Маршруты, кроме восхождения не требуют специальной подготовки и в них могут участвовать все желающие, включая детей с 12-ти летнего возраста в сопровождении родителей или близких родственников, несущих за них полную ответственность. Технические навыки, необходимые для успешного преодоления перевалов, приобретаются по ходу маршрута.

Восточные Саяны и Прибайкалье — местность, где встречаются клещи, поэтому желательно иметь прививку и обязательно страховку. У гидов-проводников имеется аптечка с необходимым в походе набором медикаментов. Специфические лекарства (аллергические, астматические, гипертонические и т.д.) необходимо иметь с собой. Важно помнить: не все растения, ягоды и грибы съедобны, на маршрутах можно встретить диких зверей, — поэтому нельзя употреблять в пищу неизвестные растения, ягоды и грибы, а также удаляться от группы на длительные расстояния (более 0,5 км. и более 0,5 часа), только с разрешения инструкторов.

Требования к действиям туриста во время езды на лошади.

К лошади следует подходить, окликнув ее, всегда с левой стороны. Если лошадь стоит слева, нужно сказать: «Прими» — и проходить в образовавшийся проход; не следует подходить к лошади сзади, протягивать руки и касаться тела лошади. Лошадь обходят спереди. Если необходимо поднять лежащую лошадь, то нельзя ее пугать, а, окликнув, надо дать ей возможность самой спокойно подняться.

Перед посадкой на верховую лошадь нужно каждый раз проверять натяжение подпруг и, если это необходимо, подтягивать их, проверять, ввзнуздана ли лошадь. Езда на невзнузданной лошади категорически запрещается.

При езде на лошади верхом турист должен сохранять прочную посадку на любом аллюре, не распускать поводьев, не терять управление лошадью и быть готовым в любую минуту применить необходимые приемы управления в соответствии со сложившейся ситуацией.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- садиться на лошадь с правой стороны;
- садиться на привязанную лошадь, либо при не перекинутых на шею поводьях, а также при несобранных, болтающихся поводьях;
- выпускать повод из рук, бросать его на шею лошади, закреплять к седлу, наматывать повод на руку, помещать под колено и т. п.;
- движение с дистанцией меньшей, чем один корпус лошади, поворачивать лошадь задом в направлении находящихся вблизи людей и лошадей;
- бить и дергать лошадей поводом, возбуждать их другими средствами, поднимать на дыбы;
- сознательно увеличивать дистанцию с целью догнать впереди идущую лошадь рысью или галопом;
- обгонять лошадей, идущих впереди, если это не вызвано необходимостью, и совершать иные действия, не предусмотренные программой движения;
- засовывать руки в карманы;
- провозить в карманах острые, режущие и колющие предметы, которые могут травмировать при падении.

В движении и на остановках категорически **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** хаотическое скопление лошадей. При необходимости сосредоточения всадников на остановке колонна перестраивается в шеренгу.

Ворота и калитки дверного типа должны быть открыты полностью. Движение через не полностью открытые ворота и калитки запрещается.

При прохождении створа ворот, закладываемых жердями, головной всадник должен спешиться и освободить проход. **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** движение через поваленные жерди таких ворот. Замыкающий всадник восстанавливает целостность ворот.

При движении по лесу не следует отводить лошадь от дерева, упираясь в него рукой; необходимо следить за высотой ветвей, оберегая голову.

Вьючную лошадь следует вести либо держа ее повод в правой руке, либо привязанную за хвост подседельной. **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** при этом наматывать повод вьючной лошади на руку, захлестывать петлей, связывать с поводом подседельной и привязывать к лукам седла.

При совершении лошадью движений по собственному побуждению — переходе на более резвый аллюр — необходимо спокойно, уверенно и энергично набрать повод и пресечь ее инициативу в самом начале. Позднее это сделать значительно труднее. Если лошадь вышла из подчинения, необходимо стараться удержаться в седле и остановить ее, совершая движение по кругу. Руководитель похода (инструктор) обязан немедленно оказать помощь туристу, перехватить его лошадь.

Руководитель похода (инструктор) обязан предупреждать о приближении к опасному участку трассы маршрута и кратко информировать туристов о необходимости дополнительных действий по управлению лошадью и мерах обеспечения безопасности движения. На этих участках от туристов требуется большая внимательность и строжайшая дисциплина.

Помните, что лошадь — существо ласковое и чуткое, покорное и исполнительное. Такие качества выработаны ею многовековым общением с человеком. В то же время физически это очень сильное животное, наделенное природой мощными средствами защиты от врагов: зубами и копытами и удивительно быстрой реакцией. Общаясь с лошадью, будьте уверены в себе, в правильности своих действий, спокойны и доверчивы, не бойтесь лошади — и она не станет бояться вас. Не делайте резких, порывистых движений. Все движения должны быть плавными, спокойными, даже несколько замедленными и как бы безразличными по отношению к лошади и к тому, что вы в данный момент делаете. Все это животное сразу почувствует, ситуация тревоги и оборонительные реакции его исчезнут, и прочный контакт человека и

лошади как компаньонов, делающих каждый свое дело, будет обеспечен. А вместе с этим контактом придет и гарантия вашей безопасности.

Дополнительные расходы на маршрутах.

Дополнительными расходами являются все расходы туриста, не включенные в стоимость маршрута и не указанные в программе тура.

Рекомендации для всех участников:

1. Лицам, нуждающимся в лечении и постоянном наблюдении, участвовать в активных маршрутах запрещается.
2. Для участия в конном маршруте желателен, опыт верховой езды, поскольку лошади — своенравные животные, требующие правильного к ним подхода.
3. Всем, у кого нет опыта участия в походах, активных турах, настоятельно рекомендуем, до начала тура, приобрести опыт в походах выходного дня (1-2 дня, с ночевкой в палатках)

Страхование.

Обязательно рекомендуем туристу самостоятельно застраховать себя в любой страховой компании.

Ответственность туриста.

1. В случае нарушения Правил проезда в транспорте, Представитель службы (водитель) вправе высадить нарушителя на ближайшем посту ГИБДД. Компенсация стоимости путевки и транспорта в этом случае не производится.
2. В случае поломки или утраты снаряжения, полученного от Представителя туристической службы (или гида-проводника), полную стоимость снаряжения турист возмещает самостоятельно.
3. Турист, намеренно укрывший от туристической службы информацию о заболеваниях, которые могут привести на маршруте к необратимым последствиям, за всё происходящее на маршруте несёт полную ответственность.

Турист на активном маршруте обязан:

1. соблюдать правила личной безопасности и техники безопасности поведения на маршруте;
2. присутствовать и внимательно слушать ежедневный инструктаж перед выходом на маршрут;
3. своевременно выполнять все указания и команды гида-инструктора, а также прислушиваться к его рекомендациям.
4. В период подготовки к походу желательно пройти медицинский осмотр и на маршруте своевременно информировать руководителя похода об ухудшении состояния здоровья.
5. Во время движения транспорта слушать сопровождающего и чётко соблюдать время отправки. Запрещается проезд в транспорте в нетрезвом состоянии, курение и распитие спиртных напитков в салоне транспорта, а также распитие спиртных напитков на всей протяжённости активного маршрута.
6. Иметь в наличии личное снаряжение необходимое для похода. Бережно относиться к групповому туристическому снаряжению.
7. Перед выходом на маршрут ознакомится с инструкцией и правилами проведения туристского похода.
8. Выполнять! указания руководителя похода.
9. Предупреждать руководителя о возможных опасностях и неадекватном поведении других туристов.
10. Поддерживать дисциплинарный порядок в группе.
11. Бережно относиться к природе.
12. Проявлять взаимовыручку к товарищам.
13. Быть веселым и находчивым.
14. Соблюдать правила гигиены.
15. Участвовать в приготовлении пищи и заготовке дров.
16. Турист обязан находиться в плавсредстве в спасательном жилете. При продвижении по маршруту турист не должен обгонять руководителя группы без его разрешения или отставать от замыкающего группы.
17. Турист обязан информировать турагенство до поездки о возможных болезнях или противопоказаниях к участию в путешествии с умеренной физической нагрузкой и с ночлегами в полевых условиях.
18. Прислушиваться к советам инструкторов.
19. Четко следовать распоряжениям инструктора при прохождении локальных препятствий.
20. Соблюдать технику безопасности при нахождении у костра и при пользовании костровым оборудованием.
21. Соблюдать технику безопасности при пользовании топором, пилой и другими острыми предметами.
22. Аккуратно передвигаться в лесу и при нахождении на воде, помня что в лесу водятся змеи, клещи и др. потенциально опасные существа.

Туристу запрещается:

1. Запрещается находиться на маршруте в алкогольном и наркотическом опьянении.
2. Запрещается собирать и есть незнакомые дикорастущие ягоды, грибы, травы и т.п.
3. Запрещается удаляться от группы на длительные расстояния (более 0,5 км. и более 0,5 часа). Возможно только с разрешения инструкторов.
4. При пересечении опасных участков — двигаться, строго выполняя указания инструктора (гида) и не отходить от группы больше чем на 2-3 метра.

5. Запрещается самовольный сход с маршрута. В случае самовольного схода с маршрута инструктор не несет ответственности за туриста, его жизнь и здоровье. Самовольным сходом с маршрута считается — отсутствие туриста — более 0,5 часа или уход на более чем 0,5 км, без разрешения инструктора (гида).

Турист должен знать, что гид, инструктор, руководитель маршрута имеет право:

1. Принимать необходимые меры, направленные на обеспечение безопасности участников, вплоть до изменения или прекращения похода в связи с возникшими опасными природными явлениями и другими обстоятельствами, а также, в случае необходимости, оказания помощи пострадавшему.

2. Исключить из числа участников туриста, нарушающего данные правила поведения на маршруте, что ставит под угрозу его безопасность или безопасность членов группы. Если такая необходимость возникла в походе, турист при первой возможности доставляется в населенный пункт для отправки его к месту жительства (компенсация стоимости путевки и транспорта в этом случае не производится).

3. Разделять группу в случае чрезвычайной ситуации, исходя из реального наличия сил и средств, конкретной обстановки.

4. Маршрут или график движения по маршруту может быть скорректирован на месте, исходя из погодных условий, подготовленности группы и других обстоятельств.

Участники самостоятельно занимаются по очереди приготовлением пищи на всем маршруте, устанавливают палатки, заготавливают дрова и осуществляют перенос всего необходимого снаряжения (включая байдарки). Всячески помогают гиду в создании благоприятной психологической обстановки в группе. Гид ведет по маршруту, распределяет обязанности среди участников, но не исполняет роль экскурсовода, аниматора, психолога и т.п. Если Вы хотите получать больше информации о Байкале, то возможно, Вам следует приобрести экскурсионный тур. Если у Вас возникли вопросы по снаряжению, преодолению тех или иных препятствий на маршруте, сразу же обращайтесь к гиду. Всю информацию о местности, истории, культуре — туристы получают при посещении музеев и экскурсий. Туристы обязаны ознакомиться с правилами поведения на маршруте до покупки тура. Конечно же, все наши гиды живут на Байкале и они с удовольствием расскажут Вам о своей жизни, быте местного населения, обычаях, местной кухне (что попробовать и что купить с собой домой) т.п. Поделитесь с вами историями, которые им известны о Байкале. Также они всегда с удовольствием играют с туристами в различные игры, если участники тура поддерживают гида во всех его инициативах и конечно же проявят ее сами.

Я информирован о том и понимаю, что активный отдых, походы, активные туры, и отдых с однодневными активными программами, являются зоной повышенного риска для здоровья и жизни человека, так как проводятся в условиях природной среды с преодолением различных естественных препятствий и различных климатических условий.

Я ознакомлен с памяткой «ПАМЯТКА ТУРИСТА и техника безопасности поведения на активном маршруте» и обязуюсь выполнять указанные в ней правила.

Я обязуюсь полностью возместить все затраты на ремонт или на приобретение нового имущества, в случае поломки или утери вверенного мне на время путешествия.

Я обязуюсь выполнять все приказы и распоряжения гида, связанные с проведением похода, даже если моё мнение противоречит мнению гида.

Полностью снимаю ответственность за свою жизнь и здоровье с гида, организатора и участников похода в случае:

1) Беспечности, браважирования риском, авантюристическим отказом от страховки там, где она потенциально необходима.

2) Самопроизвольного ухода от группы или из лагеря.

3) Невыполнения требований гида (относящихся к безопасности путешествия).

4) Подход к краю обрыва.

5) При употреблении некачественной и неизвестной по происхождению пищи.

6) Самопроизвольное лазание по скалам, обрывам, деревьям, пещерам и т.п.; бег по склону горы, прыжки; плавание в опасных для жизни участках водоемов.

7) Самопроизвольные действия (или бездействия) противоречащие указаниям гида, а также самовольные передвижения, не связанные с маршрутом.

8) Нахождение на маршруте со скрытыми мной травмами и заболеваниями различной формы.

С памяткой туриста и техникой безопасности поведения на активном маршруте ознакомлен (а) и полностью согласен (согласна):

Фамилия, Имя, Отчество (полностью), подпись