

ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ТУРИСТСКО-СПОРТИВНЫЙ КЛУБ «ВЕРШИНА»

**Зеленоградский АО г. Москвы
ГБОУДО ЗДТДиМ (ГБОУ Школа № 2045)**



ОТЧЁТ

**о лыжном походе 3 категории сложности
по Хибинским и Ловозерским тундрам
совершенному с 26 февраля по 13 марта 2022 года.**

Маршрутная книжка: 1/2-303

Руководитель: Жаров Андрей Викторович

Заместитель руководителя: Карпова Алина Андреевна

Адрес: г. Зеленоград, корп. 2032, кв. 32

Контактный телефон: 8 (903) 132-56-55

Электронная почта: Jarovav@yandex.ru

Маршрутно квалификационная комиссия МГОУ ДЮЦ ЭКТ
рассмотрела отчет и считает, что отчет может быть зачтен
всем участникам и руководителю.

Категория сложности: ТРЕТЬЯ категория

Отчет хранить в библиотеке ФСТ-ОТМ

МОСКВА, 2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

1.	Справочные сведения о походе.....	2
1.1.	Общие сведения.....	2
1.2.	Списочный состав группы.....	3
1.3.	Фото группы.....	4
2.	График движения и метеонаблюдения.....	5
2.1	График движения.....	5
2.2	Анализ пройденного маршрута.....	7
2.3	Метеонаблюдения.....	8
3.	Характеристика района похода.....	9
4.	Высотный график.....	11
5.	Картографический материал	12
5.1	Список картографического материала.....	12
5.2.	Обзорная карта на основе 1:250000.....	13
5.3.	Карта маршрута по дням на основе 1:75000.....	14
6.	Техническое описание маршрута по дням (Иллюстрации).....	19
7.	Новизна.....	86
8.	Интересные объекты и места на маршруте.....	87
9.	Рекомендации и выводы.....	92
10.	Приложение (Маршрутная книжка).....	93

1. СПРАВОЧНЫЕ СВЕДЕНИЯ О ПОХОДЕ

1.1. Общие сведения

	Наименование	Данные
1	Учреждение	ГБОУДО ЗДТДиМ (ГБОУ Школа № 2045)
2	Округ	Зеленоградский
3	Район похода	Мурманская область, Кольский полуостров, Хибины и Ловозерские тундры
4	Вид туризма	Лыжный
5	Категория сложности	Третья
6	Нитка маршрута	г. Апатиты - пос. Коашва - оз. Умбозеро - р. Киткуай - пер. Чивруай (н/к, 830) - р. Чивруай - Чивруайская изба - оз. Сейдозеро - р. Эльмарайок - р. Чинглусуай - г. Ангвундасчорр (1А, 1120) - р. Азимут - оз. Умбозеро - Нижний Ньювъявр - Верхний Ньювъявр - р. Мальвайтайок - пер. Суолуайв В. (н/к, 510) - р. Кальйок - пер. Обманный (н/к, 563) - сев. склон г. Северный Лявачорр - р. Перевальная - пер. Лявачорр Сев. (н/к, 700) - р. Сев. Лявойок - оз. Гольцовое - сев. склон г. Якимпахчорр - сев. склон г. Путеличорр - р. Маннепахкуй - в. Маннепахк (845) - пер. Маннепахк (н/к, 785) - р. Маннепахк - р. Гольцовка - пер. Аку-Аку (н/к, 440) - оз. Изумрудное - пер. Звездочка (н/к, 300) - ущелье Звездочка нижнее - пер. Почтальон (н/к, 360) - р. Медвежий - пер. Каньон (1А, 680) - р. Малая Белая - оз. Тахтаръявр - пер. Рамзая (н/к, 745) - р. Поачвумйок - оз. Мал. Вудъявр - р. Вудъяврйок - Санаторно оздоровительный комплекс "Тирвас"
7	Протяженность	190 км
8	Продолжительность	Общая (от Москвы до Москвы): 16 дней Активная часть: 13 дней
9	Сроки	26 февраля - 13 марта 2022 года
10	Маршрутная книжка	1/2-303
11	Полнота прохождения	Маршрут пройден полностью по заявленному маршруту
12	Ночевки в домике	нет

1.2. Списочный состав группы

№	Фамилия, Имя	Год рождения	Туристский опыт	Обязанность в группе
1	Жаров Андрей Викторович	1980	6 ЛУ - Камчатка, Плато поторана, Монгольский Алтай 2ЛР - Южный урал	Руководитель
2	Карпова Алина Андреевна	1998	1 ЛУ - Самарская лука, 4 ГУ - Памир	Зам Руководителя
3	Жарова Софья Андреевна	2008	2ЛУ- Южный урал 1 ЛУ Южный урал 3стЛУ Таганай, 2стЛУ Кенозеро	Медик
4	Карамышев Николай Евгеньевич	2007	2ЛУ- Южный урал 1 ЛУ Южный урал 3стЛУ Таганай, 2стЛУ Кенозеро	Зав Пит
5	Макрушина Дарья Андреевна	2007	2ЛУ- Южный урал 1 ЛУ Южный урал 3стЛУ Таганай, 2стЛУ Кенозеро	Медик
6	Наумов Никита Сергеевич	2006	2ЛУ- Южный урал 1 ЛУ Южный урал 3стЛУ Таганай, 2стЛУ Кенозеро	Снаряженец
7	Иващенко Никита Сергеевич	2008	2ЛУ- Южный урал	Реммастер
8	Тюкина Софья Павловна	2003	2ЛУ- Южный урал	Хронометрист
9	Аликина Светлана Владимировна	1975	1 ЛУ Южный урал 3стЛУ Таганай, 2стЛУ Кенозеро	Фотограф
10	Аликин Егор Игоревич	2006	1 ЛУ Южный урал 3стЛУ Таганай, 2стЛУ Кенозеро	Участник
11	Гаврилов Артём Сергеевич	2006	2СтЛУ Валдай 3ПУ - Араданский хребет	Штурман

1.3. Общее фото группы на маршруте



В ущелье Аку-Аку (н/к, 440) на оз. Изумрудное

Стоят слева направо: Наумов Никита, Гаврилов Артём, Макрушина Дарья, Карамышев Николай, Иващенко Никита, Жарова Софья, Тюкина Софья, Карпова Алина, Аликина Светлана, Аликин Егор

Фотограф: Жаров Андрей

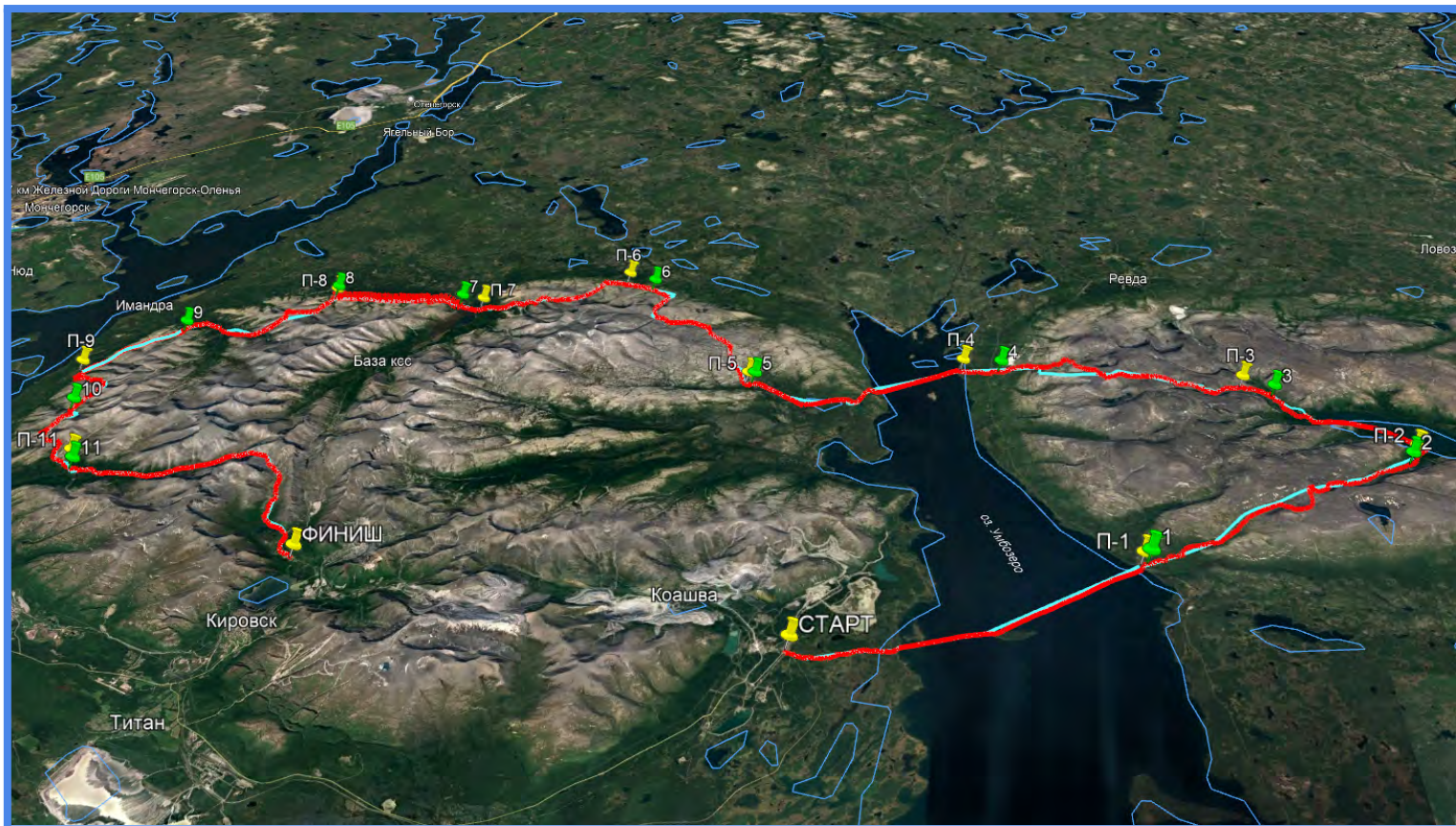
2.1. ГРАФИК ДВИЖЕНИЯ

Дата	День в пути	Участок пути (от-до)	км	ч.х. время	Высота ↑ и ↓ за день	Основные препятствия (кратко)
26.02	1	Поезд №16 Арктика. Выезд в 0:41	-	-	-	-
27.02	2 (1)	Апатиты в 8:10 - оз. Умбозеро - р. Киткуай	19,2	5:32	+24 -67	Неглубокая тропежка по озеру, пурга
28.02	3 (2)	пер. Чивруай (н/к, 830) - р. Чивруай- Чивруайская изба	21,1	12:02	+837 -725	Движение по жесткому фирну, подъем на перевал пешком по крутому склону в условиях непогоды
01.03	4 (3)	оз. Сейдозеро - р. Эльмарайок - р. Чингласуай	12,9	4:16	+77 -107	Неглубокая тропежка в лесной зоне, движение по озеру
02.03	5 (4)	г. Ангвундасчорр (1А,1120) - р. Азимут	19,5	7:39	+1030 -1024	Движение по жесткому фирну, курумам, затем пешком по ледяной кромке
03.03	6 (5)	оз Умбозеро - нижний Ньювъявр - верхний Ньювъявр - р. Мальвайтайок	17,4	6:31	+206 -198	Тропежка в лесной зоне, движение по озеру, крутой спуск в лесной зоне
04.03	7 (6)	Пер. Суолуайв В. (н/к, 510) - р. Кальйок - Пер. Обманый(н/к, 563) - сев. сколы г. Северный Лявачорр	17	7:00	+626 -542	Траверсы обледеневших склонов с курумниками
05.03	8 (7)	р. Перевальная - пер. Лявачорр С. (н/к, 700) - р.Сев. Лявойок - оз. Гольцовое	15,2	5:03	+523 -646	Неглубокая тропежка
06.03	9 (8)	сев. Склон г. Якимпахчорр - сев. склон г. Путеличорр - р. Маннепахкуай	10,3	3:49	+271 -188	Траверс, неглубокая тропежка
07.03	10 (9)	пер. Маннепахк (н/к, 785) - р. Маннепахк - р. Гольцовка	14,7	5:54	+778 -773	Движение по жесткому фирну, спуск в кошках по ребру, крутой спуск в лесной зоне, глубокая тропежка
08.03	11 (10)	пер. Аку-Аку (н/к, 440) - оз. Изумрудное - пер. Звездочка (н/к, 300) - ущелье Звездочка нижнее - пер. Почталъон (н/к, 360) - р. Медвежий	13,3	5:00	+685 -607	Движение по каньону, неглубокая тропежка, крутой подъем пешком, курумники
09.03	12 (11)	пер. Каньон (1А, 680) - р. Малая Белая	9,3	5:15	+615 -647	Неглубокая тропежка, подъем и спуск на перевал в кошках, протяженный траверс.
10.03	13 (12)	р. Малая Белая - оз. Тахтаръявр - пер. Рамзая (н/к, 745) - р. Поачвумйок - оз. Мал. Вудъявр - р. Вудъяврйок - Санаторно оздоровительный комплекс "Тирвас" + переезд в Кировск	19,9	5:37	+538 -560	Движение по буранной дороге, неглубокая тропежка
11.03	14	Поезд 015 "Арктика" в 23:16	-	-	-	-
12.03	15	Поезд	-	-	-	-
13.03	16	Прибытие в 7:19 на Ленинградский вокзал	-	-	-	-

Данные о расстоянии, ходовом времени, подъемах и спусках представлены на основании треков GPS и обработки данных в программе Garmin Basecamp. Общая протяженность активной части маршрута 190 км. В зачёт 190 км. Общий перепад высот: Подъем: 5977 м. Спуск: 5860 м. Минимум: 149 м. Максимум: 1112 м. Средняя скорость движения: 2:38 км/ч.

2.2 Анализ пройденного маршрута

На карте синий трек обозначает ЗАПЛАНИРОВАННЫЙ маршрут, а красный - ПРОЙДЕННЫЙ.



Группа прошла запланированный маршрут полностью по заявленной нитке маршрута, однако нам пришлось использовать один запасной день. Причиной этому послужила общая усталость группы и, как следствие, поздний выход к р. Гольцовка. Также из-за погодных условий мы отказались от радиального восхождения на в. Лявйок (1030).

2.3. МЕТЕОНАБЛЮДЕНИЯ

Число	День					Вечер				
	Температура	Давление	Облачность	Явления	Ветер	Температура	Давление	Облачность	Явления	Ветер
27	-1	728			В 2м/с	-5	726			В 2м/с
28	+3	730			СЗ 5м/с	-5	732			СЗ 5м/с
1	-4	725			В 3м/с	-3	720		*	В 3м/с
2	+1	719			З 1м/с	0	720			З 1м/с
3	-1	726		*	СЗ 7м/с	-3	728		*	СЗ 7м/с
4	-4	733			СЗ 3м/с	-10	733			СЗ 3м/с
5	-7	729		*	В 5м/с	-7	725		*	В 5м/с
6	-8	725		*	ЮВ 3м/с	-13	728			ЮВ 3м/с
7	-13	734			З 1м/с	-17	733			З 1м/с
8	-10	731		*	С 1м/с	-17	731			С 1м/с
9	-6	736			З 1м/с	-13	736			З 1м/с

В первый день была преимущественно ясная погода, ощущалось -1°C. На Умбозере был сильный порывистый ветер.

Во второй день было преимущественно ясно, температура около нуля. В цирке пер. Чивруай был сильный порывистый ветер, до 10-15 м/с.

В третий день было по ощущениям -4°C, облачно, ветра не было.

В четвёртый день было около -4°C, преимущественно ясно, при подъёме на в.Ангвундасчорр дул сильный порывистый ветер.

В пятый день переменная облачность, температура по ощущениям -1°C. На Умбозере сильный боковой ветер.

В шестой день ощущалось чуть холоднее, переменная облачность, ветрено.

В седьмой день температура -7°C, пасмурно, безветрено. При подъёме на пер. Лявочорр С. шёл снег.

В восьмой день температура по ощущениям -10°C, переменная облачность, мелкий снег, безветрено.

В девятый день температура -15°C, ясно, безветрено. Это был самый холодный день.

В десятый день по ощущениям температура -10°C, пасмурно, сильный ветер.

В одиннадцатый день температура -10°C, переменная облачность.

В двенадцатый день пасмурно, температура по ощущениям -15°C, на пер. Рамзая ветер около 20 м/с. После прохождения перевала безветрено, ясно.

3. ХАРАКТЕРИСТИКА РАЙОНА ПОХОДА

Предполагаемый маршрут охватывает два крупнейших горных района Кольского полуострова - Хибинские и Ловозерские тундры, участники смогут посмотреть все разнообразие природных зон Севера - от тайги подножий до арктической пустыни высоких плато. В нитке похода намечены как широко известные в туристской среде и заслуженно популярные места - перевалы Рамзая, ущелье Аку-Аку, озеро Сейдозеро, так и менее посещаемые объекты, где возможны маленькие открытия - малоизвестные водопады Маннепахка, северо-восточные склоны Хибин, перевалы в юго-западных отрогах массива Юмъечорр. Необычное начало с поселка Коашва с пересечением большого горизонтального пространства - Умбозера должно позволить участникам "втянуться" в ритм походной жизни до движения по пересеченному рельефу гор. Маршрут практически (за исключением последнего дня по долине Малой Белой и пер. Рамзая) исключает движение по наезженным снегоходным путикам, что дает прочувствовать относительную автономию группы, в то же время на большей части намеченной нитки эпизодически ловится GSM сигнал.

Район. Хибинские тундры находятся в центре Кольского полуострова. Массив имеет овальную форму, длина с севера на юг 40 км, с запада на восток 50 км. Характерной отличительной особенностью Хибин является плоская структура вершин и глубокие U-образные врезы речных долин. Платообразность связана с тем, что Хибины образовались в ходе сложного, многофазного поднятия единого блока земной коры, а U-образность долин обусловлена их ледниковым происхождением. Район вполне суров для того, чтобы всерьез задуматься о качестве подготовки снаряжения, допоходной отработке туристских навыков, техническом, тактическом, морально-волевом аспектах готовности группы, так как всё это будет задействовано в столь насыщенном с точки зрения возможных препятствий районе.

Рельеф. Наиболее характерные формы рельефа Хибин -- ледниковые цирки и кары -- чашеобразные углубления на склонах гор, образованные древними горными ледниками, ледниковые троговые долины характерной U-образной формы (долина Кукисувум, Петрелиуса, Гакмана) и тектонические долины и ущелья, образовавшиеся по глубинным разломам, имеющие V-образную или С-образную форму. (ущ. Рамзая, ущ. Скальное, ущ. Аку-Аку).

Климат. В Хибинах совмещаются черты регионального и местного горного климата. Климатические условия суровые субарктические. Большая часть Кольского полуострова находится за полярным кругом. Зима холодная, лето тёплое, но не жаркое. Средняя температура зимой -13-20 °С. С конца ноября до середины января на полуостров опускается полярная ночь.

Населенность и посещаемость. Наша группа начала свой маршрут в 2,5 км от пос. Коашва. Численность населения посёлка на 2010 год - 882 человека. Наш путь пролегал вдали от населенных пунктов. 01.03.2022 мы проходили в 10ти км от пос. Ревда, 06.03.2022 в 4х км от пос. Имандра. За весь наш маршрут мы встретили ещё одну туристическую группу. Просто отдыхающих людей встречали только близ пер. Рамзая. На нашем пути мы встретили несколько лесных домиков, в которых можно было отдохнуть и приготовить еду, там были котелки, чайник, мелкая утварь, приготовлены дрова.

Дороги и движение группы: наш маршрут проходил на туристических лыжах, в основном мы либо шли по жесткому фирну, либо тропили себе лыжню. Иногда нам везло и мы находили чужую лыжню, также встречались участки пути, где была буранная дорога. Часть маршрута проходила по замерзшим озерам Умбозеро и Сейдозеро. Лед зимой на озерах и реках крепкий и поэтому не стоит переживать о том, что можно провалиться, но были и сложные участки с поваленными деревьями и укутанными снегом камнями.

Ночлег, дрова, вода. В течение всего похода мы ночевали в палатке. Место для постановки лагеря выбирали ровное, недалеко от нашей лыжни, чтобы рядом были сухие ели, которые мы сначала пилили бензопилой, а потом рубили топором на дрова. Воду топили из снега, иногда был доступ к незамерзшим речкам. На дно палатки стелили коврики. Спальники многоместные, чтобы было тепло и легче нести. Обогревались и готовили внутри палатки на титановой печке.

Продукты. Мы шли автономно, без забросок. Продукты на маршруте пополнять негде.

Средства связи. На маршруте сотовая связь появилась только один раз — за 150м до ночевки 06.03.2022. Для экстренных звонков и возможности регулярной связи мы имели с собой спутниковый телефон “Иридиум”.

Медицинская помощь. С собой надо иметь стандартную походную аптечку первой помощи. Никаких специальных медикаментов для похода не требуется. Стоит обратить внимание на усиленное количество средств для лечения простудных заболеваний и наличие теплых, сухих вещей и удобной обуви.

КОНТАКТЫ:

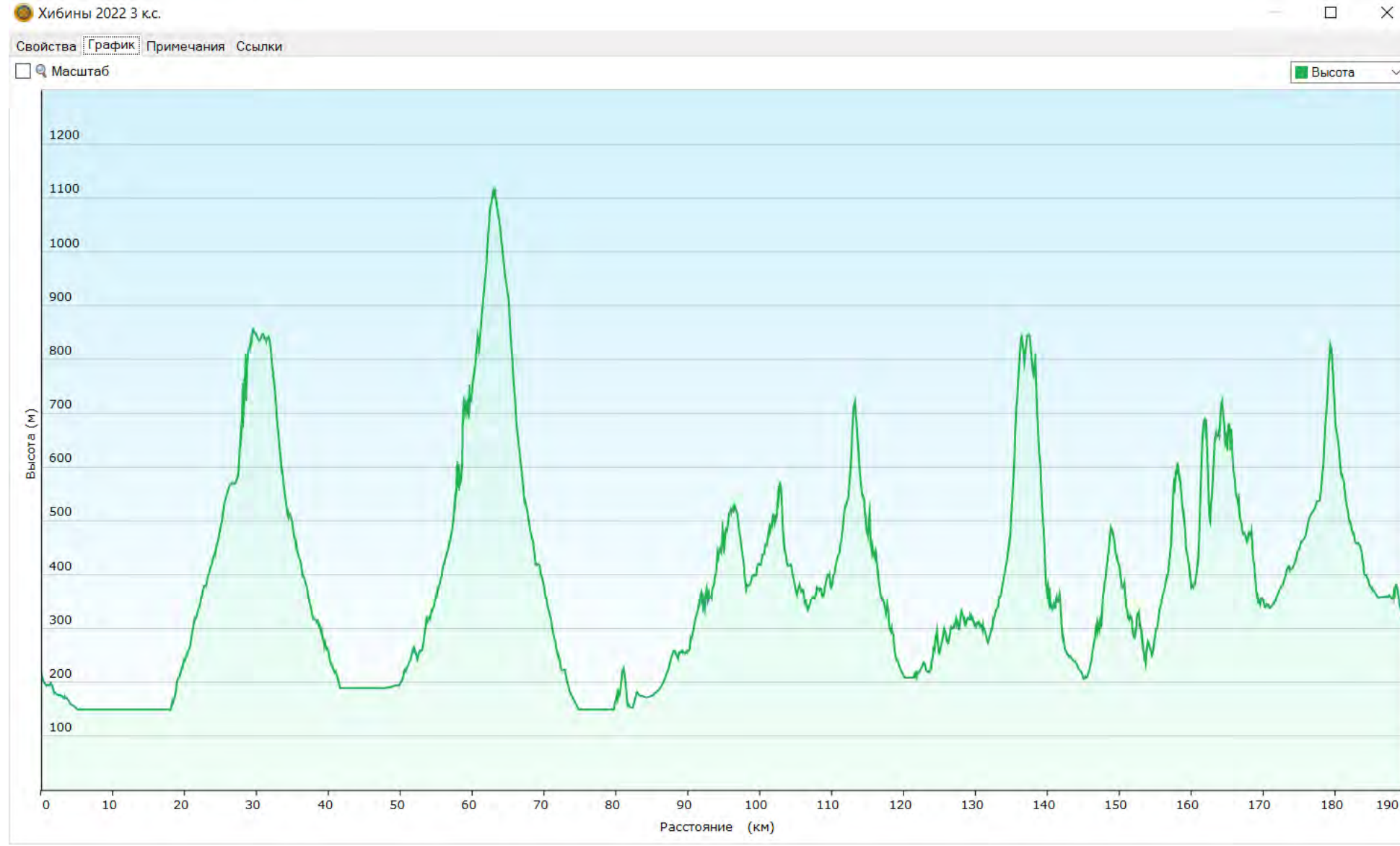
Транспорт: +7(902)136-70-32 Кировск. Трансфер

Спасотряд: +7(8152)999-440

Государственного природного комплексного заказника регионального значения
"Сейдъяввр"

https://mpr.gov-murman.ru/activities/napravleniya/okhrana-okruzhayushchey-sredy/09.oopt/forms/seidyavvr/thanks.php?WEB_FORM_ID=241&RESULT_ID=251392&formresult=addok

4. ВЫСОТНЫЙ ГРАФИК



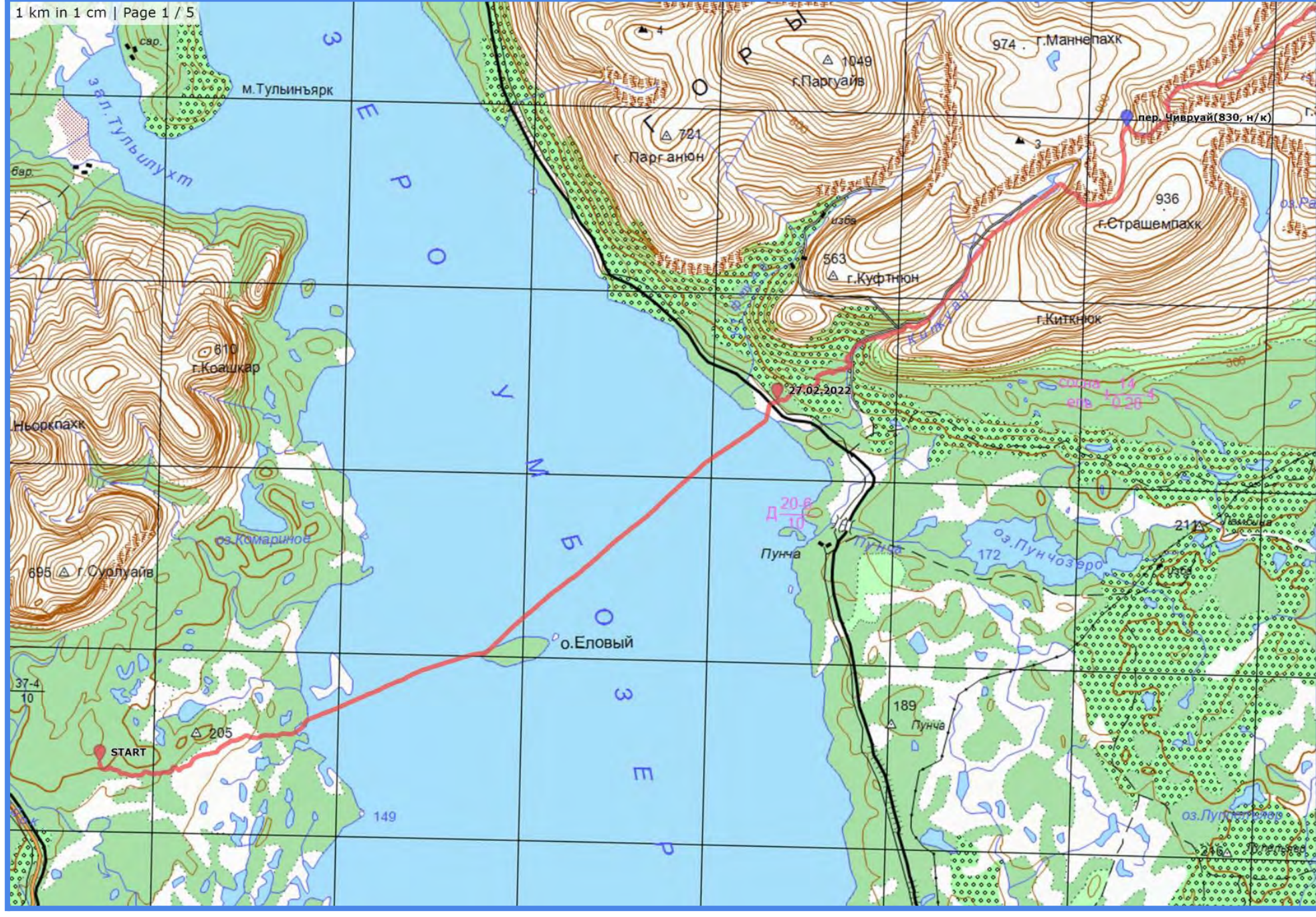
5. КАРТОГРАФИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ**5.1 Список картографического материала, вошедшего в состав паспорта маршрута**

№	Наименование	Масштаб	Количество
1	Обзорная карта на основе GGC-2 km	1:250000	1
2	Карта маршрута по дням на основе GGC-1 km	1:75000	5 листов

5.2 ОБЗОРНАЯ КАРТА НА ОСНОВЕ GCS-2 km

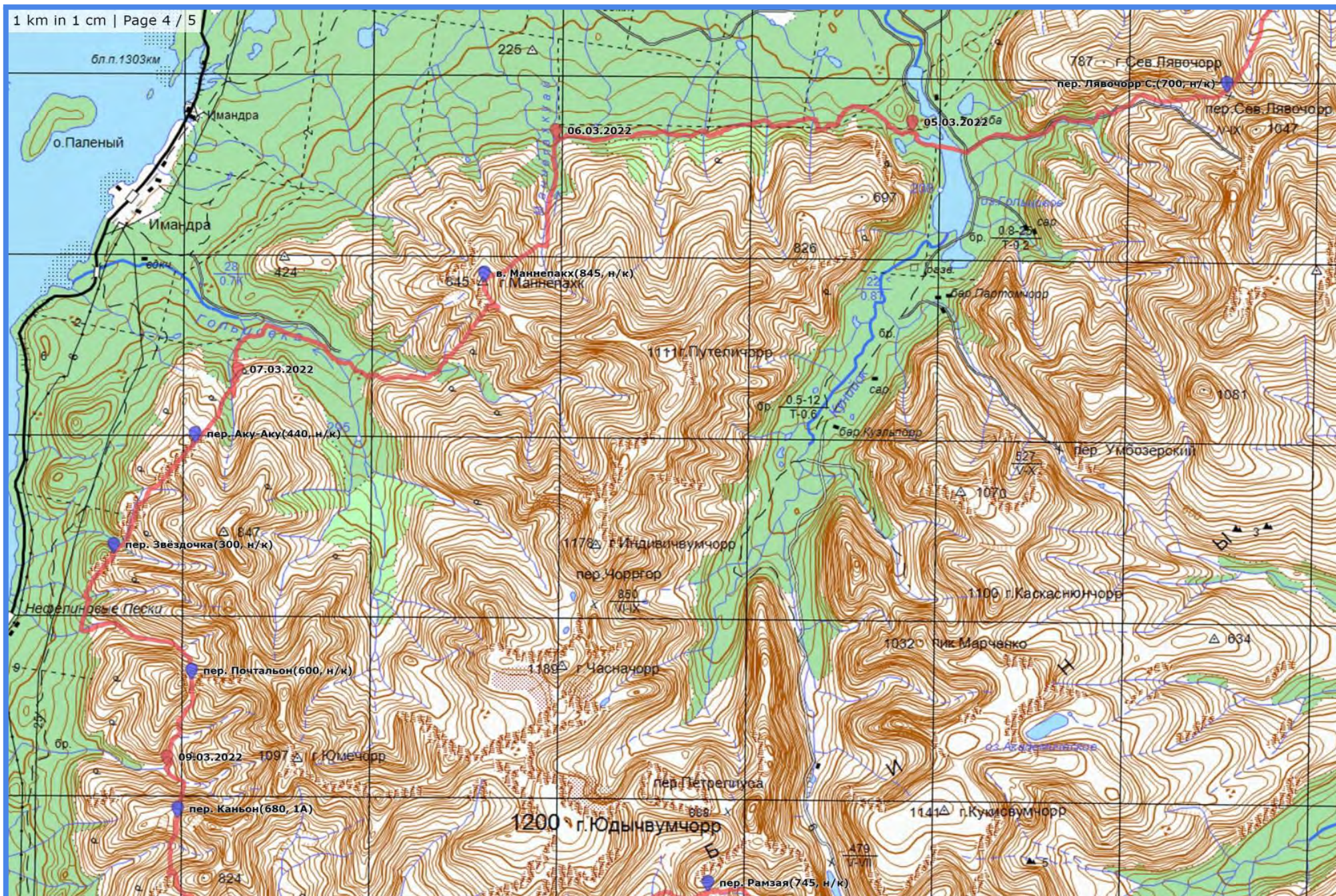


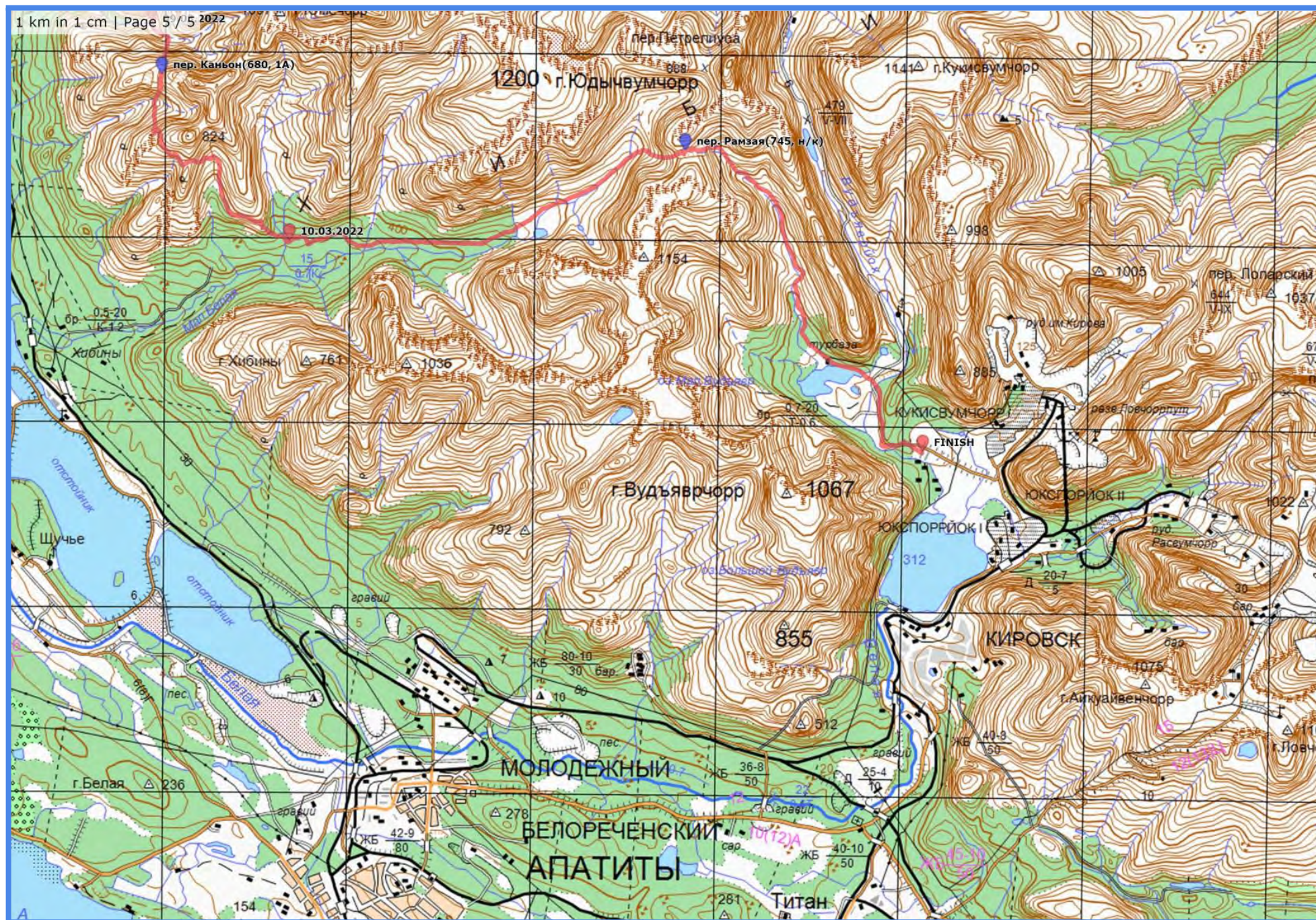
5.3. Карта маршрута по дням на основе GGS-2 km Масштаб 1:75000





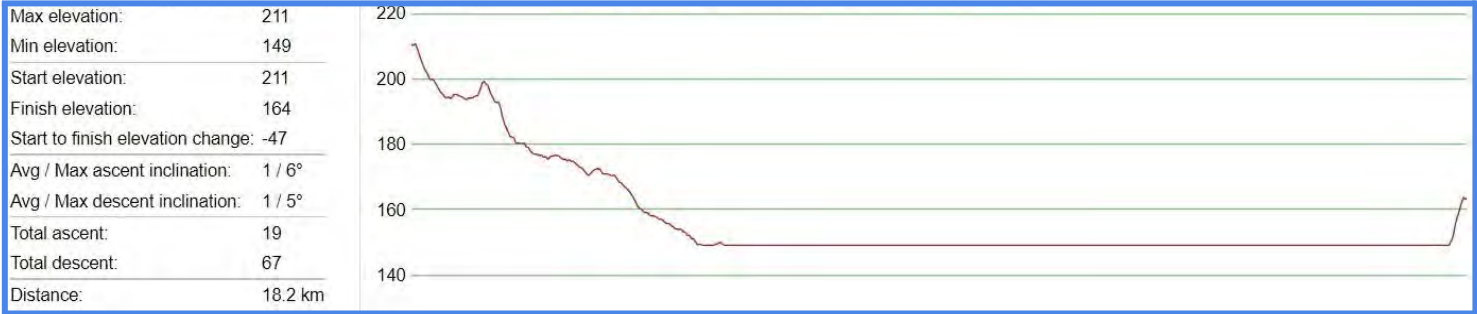






6. ТЕХНИЧЕСКОЕ ОПИСАНИЕ МАРШРУТА ПО ДНЯМ

Дни пути	Дата	Участок Маршрута	Характеристика	км	Набор/сброс высоты	t ход.
1	27.02.2022	Апатиты - оз. Умбозеро - р. Киткуай	Движение по буранке, неглубокая тропежка по озеру	19,2	Подъем +24 Спуск -67	5:32



Ночью 26 февраля группа отправилась в Апатиты поездом №16 “Арктика”.

1 день. 27 февраля в 8:10 мы прибыли в город Апатиты. Погода преимущественно ясная, температура -1°C. Группа встретилась с водителем, загрузилась в микроавтобус и отправилась на стартовую точку, находящуюся в двух километрах от пос. Коашва. Около 9 утра выгрузились и начали подготовку к старту, однако у двух участников обнаружилось проблемы с креплениями, исправили. На маршрут встали в 10 утра. Первые две ходки шли по задутой буранке в лесной зоне (см. фото 2), в 11:40 вышли на Умбозеро. Задул сильный ветер, поднялась пурга (см. фото 3). По озеру тропили, снег глубиной до 15 см. Пересечение Умбозера заняло у нас 2ч 47мин. Посередине пути, у о. Елового (см. фото 4), сделали привал на перекус. После перекуса прошли еще две ходки до восточного берега Умбозера (см. фото 5), затем пересекли старую железную дорогу и чуть поодаль неё, у р. Киткуай. В 17:15 встали на ночёвку.



Фото № 1. Группа на Ленинградском вокзале.



Фото № 2. Первая ходка. Идём по буранке к Умбозеру.



Фото № 3. Пурга.



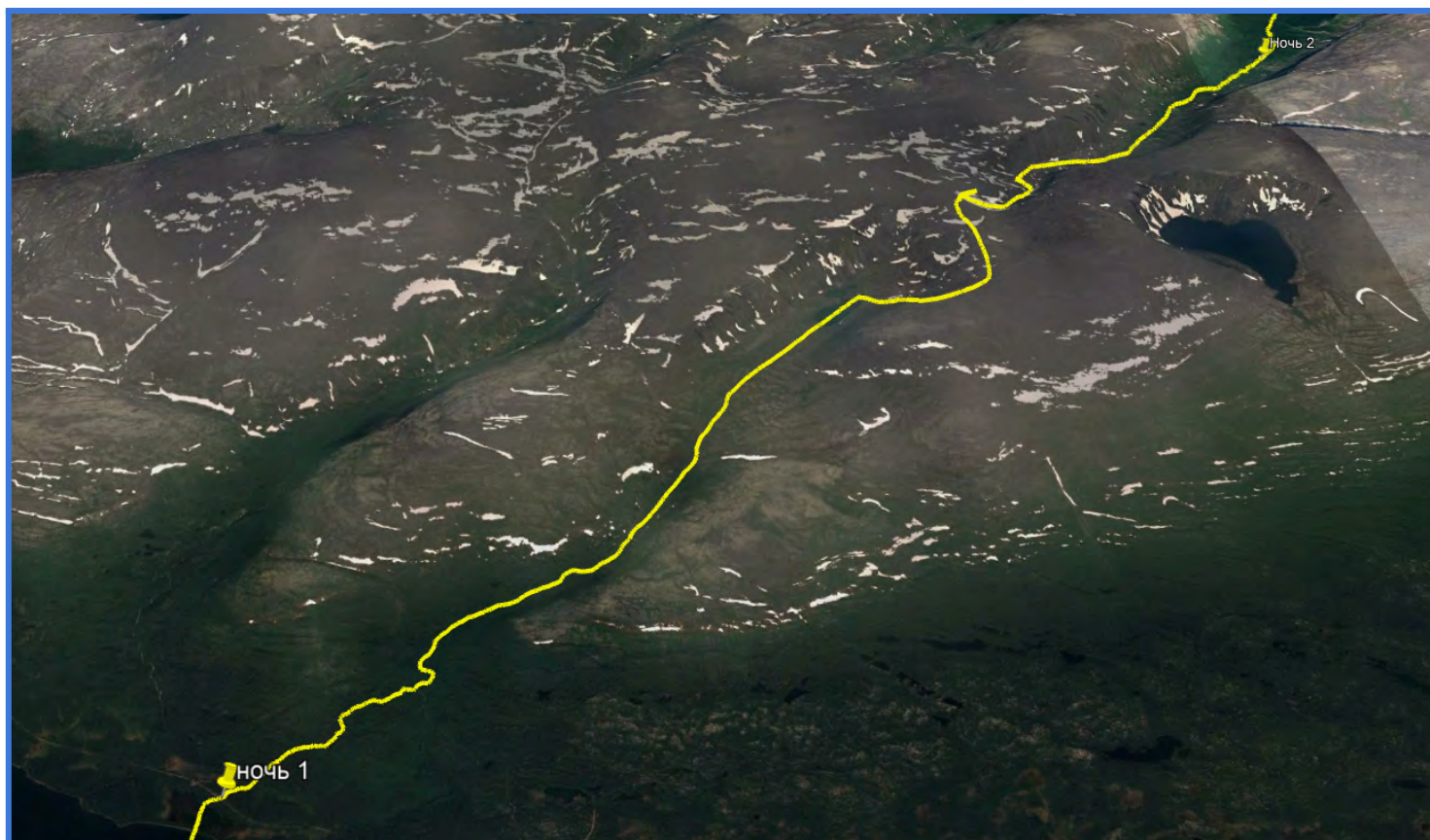
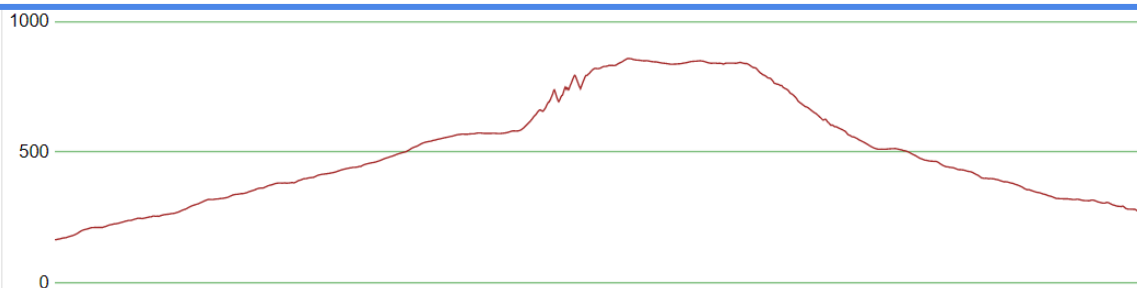
Фото № 4. Группа на подходе к о. Еловый.



Фото № 5. Пересекаем Умбозеро. Вид на Ловозеры.

Дни пути	Дата	Участок Маршрута	Характеристика	км	Набор/сброс высоты	t ход.
2	28.02.2022	пер. Чивруай (н/к, 830) - р. Чивруай - Чивруайская изба	Начало пути: лесная зона, подход к перевальному цирку по жёсткому фирну, подъём на перевал пешком по крутому склону, далее на лыжах	21,1	Подъем +837 Спуск -725	12:02

Max elevation: 857
 Min elevation: 162
 Start elevation: 162
 Finish elevation: 273
 Start to finish elevation change: 111
 Avg / Max ascent inclination: 4 / 34°
 Avg / Max descent inclination: 5 / 35°
 Total ascent: 837
 Total descent: 725
 Distance: 21.1 km



2 день. Выход группы состоялся в 8:51 утра. Погода — переменная облачность, температура около нуля, ветрено. Первые две ходки проходили в лесной зоне. Приходилось тропить довольно глубокий снег до 20 см. В 10:30 вышли на буранку вдоль реки Киткуай (см. фото 6) и двигались по ней на северо-восток, пока не вышли на открытое пространство. Далее двигались по жесткому фирну до перевала Чивруай (н/к, 830) (см. фото 7). Под перевальным цирком перекусили (см. фото 8), в 13:40 начали подъем. Классический подъём на перевал показался нам небезопасным, поэтому мы решили взять правее и выйти на него траверсом (см. фото 9). Примерно через час движения, на середине подъема мы сняли лыжи и продолжили движение пешком до выхода на хребет (см. фото 10). Крутизна склона ~ 30 градусов. Задул сильный порывистый ветер. Приходилось периодически останавливаться и пережидать его до затишья. Порывы длились в среднем 10-15 секунд, затишья -- 1-5 минут. Так же на пути подъёма достаточно часто попадались курумы. На седловину вышли поздно, в 17:00 (см. фото 11). Состояние снега — жесткий фирн. Спуск в долину р. Чивруай начали около 18:00. Первые 50м сброса высоты с перевала мы шли лесенкой (см. фото 12), далее спуск не представлял особой сложности, однако начинало темнеть и в группе накапливалась усталость, в лесной зоне приходилось тропить. Стоянку искали долго, так как не могли найти дрова. Встали затемно, в 22:00, не дойдя до запланированного места ночевки 700м.



Фото № 6. Идём в лесной зоне по буранному следу.



Фото № 7. Движемся к пер. Чивруай(н/к, 830).



Фото № 8. Привал перед началом подъёма на перевал.



Фото № 9. Начинаем траверс.



Фото № 10. Подъём на хребет.

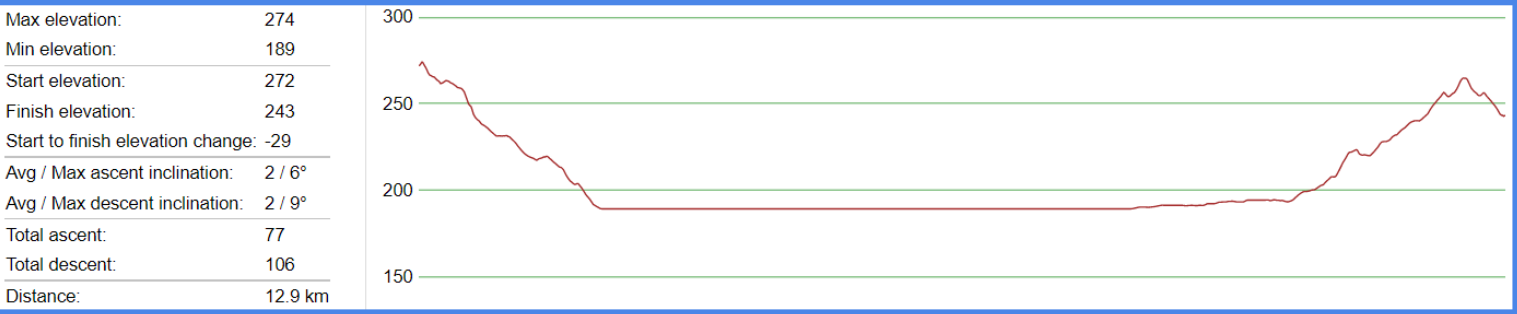


Фото № 11. Вид с пер. Чивруай(н/к, 830) на юго-запад.



Фото № 12. Группа спускается в долину реки Чивруай.

Дни пути	Дата	Участок Маршрута	Характеристика	км	Набор/сброс высоты	t ход.
3	01.03.2022	оз. Сейдозеро - р. Эльмарайок - р. Чинглусуай	Неглубокая тропёжка в лесной зоне, движение по озеру, затем по лыжне	12,9	Подъем +77 Спуск -107	4:16



3 день. Вышли в 11:15 утра. Пасмурно, температура -4°C. Неглубокая тропежка по лесу. Через 30 минут после начала движения подошли к Чивруайской избе (см. фото 13-14). Изба тёплая, есть печка — можно даже зимой с комфортом разместиться группой до 10 человек. Табличка у входа гласит, что изба была построена в 1976 г. в память о погибших туристах. От избышки по старой лыжне группа двигалась на северо-восток. В 12:30 вышли на Сейдозеро. У Алины вырвало крепление на лыже, пришлось остановиться (см. фото 15). Проблема решилась сверлением новых отверстий и усадкой их на поксипол. Группа двигалась по краю озера на запад (см. фото 16). Было задумано и двигались довольно быстро, за 2 часа преодолели 6 км. В 14:45 у западного берега озера остановились на перекус, встретили местного егеря, нашли оборудованную стоянку (см. фото 17). Далее вышли на засыпанную лыжню (думаем, что группы Бекетова) и двигались по ней на северо-запад вдоль реки Эльморайок еще 4,5 км. На ночевку встали около 17:00 в лесной зоне недалеко от места, где р.Чинглусуай впадает в р. Эльморайок, в этот раз топили лед, наколотый ледорубом.



Фото № 13. Изба.



Фото № 14. Никита Иващенко в избе.



Фото № 15. Ремонт крепления.

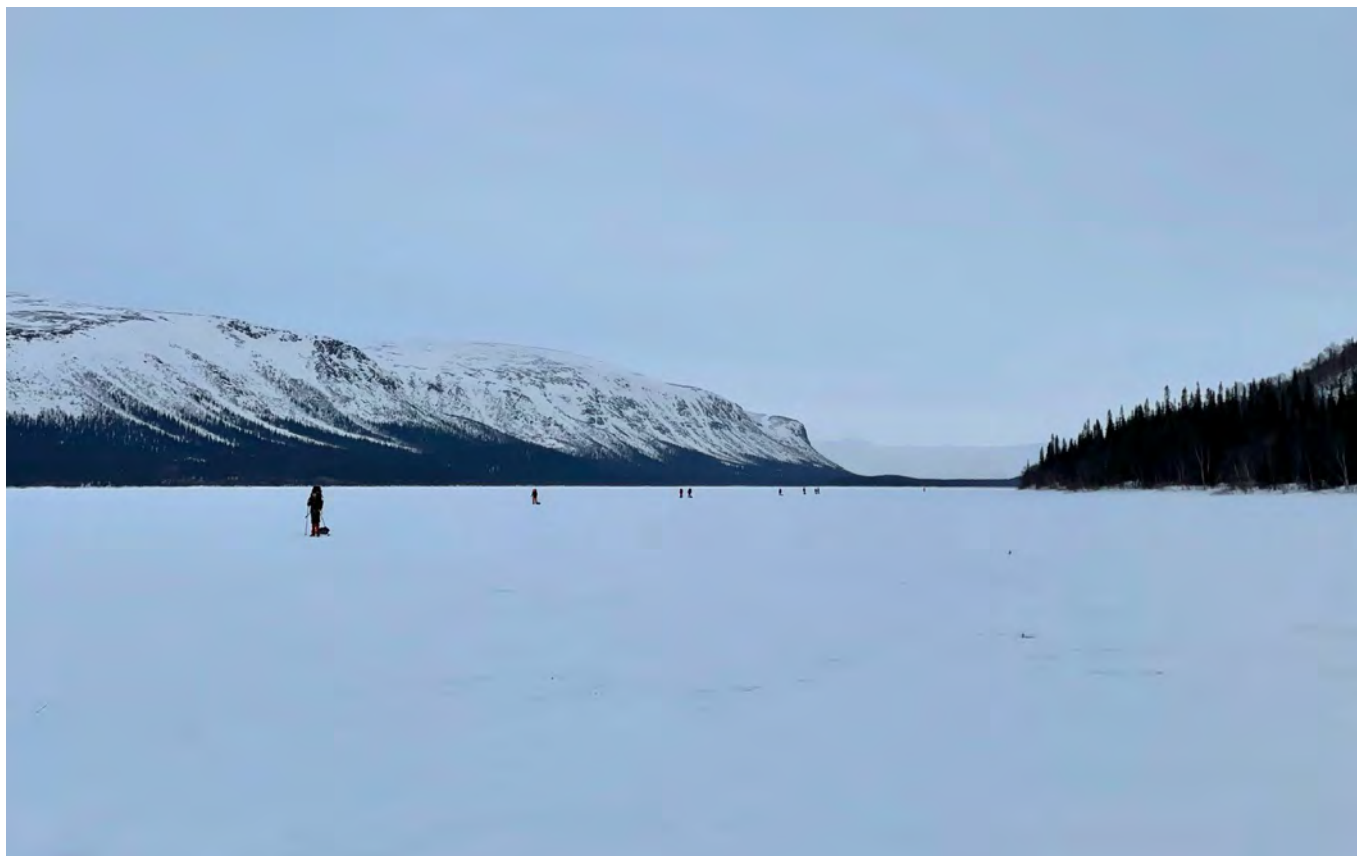


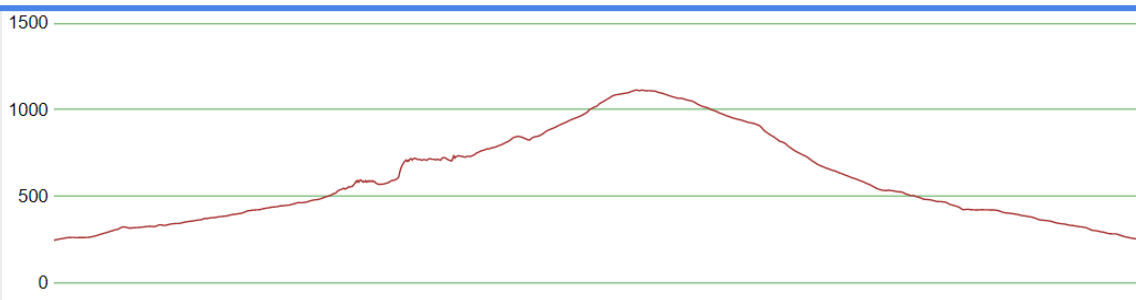
Фото № 16. Пересекаем Сейдозеро.



Фото № 17. Стоянка у северо-западного берега Сейдозера.

Дни пути	Дата	Участок Маршрута	Характеристика	км	Набор/сброс высоты	t ход.
4	02.03.2022	г. Ангвундасчорр (1А,1120) - р. Азимут	Движение по жесткому фирну, курумам, затем пешком по ледяной кромке, далее лыжня	19,5	Подъем +1030 Спуск -1024	7:39

Max elevation:	1112
Min elevation:	244
Start elevation:	244
Finish elevation:	249
Start to finish elevation change:	6
Avg / Max ascent inclination:	7 / 55°
Avg / Max descent inclination:	6 / 46°
Total ascent:	1030
Total descent:	1024
Distance:	19.5 km



4 день. Погода преимущественно ясная, температура -4°C , сильный порывистый ветер. На маршрут встали в 7:45 утра. Движение продолжили по лыжне на запад вдоль р. Чинглусуай плавно набирая высоту (см. фото 18). Две ходки шли по жесткому фирну с курумами около 6 км. Дул настолько сильный ветер, что иногда сшибал с ног (см. фото 19). В 11:40 вышли из ущелья на выполаживание (см. фото 20), курумы закончились. Оставшиеся 2 км до г. Ангвундасчорр (1А, 1120) пролетели незаметно (см. фото 21). В 13:00 группа поднялась на вершину в полном составе (см. фото 22). Спуск начали на северо-запад, сняли лыжи из-за большого количества камней и ледяной кромки. В течение полутора часов двигались пешком и прошли 4,5 км. Траверсируя склоны, некоторые участники группы спускались на санках. Таким образом группа добралась до правого притока р. Азимут. В 14:50 мы вышли на лыжню группы Бекетова, спускающуюся с пер. Геологов, спуск продолжили на запад по лыжне вдоль р. Азимут (см. фото 23). Перед входом в лесную зону у Артёма сломалось тросиковое крепление, остановились на починку. Лагерем встали в 17:00 через 5 км у ручья, немного не дойдя до старой железной дороги в ур. Три Богатыря (см. фото 25).



Фото № 18. В ущелье р. Чинглусуай



Фото № 19. Привал. Прячемся за камнем от ветра.



Фото № 20. Выходим на выполаживание.



Фото № 21. Последние 2км до в. Ангвундасчорр.



Фото № 22. Вершина Ангвундасчорр(1А, 1120) (на заднем плане).



Фото № 23. Двигаемся вдоль р.Азимут, вид на оз.Умбозеро.

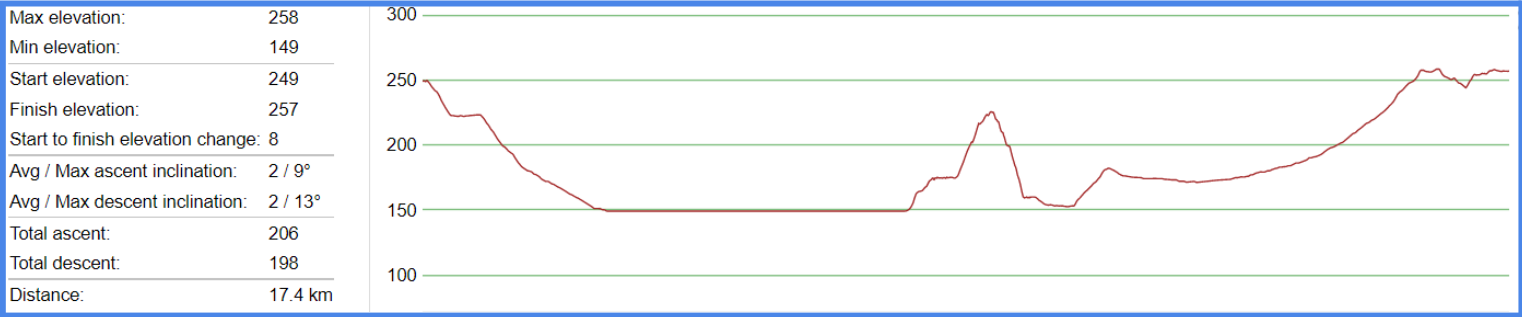


Фото № 24. Последние метры пути до стоянки. Впереди – Умбозеро.



Фото № 25. Лагерь четвертого дня.

Дни пути	Дата	Участок Маршрута	Характеристика	км	Набор/сброс высоты	t ход.
5	03.03.2022	оз.Умбозеро - Нижний Ньювъявр - Верхний Ньювъявр - р. Мальвайтайок	Неглубокая тропёжка в лесной зоне, далее движение по озеру, крутой спуск в лесной зоне.	17,4	Подъем +206 Спуск -192	6:31



5 день. Переменная облачность, температура -1°C , на Умбозере ветренно. Вышли в 10:25. Поздний выход связан с тем, что понадобилось снова ремонтировать крепления. Через 20 минут и 370 м движения по лыжне Бекетова на запад (см. фото 26) вышли на бывшую железную дорогу. Если здесь повернуть на север – можно дойти до пос. Ревда. Мы же прошли по этой дороге 100 м на юг, после чего свернули в сторону Умбозера. Путь от дороги до озера у нас занял 45 минут, так как лыжню мы потеряли и пришлось тропить довольно глубокий снег. В 11:30 вышли на Умбозеро, на его пересечение (4.8 км) у нас ушло 1ч 30мин, шли не останавливаясь так как дул сильный боковой ветер. Отойдя от западного берега Умбозера 250 м, увидели избушку (см. фото 28). У неё решили передохнуть и перекусить. Далее группа, выйдя на лыжню, обогнула г. Ньюръяврпахк с северо-запада (50 м набора высоты) (см. фото 29) и начала спуск к оз. Нижн. Ньювъявр. Спуск давался непросто, большой уклон, к тому же лес был довольно густой, саночки постоянно цеплялись (см. фото 30-31). В 14:40 группа вышла к озеру, по нему мы прошли 500 м на юго-запад, после чего свернули направо и через ещё 500м движения вдоль речки к 15:50 оказались на оз. Верхний Ньювъявр. На пересечение последнего у нас ушло полчаса, на озере была буранка. В 16:15 группа вышла на просеку, по которой двигалась ещё 4 км на северо-запад до места ночевки у р. Мальвайтайок (см. фото 32). Встали лагерем в 17:45, в этот раз на ночевке был доступ к воде.





Фото № 27. Вид на Умбозеро.



Фото № 28. Избушка на западном берегу Умбозера.



Фото № 29. Вид на оз. Нижний Ньюръявр.



Фото № 30. Нелегкий спуск.



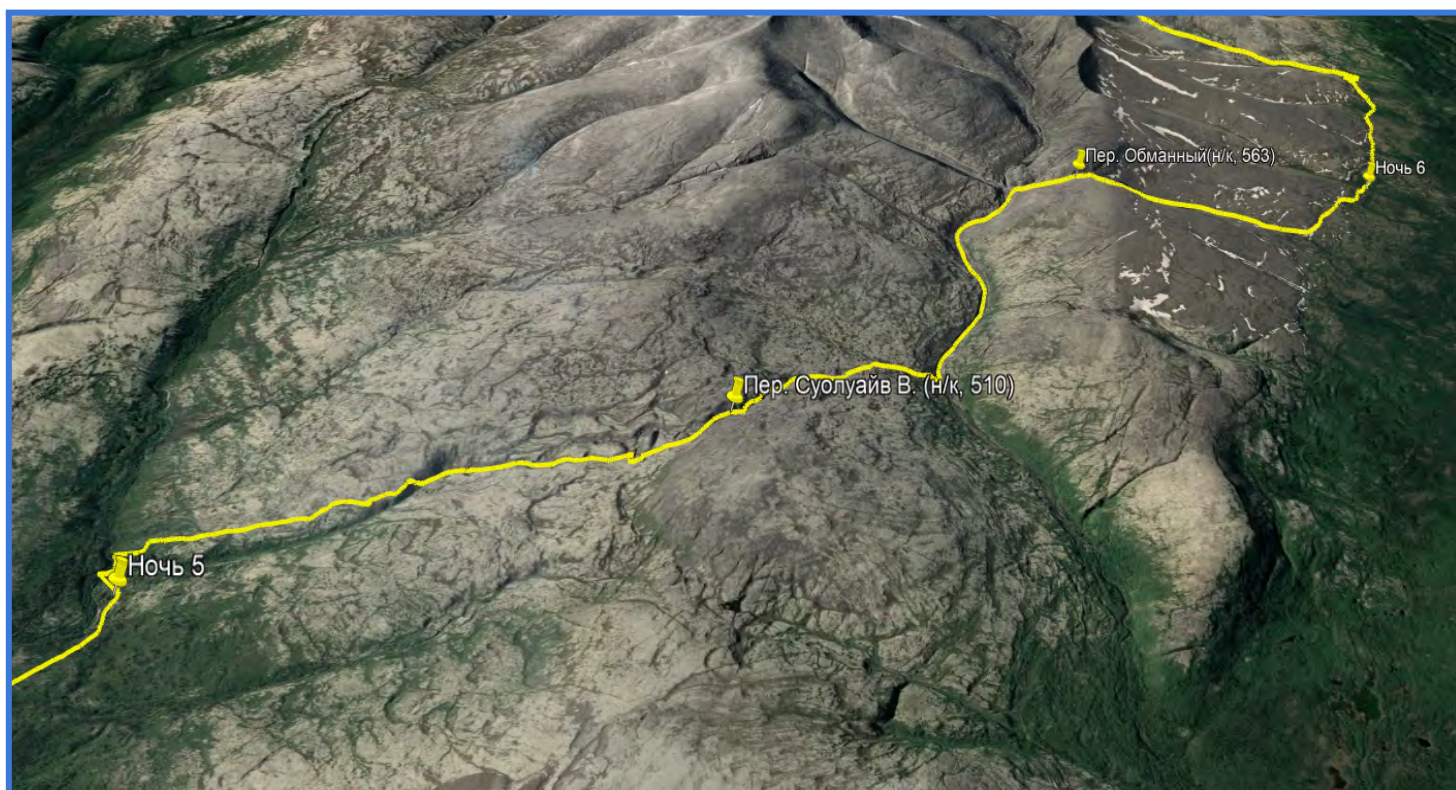
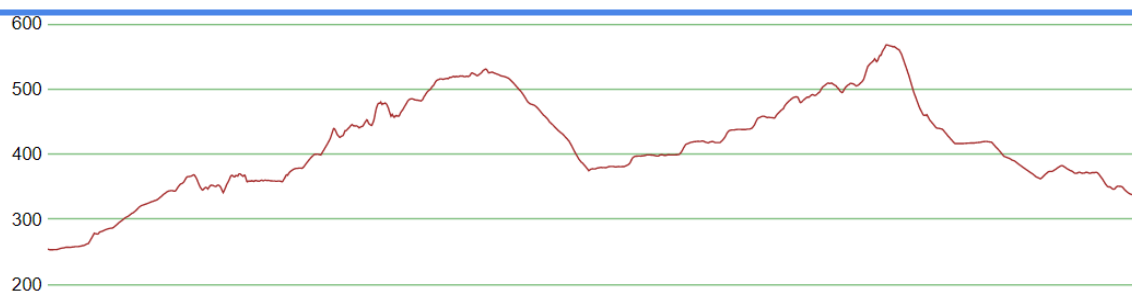
Фото № 31. Прделанный спуск (вид с оз.Нижн. Ньювъявр).



Фото № 32. Река Мальвайтайок.

Дни пути	Дата	Участок Маршрута	Характеристика	км	Набор/сброс высоты	t ход.
6	04.03.2022	Пер. Суолуайв В. (н/к, 510) - р. Кальйок - Пер. Обманный(н/к, 563) - сев. склолы г. Северный Лявачорр	Траверсы обледеневших склонов с курумниками, движение по лыжне.	17	Подъем +626 Спуск -542	7:00

Max elevation:	568
Min elevation:	253
Start elevation:	254
Finish elevation:	338
Start to finish elevation change:	83
Avg / Max ascent inclination:	4 / 28°
Avg / Max descent inclination:	5 / 19°
Total ascent:	626
Total descent:	542
Distance:	17.0 km



День 6. Температура -4°C , переменная облачность, ветрено. Вышли в 9:08. За первую ходку группа вышла из лесной зоны и начала подъем на северо-запад в сторону перевала Суолуайв по восточным склонам в. 703,8. Пройдя таким образом около 1,5 км и набрав 80 м, мы решили снять лыжи и продолжить траверс пешком, так как далее путь пролегал по обледеневшему снегу и курумам (см. фото 33). Пешком прошли еще 600 метров, после чего было принято решение спуститься все-таки в долину левого притока р. Мальвайтайок ввиду сильного ветра на склонах (см. фото 34). К 10:45 группа закончила спуск и продолжила движение к перевалу по долине, включили биперы. Через 45 минут и 1,6 км мы вышли к памятной табличке о погибших альпинистах (см. фото 36) и от нее начали подъем на восток, обходя опасный участок (см. фото 35). Подъем давался нелегко, большой уклон, курумы, ледяная кромка, пришлось даже надеть кошки, один из участников погнул палку. В 12:10 Группа снова вышла на пологую часть и продолжила движение к перевалу (см. фото 38-39), нам предстоял еще 1 км. В 12:50 мы взойшли на Перевал Суолуайв В. (н/к, 510), он расположен в отроге Суолуайв между вершинами Северный и Центральный Суолуайв. Соединяет низовья долин рек Кальйок и Мальвальтайок. Спуск с перевала (1,7км) на северо-запад к р. Кальйок занял у нас полчаса и не доставил особых трудностей – скатились с ветерком. Спустившись, мы перекусили и, выйдя на лыжню, направились на запад, вверх по реке к перевалу Обманный(н/к, 563) (см. фото 40). Двигались быстро — за 1,5 часа группа преодолела 3,5 км и к 15:30 мы были под перевалом. Подъем осуществляли по юго-западным склонам г. Валлепахк (см. фото 41-42). К 16:15 группа поднялась на перевал Обманный. Он расположен в отроге вершины Центральный Лявачорр (1047) западнее вершины Валлепахк. Соединяет среднее течение реки Кальйок и верховья реки Обманной. Спускались на север, сначала пешком (см. фото 43), затем на лыжах (тропили, потом вышли на лыжню). Сбросив около 200м и преодолев 2,5 км, группа свернула на запад и еще 1,5 км двигалась, траверсируя сев. склоны г. Северный Лявачорр (фото 44). В 18:00 мы встали лагерем в лесной зоне.



Фото № 33. Движемся в сторону пер. Суолуайв. Везде обледеневший снег и курумы.



Фото №34 . Со склона спускались пешком.



Фото № 35. Начало подъёма на перевал.



Фото № 36. Памятная табличка.



Фото № 37. Обходим лавиноопасный участок.



Фото №38. Движемся к перевалу Суолуайв В. (н/к, 510).



Фото №39. На перевале Суолуайв В. (н/к, 510).



Фото № 40. Идём по р. Кальок.



Фото № 41. Подъем на Обманный(н/к, 563).



Фото № 42. Последние метры до перевала.

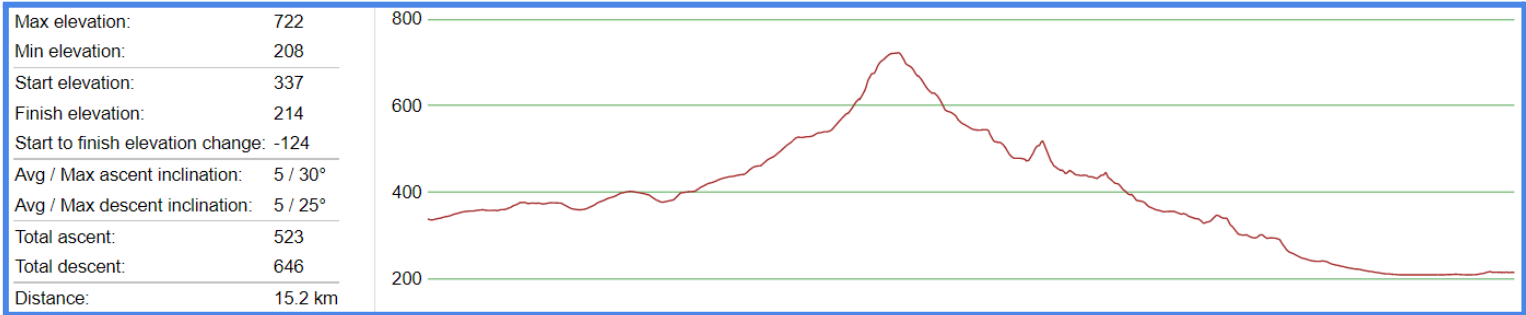


Фото № 43. Спуск с пер. Обманный (н/к, 563) на север.



Фото № 44. Сев. склоны г. Северный Лявачорр, вид на северо-восток.

Дни пути	Дата	Участок Маршрута	Характеристика	км	Набор/сброс высоты	t ход.
7	05.03.2022	р. Перевальная - пер. Лявочорр С (н/к, 700) - р.Сев.Лявойок - оз. Гольцовое	Неглубокая тропежка, движение по лыжне.	15	Подъем +523 Спуск -646	5:03



День 7. Температура -7°C , безветренно, пасмурно, утром шел кратковременный снег. Вышли в 9:30. Первую ходку (3 км) шли на запад траверсом по кромке леса. Через 45 минут мы немного спустились к речке Перевальная и продолжили движение по ней на юго-запад еще 3,5 км (1ч 45мин пути) к перевалу Лявачорр С. (н/к, 700) (см. фото 45). В 12:30 группа в полном составе была на Перевале Лявачорр Сев. (н/к, 700), он соединяет долины рек Сев. Лявойок и Перевальной. От радиального восхождения на в. Лявйок (1030) было решено отказаться ввиду неблагоприятных погодных условий: видимость не превышала 200 м, шёл мелкий снег. К 13:10 спустились в долину р. Сев. Лявойок, где нашли лыжню (см. фото 46-47). От выхода на лыжню до оз. Гольцовое 3 км. С лыжни открывались прекрасные виды, особенно нас порадовал сосновый лес. К 14:45 мы вышли на озеро Гольцовое, и за 15 минут пересекли его. На западном берегу группа вошла в горелый лес (см. фото 48). Через 800 м встали на ночёвку в 15:25. Нам хватило времени вечером сварить уху и посмотреть фильм.



Фото № 45. Последние метры подъёма на пер. Лявачорр С (н/к, 700).



Фото № 46. Спустились с пер. Лявачорр. Вышли в лесную зону, нашли лыжню.



Фото № 47. Путь к оз. Гольцовое.



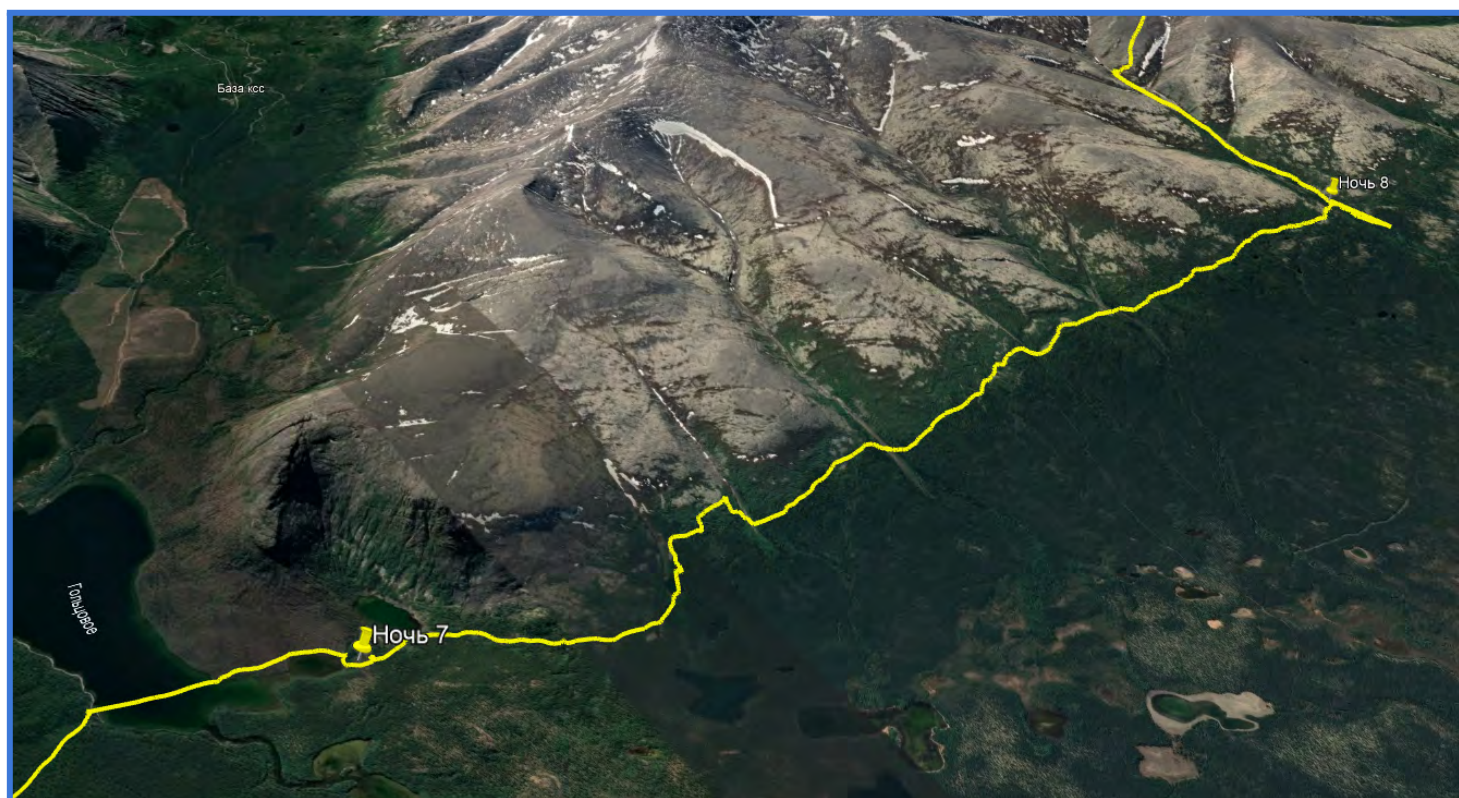
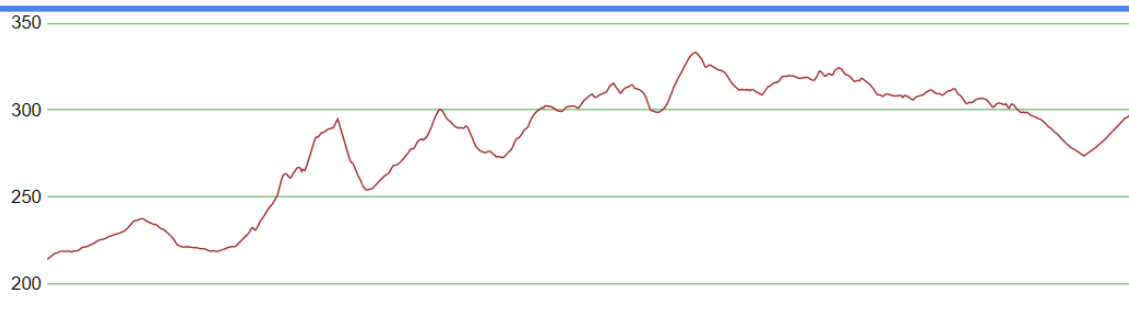
Фото № 48. В поисках подходящего места для лагеря у оз. Гольцовое.



Фото № 49. Место ночевки 7-й день.

Дни пути	Дата	Участок Маршрута	Характеристика	км	Набор/сброс высоты	t ход.
8	06.03.2022	Сев. склон г. Якимпахчорр - сев. склон г. Путеличорр - р. Маннепахкуай	Траверс, неглубокая тропежка.	10,3	Подъем +271 Спуск -188	3:49

Max elevation:	333
Min elevation:	214
Start elevation:	214
Finish elevation:	297
Start to finish elevation change:	84
Avg / Max ascent inclination:	3 / 13°
Avg / Max descent inclination:	3 / 12°
Total ascent:	271
Total descent:	188
Distance:	10.3 km



День 8. Переменная облачность, безветренно, мелкий снег. Вышли в 9:45. Первые 30 минут группа двигалась на северо-запад по лыжне, преимущественно по лесу (см. фото 51). Через 2 км мы вышли к небольшому озерцу, где потеряли лыжню. После группа продолжила траверсировать северные склоны г. Путеличорр. Двигались по краю лесной зоны, иногда приходилось тропить (см. фото 52-53). Пройдя таким образом оставшиеся 8 км и дойдя до р.Маннепахкуай (см. фото 54), мы в 14:30 встали на ночевку. В этот раз жарили блины, сушили камуса (см. фото 55). Ночью сильно подморозило, некоторым удалось увидеть слабое полярное сияние.



Фото № 50. Самка глухаря недалеко от лагеря 7-го дня.



Фото № 51. Лесная тропежка. На заднем плане вершина Путеличорр.



Фото № 52. Коля перед очередным небольшим спуском.



Фото № 53. Позади нас бесконечная тундра...



Фото №54 . Река Маннепахкуай



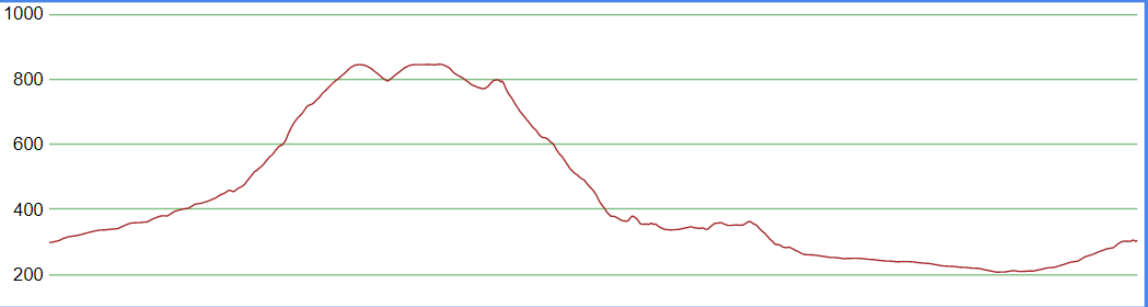
Фото № 55. Сушим камуса.



Фото № 56. Великолепный закат...

Дни пути	Дата	Участок Маршрута	Характеристика	км	Набор/сброс высоты	t ход.
9	07.03.2022	в. Маннепахк(н/к, 845) - пер. Маннепахк (н/к, 785) - р. Маннепахк - р. Гольцовка	Движение по лыжне, жесткому фирну, спуск в кошках по ребру, крутой спуск в лесной зоне, глубокая тропежка.	14,7	Подъем +778 Спуск -773	5:54

Max elevation:	845
Min elevation:	206
Start elevation:	297
Finish elevation:	305
Start to finish elevation change:	7
Avg / Max ascent inclination:	6 / 31°
Avg / Max descent inclination:	7 / 30°
Total ascent:	778
Total descent:	773
Distance:	14.7 km



День 9. Температура -15°C, ясно, Вышли в 9:00. До начала подъёма на перевал группа 2,5 км двигалась на юг вдоль р. Маннепахкуай по лыжне (см. фото 57). У одного из участников возникли проблемы с тросиком, поэтому только к 10:15 мы начали подъём на юго-запад в сторону в. Маннепахк (см. фото 58-59). Подъём занял 1ч 15 мин, группа преодолела 1,7 км, набрав 400 м. В 11:30 мы были на вершине Маннепахк (н/к, 845) (см. фото 60), погода радовала и с вершины открывались великолепные виды на оз. Большая Имандра, также мы поймали связь и отзвонились в Москву. С вершины до перевала Маннепахк (н/к, 785) 700 м. Спускались на лыжах (см. фото 61), однако дальнейший спуск на юго-запад к р. Маннепахк группа осуществляла по ребру пешком в кошках (см. фото 62). *Перевал Маннепахк расположен в отроге в. Путеличорр, между вершинами Путеличорр (западная предвершина) и Маннепахк. Ведет из долины ручья Маннепахкуай в среднее течение р. Гольцовки (р.Маннепахк или Иидичйок).* Спустившись, мы перекусили (см. фото 63), снова надели лыжи и в 13:00 группа вышла на лыжню и продолжила путь на запад, вдоль реки Маннепахк, в сторону р. Гольцовка. Однако лыжня уводила нас траверсом намного южнее, чем было необходимо, предположительно к р. Часнайок, поэтому мы свернули с нее в лес. Крутой спуск по лесу к р. Гольцовка оказался крайне сложным для некоторых участников группы: саночки постоянно цеплялись, глубокий снег и густая растительность послужили причиной задержки группы. К р. Гольцовка вышли поздно, около 17:00, нашли лыжню и двигались по ней на северо-запад 2,5 км до небольшого озерца (см. фото 64), где встретили детскую туристическую группу, спускавшуюся из ущелья Аку-Аку. По их лыжне мы и продолжили движение на юг вдоль левого притока Гольцовки, в сторону ущелья. Пройдя таким образом 1,5 км (от озерца), мы приняли решение вставать на ночевку ввиду общей усталости группы, к тому же начинало темнеть (см. фото 65). Группа свернула с лыжни на восток и, пройдя метров 100, встала на ночевку в 19:30. Изначально планировалось пройти в этот день еще и ущелье Аку-Аку, однако выбрали не оптимальный путь после спуска с пер. Маннепахк. Группе стоило двигаться по долине, вдоль р. Маннепахк.



Фото № 57. Движемся вдоль р. Маннепахкуай.



Фото № 58. Начали подъем к вершине Маннепахк.



Фото № 59. Середина подъема (вид на долину р.Маннепахкуай).



Фото № 60. На в. Маннепахк (н/к, 845).



Фото № 61. Выходим траверсом на пер. Маннепахк (н/к 785).



Фото № 62. Спуск с перевала.



Фото № 63. Перекус на р.Маннепахк.

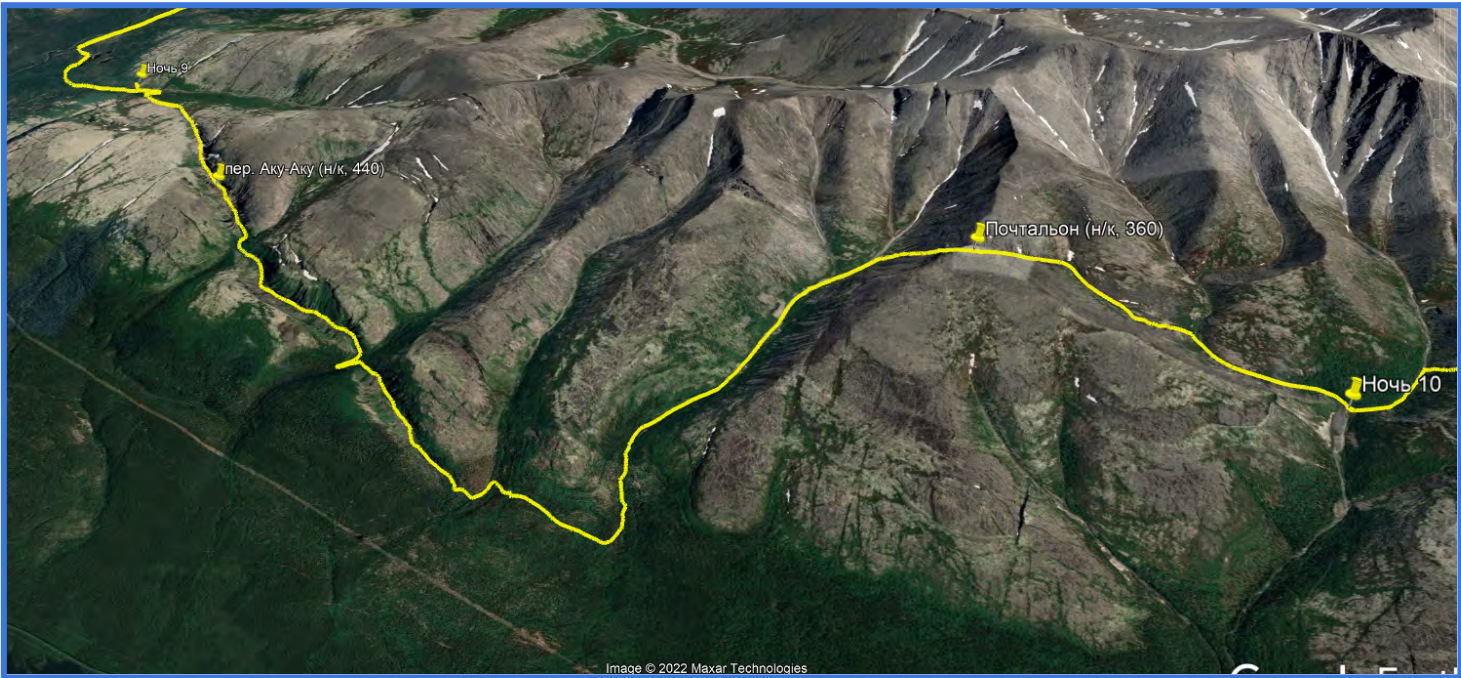


Фото №64. Группа движется по лыжне вдоль р.Гольцовка.



Фото №65. Место ночевки 9-й день (на заднем плане оз.Большая Имандра).

Дни пути	Дата	Участок Маршрута	Характеристика	км	Набор/сброс высоты	t ход.
10	08.03.2022	пер. Аку-Аку (н/к, 440) - оз. Изумрудное - пер. Звездочка (н/к, 300) - ущелье Звездочка нижнее - пер. Почтальон (н/к, 360) - р. Медвежий	Движение по лыжне, каньону, неглубокая тропежка, крутой подъем пешком.	13,3	Подъем +685 Спуск -607	5:00



День 10. Температура -10°C, пасмурно, сильный ветер. Вышли в 9:30 и продолжили движение по вышеупомянутой лыжне детской группы на юго-запад (фото 66), в сторону ущелья Аку-Аку. За ходку (1,5км) добрались до пер. Аку-Аку (н/к, 440) (фото 67), далее 1,5 км двигались по ущелью до оз.Изумрудное (фото 68-69), погода улучшилась. После озера группа продолжила движение по лыжне на юг, к пер.Звездочка. Таким образом мы преодолели 1,8 км. Перевал Звездочка (н/к, 300) прошли почти не заметив. От перевала двигались на юго-запад по ущелью Звездочка, затем зашли в лес (фото 70). Спустя 2 км мы свернули на восток в сторону пер.Почтальон. До перевального взлета 2,5 км двигались вдоль реки, тропили (фото 71). На перевал Почтальон (н/к, 360) поднялись за 40 минут по довольно крутому склону с курумами. Было довольно лавиноопасно, поэтому было принято решение подниматься пешком дабы не резать склон (фото 72-73). Спуск с перевала на юг 2,5 км мы буквально пролетели (фото 74-75), лыжи хорошо скользили и к 18 вечера группа встала на ночевку в верховьях р. Медвежий (фото 76).



Фото № 66. Группа на подходе к Аку-Аку.



Фото №67. Перевал Аку-Аку (н/к, 440).



Фото №68. В ущелье Аку-Аку.



Фото №69. Оз. Изумрудное.



Фото №70. Лесной участок после ущелья Звездочка.



Фото № 71. На подходе к пер.Почтальон.



Фото №72. Крутой подъем до перевала.



Фото №73. Группа отдыхает на пер. Почтальон (н/к, 360)



Фото №74. Начинаем спуск.

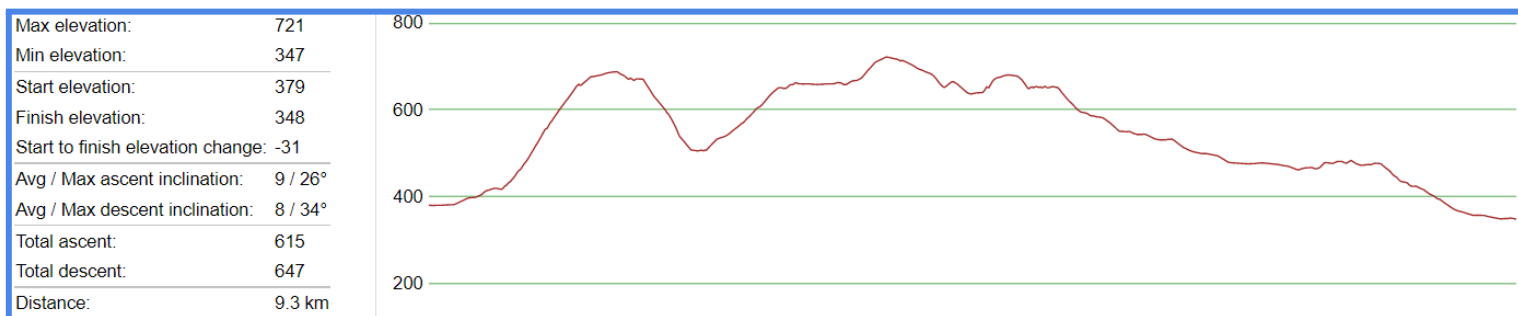


Фото №75. Скатились с ветерком!



Фото №76 . Подходим к месту ночевки.

Дни пути	Дата	Участок Маршрута	Характеристика	км	Набор/сброс высоты	t ход.
11	09.03.2022	пер. Каньон (1А, 680) - р. Малая Белая	Неглубокая тропёжка, подъём и спуск на перевал в кошках, неглубокая тропёжка	9,3	Подъем +615 Спуск -647	5:15



11 день. Переменная облачность, температура -10°C. Вышли в 9:12. Первые 500 м мы шли на юго-восток по долине р. Медвежий, далее сняли лыжи, надели кошки и начали подъём на юг, на пер. Каньон(1А, 680) (фото 77-78). За час группа поднялась на перевал, набрав 260м. В 10:56 начали спускаться с перевала. Движение осуществляли так же — в кошках. На спуск нам потребовалось 10 минут (фото 79). Спустившись, надели лыжи и начали подъём, обходя в. Юмечорр (824) с запада (см. фото 80-81). Набрав 150 м и ошибочно войдя в ущелье, расположенное на западном склоне в. Юмечорр, мы сделали перекус (фото 82). Затем вышли из ущелья и продолжили подъём на юго-восток, буквально 400 м(60 м набора). Обнаружилась связь, позвонили в Москву. Открылся великолепный вид на оз. Большая Имандра (фото 83). В 12:45 мы начали траверс южных склонов в. Юмечорр. Через 750 м зашли в небольшое ущелье (фото 84), после него продолжили траверс (фото 85-86).Траверс вышел общей протяженностью 4,5 км (113м набрали, 331м сбросили), в основном тропили. Закончив траверс 600 м юго-восточнее отметки 591,6(см.карту), группа начала спускаться в долину реки Малая Белая(фото 87). Через 800м спуска на юго-восток группа вышла на буранку, прошла по ней 150 метров и встала на ночевку в 15:45.



Фото № 77. Подъём на перевал Каньон (1А, 680). Вид на перевал Почтальон, пройденный 08.03.



Фото № 78. На перевале Каньон (1А, 680).



Фото № 79. Спускаемся с перевала.



Фото № 80. Спустившись с перевала Каньон мы сразу же продолжили путь.



Фото № 81. Поднимаемся по юго-западным склонам в. Юмечорр.



Фото № 82. Входим в ущелье(ошибочное). Ошибка на 200 метров по расстоянию



Фото № 83. Вид на оз. Большая Имандра.



Фото № 84. Начинаем траверс южных склонов в.Юмечорр (824).



Фото № 85. Вышли из ущелья, продолжаем траверс. Вид на долину р.Малая Белая.



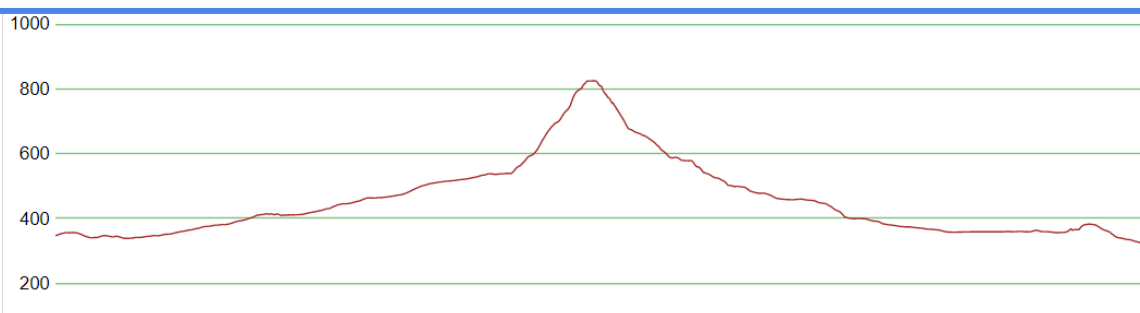
Фото № 86. Группа на участке, прорисованном на фото 85.



Фото № 87. Закончили траверс, начинаем спуск. Вид на долину реки Малая Белая.

Дни пути	Дата	Участок Маршрута	Характеристика	км	Набор/сброс высоты	t ход.
12	10.03.2022	оз. Тахтаръявръ - пер. Рамзая (н/к, 745) - р. Поачвумйок - оз. Мал. Вудъявр - р. Вудъяврйок - Санаторно оздоровительный комплекс "Тирвас"	Движение по лыжне и буранкам, неглубокая тропёжка	19,9	Подъем +538 Спуск -560	5:37

Max elevation: 824
 Min elevation: 325
 Start elevation: 347
 Finish elevation: 325
 Start to finish elevation change: -21
 Avg / Max ascent inclination: 3 / 27°
 Avg / Max descent inclination: 4 / 24°
 Total ascent: 538
 Total descent: 560
 Distance: 19.9 km



12 день. Облачно, температура -15°C. Вышли в 9:10. Первые 600 м пути мы тропили в лесной зоне, затем вышли на хорошую широкую буранную дорогу (фото 88), по которой двигались на северо-восток 5 км по долине р.Малая Белая, после чего свернули в сторону пер. Рамзая (н/к, 745). Спустилась непогода — повалил снег, иногда случались сильные порывы ветра, видимость 2-5м. (фото 89-92). На перевал вышли в 12:20 (набрав с буранки 260м). В ущелье Рамзая установлена памятная табличка. Выйдя из ущелья, группа начала спуск на юго-восток по правому притоку р. Поачвумйок. Распогодилось, ветер прекратился (фото 93). Через 4,5 км, у начала лесной зоны, мы сделали привал с перекусом, сняли камуса. Далее 2,5 км до оз. Малый Вудъявр группа двигалась по буранному следу (фото 94). У турбазы мы пересекли озеро и вышли на автомобильную дорогу в 14:43. От начала дороги до автобусной остановки у Санаторно-оздоровительного комплекса "Тирвас" прошли ещё 2 км. На этом маршрут был закончен и мы отправились в г. Кировск, где поселились в квартире. Вечером помылись и поужинали, а на следующий день (11.03.2022) мы гуляли по городу (фото 95), зашли в краеведческий музей. Из Кировска в Апатиты вечером заказали маршрутное такси, и в 23:16 с вокзала Апатиты отправились на поезде 015 "Арктика" в Москву.



Фото № 88. Идём по буранной дороге.



Фото № 89. При подъёме на пер. Рамзая(н/к, 745) погода резко испортилась.



Фото № 90. В ущелье Рамзая.



Фото № 91. У памятной таблички на пер. Рамзая (н/к, 745).



Фото № 92. Спуск с перевала.



Фото № 93. Спуск с перевала. Начало rozpoгаживатьcя.



Фото № 94. Последние километры пути...



Фото №95 . Закончили маршрут! Группа в Кировске.

7. Новизна.

В данном походе к элементам новизны можно отнести прохождение таких перевалов как пер. Почтальон (н/к, 360) - р. Медвежий - Пер Каньон (1А, 680) с выходом на р. Малая Белая. Представленная информация в отчете может пригодиться тем кто захочет пройти этот путь. С точки зрения безопасности и автономности эти перевалы в наш период оказались весьма удобны для прохождения и добавляют интереса и полноты маршруту.

8.ИНТЕРЕСНЫЕ ОБЪЕКТЫ И МЕСТА НА МАРШРУТЕ.

Умбозеро – второй по величине водоем Мурманской области. Озеро расположено в юго-западной части Кольского полуострова, в котловине тектонического происхождения, вытянуто в меридиональном направлении. Его береговая линия мало расчленена.



Заснеженное озеро Умбозеро

Координаты: N 67 43'00.76" E 34 22'54.61"

Подробную информацию можно найти здесь: <https://gotonature.ru/499-ozero-umbozero.html>

Горный массив Ангвундасчорр, входящий в Ловозёрские тундры, лежит в Мурманской области, в самом центре полуострова. Наибольшая высота гора Ангвундасчорр - 1.126 метров. Название в переводе с саамского звучит как "гора с песчаными склонами".

Массив является самой высокой частью Ловозёрских тундр. У его подножия находится озеро Сенгисъявр.

При подъеме на Ангвундасчорр открываются живописные виды на ручей Чинглусуай, снежные вершины и безлесные долины. Правый и левый истоки ручья Чинглусуай примечательны необыкновенно красивыми водопадами.

Координаты: 67 49.738 E 34 30.716

Подробную информацию можно найти здесь:

<https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BD%D0%B3%D0%B2%D1%83%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%81%D1%87%D0%BE%D1%80%D1%80>

В самом центре Ловозерского горного массива Кольского полуострова среди горных вершин раскинулось **Сейдозеро**, что в переводе с саамского означает «священный».

Легенда о происхождении названия **Сейдозеро** – загадочного озера, несколько пугающая и завораживающая. Сейды – это, по старинным саамским поверьям, священные камни, в которые превращались умершие, а камень хранил их дух. Неудивительно, что Сейдозеро у саамов ассоциируется с загробным раем и вызывает благоговейный страх.

Сейдозеро располагается в самом центре Кольского полуострова, в районе, традиционно именуемом Русской Лапландией. В самом конце XX века Сейдозеро оказалось в центре внимания многих исследователей древнейшей истории нашего Отечества. Именно здесь были обнаружены остатки древнейшей в истории человечества цивилизации, которую античные авторы именовали Гиперборей (в древнегреческой мифологии легендарная северная страна, местообитание блаженного народа гипербореев).

Координаты: N67 48.021 E 34 45.799

Подробную информацию можно найти здесь: <https://murmansk.travel/places/19>

9. ВЫВОДЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ

Рекомендации:

1. Рекомендуем брать с собой камуса для лыж или веревочки для подвязки к лыжам.
2. При ночевке в палатке рекомендуем использовать печи производства Снегирева Анатолия Валентиновича, которые позволяют готовить внутри палатки.
3. Палки рекомендуем брать телескопические, что позволяет регулировать их длину при восхождениях и спусках.
4. Рекомендуем участникам группы брать лыжи одинакового типа, чтобы иметь одинаковые проблемы и запчасти.
5. Также рекомендуем использовать саночки для облегчения веса рюкзаков, если большая часть маршрута пролегает вне лесных зон.
6. Нужно осторожно относиться к восхождениям на вершины и траверсам хребтов. На верхах возможен сильный ветер и отсутствие видимости даже в ясную погоду, надо обязательно брать на восхождения теплые куртки, рукавицы, маски для защиты лица, чай, перекус, спички, топор.
7. На маршрут надо брать профессиональный навигатор, а не телефон. На морозе и ветре гаджеты быстро теряют заряд и можно оказаться без средств помощи в ориентировании.
8. Все участники группы использовали бахилы с резиновой калошей или подходящую для зимних условий альпинистскую обувь, это позволяло безопасно и комфортно проходить маршрут в любых погодных условиях...
9. Мы всегда используем в походе приготовленные в домашних условиях супы из самостоятельно высушенных овощей, также рекомендуем сублимированное мясо по рецепту Лебедева А.А.
10. Нередко группе приходилось двигаться по наиболее сложному рельефу в кошках.
11. На ночевку группа становилась довольно поздно, поэтому обеды мы практически не готовили. Рекомендуем брать несколько сытных белковых перекусов.

Выводы:

1. Маршрут полностью пройден в соответствии с графиком с использованием одного запасного дня.
2. Стоит отметить, маршрут вовсе не простой, значительная его часть пролегает выше зоны леса, что накладывает особые требования к уровню подготовки группы. В случае более неподходящих погодных условий вероятно, маршрут был бы не пройден. В нашем случае были дни плохой погоды, но они совпали по времени с нахождением группы в лесной зоне, что вызвало немало сложностей в плане торпёжки, но не повлияло на прохождение пути.

10.ПРИЛОЖЕНИЕ

Личное снаряжение

СПЕЦИАЛЬНОЕ ЛЫЖНОЕ		
Специальное личное снаряжение	1	Рюкзак
	2	Лыжи
	3	Ковер 2 шт
	4	Камуса
	5	Палки (можно цельные, можно телескопы)
	6	Чехло для лыж
	7	Нож-стропорез Petzl Spatha
	8	Фонарик + запасные батарейки
	9	Очки солнцезащитный и/или горнолыжная маска
	10	Личная аптека (обычно бинты, обезболивающие, курс антибиотиков)
	11	КЛМ
	12	Зажигалка 2 шт
	13	плеск 2-3 узкие пластинки (для розжига печки)
	14	карта района с маршрутом+маршрутная книжка+ разрешения
	15	деньги, документы, билеты
	16	Умывальные принадлежности + ТБ (Мыло, зубную пасту и солнцезащитный крем возьмем в общак)
	17	Часы с GPS
	18	Шмотник для одежды
	19	Накидка на рюкзак
	20	Билер
	21	Кошки
	22	Термос 1 л
ОДЕЖДА		
стопы	1	Ботинки (У меня двойные, пластиковые с вкладышем. На трекинговые с гамашей тоже подойдут.)
	2	Бахилы с калошей
	3	Носки трекинговые 1 пара
		Носки компрессионные 1 пара
		Носки ХБ расходные 3 пары
	4	Носки теплые для сна
ноги	5	Чуни спальные
	6	Штаны верхние мембранка или капрон
	7	Штаны термобелье
	8	Штаны полар 300 теплые
	9	Штаны полар тонкие или Изотермик (поларовый комбез) Можно не брать.
		шорты пуховые
верх + голова + шея	10	Термобелье верх
	11	Пуховка
	12	Куртка ветрозащитная
	13	Поларка тонкая (вместо полара можно пуховый свитер)
	14	Поларка толстая (пуховая желетка)
	15	Шапка для сна
	16	Шапка капрон
	17	Баф теплый
	18	Нашейник/ маска/
руки	19	Вархонки пух/синтепоновые теплые
	20	Варежки/перчатки виндблок
	21	Перчатки полар 1 пара
	22	
	23	Трусы мужские

Общественное снаряжение

	Жаров	Кушнер	Карамышев	Макрушина	Иващенко	Карпова	Аликин	Аликина	Гаврилов	Тюкина	Жарова	Наумов
размер рюкзака	130	120 л	100л	90 л	90л	115	100л	100л	100 л	80	90 л	100 л
печка + лист + перчатки бр	2080							2080				
труба+каны+паттубок	2350											2350
Газ	250										250	
Сварис	115										115	
половник 1	54											54
половник 2	56											56
шершавчик	22											22
мешок д/снега (зеленый А)	100											100
БИВАК												
шатер	2950	2950										
тент	2950	2950										
ЦК	1120			1120								
Пластина для трубы	120							120				
спальник 4 син внешн	2300		2300									
спальник 4 син внутр	3300				3200							
спальник 4 желт внутр	3300								3300			
спальник 4 желт внешн	2800						2800					
спальник 4 красн внутр	3300									3300		
спальник 4 красн внешн	2400					2400						
щётка смётка	140										140	
Бензопила MS 151 TC-E	3400	3400										
Бензин+масло	1100		870								400	
Масло	600						600					
Ножовка	250							250				
топор бол	1088				1088							
лопата ВЕНТО 1	630		630									
лопата ВЕНТО 2	630						630					
лопата ВЕНТО 3	630								630			
Шуп арм 1(240)	220					220						
Шуп арм 2(240)	220			220								
Шуп бд 190	230								230			
Шуп бд 265	320										320	
Шуп арм 3(240)	220							220				
Лампа quechua	0											
ПРИБОРЫ												
GPS 62	280	280										
батарейки к GPS 12 in	130					130						
GPS №2	280					280						
Фото 1	1600	1600										
Фото 2	0											
Аккумулятор СБ 20000мА	480	480										
Аккумулятор ОК 20000мА	480	480										
Аккумулятор Rombica NEC	0											
Спутниковый телефон	340	340										
Ipad mini + зарядка	370	370										
Skywatch Xplorer4 (Анемометр)	0											
колонка	250					250						
Экшн камера Sony	350					350						
ПРОЧЕЕ												
аптека	1000										1000	
аптека	950			950								
ремнабор	1885											1885
мыло + 3.паста	200									200		
	47618	6610	6240	3800	2290	4286	3630	3830	2670	4160	3500	2225
												4447

12		норма на 1	норма на 14	1/27.02	2/28.02	3/01.03	4/02.03	5/03.03	6/04.03	7/05.03	8/06.03	9/07.03	10/08.03	11/09.03	12/10.03	13/11.03									
Завтрак				27.02	28.02	01.03	02.03	03.03	04.03	05.03	06.03	07.03	08.03	09.03	10.03	11.03		№ чела	масса пр-ов						
Гречка+мол+сах				720						840					960		2520		1	Артем	7716				
Ячка+мол+сах					720						840						1560		2	Коля	8340				
Пшено+мол+сах						720						840				960	2520	Артем	6800	3	Даша	6900			
Рис+мол+сах							720						960				1680		4	Алина	7580				
Вермишель+мол+сах	40	480						50	840			60		960			1800	Коля	3700	5	Софа Т	7600			
Сух. молоко+сахар				12/12	120/120	-----Сразу в крупу-----																	6	Софа Ж	7200
Сыр	30	360			360		360			360		360		360		360	2400		7	Светлана	6700				
Колбаса	30	360			360		360			360		360		360		360	2300	Алина	4700	8	Егор	7540			
Сладкое	30	360			360	360	360	360		360	360	360		360	360	360	5150	Даша	5150	9	Некит	7500			
Протеиновый батончик	60	720	720			720						720		720			2880	Алина	2880	10	Рыжик	7880			
Протеиновые печенья	50	600			600					600			600				1800	Светлана	1800	11	Олег	7600			
Перекус																				12	АВ	7850			
Орехи+ сухофрукты	60	720	720	720	720	720	720		720	720	720	720		720	720	720	9360	Софы 10/2	7200						
Батончик	50	600	600	600	600	600	600	600		600	600	600		600	600	600	6600	Егор	6600						
конфеты	5	60	60	60	60	60	60	60		60	60	60		60	60	60	940	Егор	940						
Шоколад	25	300	300	300	300	300	300	300		300	300	300		300	300	300	3900	Коля	3900						
Колбаса	25	300	300							300							600								
Грудинка		300		300							300				300		900								
Рыба		300			300						300					300	900	Некит	2400						
Кальмар		300	едет с озона			300						300			300			900	Рыжик	900					
Сало		300					300							300				600	Артем	600					
Обед																									
Суп	30	360			360		360	35		420	420						1560	Рыжик	1560						
Мясо в суп	20	240			240		240	30		360	360						1200	Даша	1200						
Ужин																									
Рис		720	720							840				840			2400								
Гречка		720			720						840					840	2500	Светлана	4900						
Булгур	60	720					720	70					840				1700	Рыжик	1700						
Пюре	65	720		720				70		840		80			840		2400								
Макароны	90	1080				1080		100				1200					2700	Некит	5100						
Мясо на ужин	45	540	540	540	540	540	540	55	660	660	660	660	65	780	780	780	8580	АВ и рыжик	7500						
Сладкое	40	480	480	480	480	480	480		480	480	480	480		480	480	480	5760	Софа Ж	5760						
Овощи в ужин																									
Прочее																									
чай	8	96	96	96	96	96	96	96		96	96	96	96		96	96	1248	Рыжик	1250						
кофе	4	48	48	48	48	48	48	48		48	48	48	48		48	48	624	Артем, АВ							
сливки	5	60	60	60	60	60	60	60		60	60	60	60		60	60	1000	Олег	1000						
соль	8	96	96	96	96	96	96	96		96	96	96	96		96	96	1248	Рыжик	1250						
горчица(французкая)	1 на 2 дня	100	100		100		100			100	100			100			600	Светлана	600						
сахар	40	480	480	480	480	480	480		480	480	480	480		480	480	480	6600	Олег	6600						
изотоник	9,166666667	110															740	Коля	740						
сухари(лично)	40	480															0								