

5642 m - Elbrusz (v7s)

Zöldellő völgyeken, havas hegyeken át a kontinentális Európa legnagyobb csúcsára

Időpontok	Indulás-érkezés*	Telítettség	Jelentkezési határidő
2022. augusztus 20. - 2022. augusztus 27.	2022. augusztus 19. - 2022. augusztus 28.	A jelentkezés lezárult.	2022. augusztus 20.
Ár: 549 000 Ft +repjegy		10% törzsutas kedvezménnyel: 494 100 Ft +repjegy	
Előleg: 220 000 Ft, mely jelentkezéskor fizetendő.		Fennmaradó összeg: 329 000 Ft, mely indulás előtt 30 nappal esedékes.	

*Repülő útjainkra a kiutazás egyénileg történik. A fenti dátum az Eupolisz által ajánlott járat indulási-érkezési időpontját jelzi

Hófehér hegycsúcsok, vadul hömpölygő gleccserfolyók, és a számtalan, örökké mozgó gleccser birodalma ez a táj! Oroszországnak ez a része mindig is a túrázók és hegymászók egyik fő célpontja közé tartozott, de Európából nem sokan jutottak el erre az izgalmas, élményekkel teli különleges világba! Mi most belekóstolhatunk az igazi orosz hegyvidéki emberek különös életébe. Kisebb-nagyobb hegycsúcsokra kapaszkodunk fel, átkelünk zúgó hegyi folyókon, gleccsereken, úttalan utakon, hogy elkezdhessük Elbrusz mászásunkat a Kaukázus lélegzetelállító hegyvonulatai között.

A "Volcanic 7 Summits" (v7s) kifejezés a hét kontinens hét legmagasabb vulkánját foglalja magába. Ezek közül több csúcs már eddig is szerepelt a kínálatunkban, most azonban tudatosan törekszünk arra, hogy szervezeten, Eupolisz túra keretében valamennyit végigjárjuk. Ezen csúcsok megmásítása általában technikailag nem okoz különösebb nehézséget, a nagy magassággal és néha az extrém időjárási viszonyokkal természetesen itt is meg kell küzdenünk, de a megfelelő felkészüléssel, jó kondícióval és tudatos akklimatizációval jó eséllyel ott állhatunk a legtöbb ilyen vulkán csúcsán. Ha érdekel ez a kihívás, csatlakozz hozzánk, s járd körbe velünk a világot! A "Volcanic 7 Summits" tagjai:[6893 m - Ojos del Salado \(Dél-Amerika: Chile/Argentina\)](#)[5895 m - Kilimandzsáró \(Afrika: Tanzánia\)](#)[5642 m - Elbrusz \(Európa: Oroszország\)](#)[5636 m - Pico de Orizaba \(Észak-Amerika: Mexikó\)](#)[5610 m - Damavand \(Ázsia: Irán\)](#)[4367 m - Mt. Giluwe \(Ausztrália és Óceánia: Pápua Új-Guinea\)](#)[4285 m - Mt. Sidley \(Antarktis\)](#)

1.nap - Mineralnye Vodi, Baksan-völgy, Baydayevo (2200 m)

Repülővel érkezünk meg Mineralnye Vodi városába a Kaukázustól északra. Innen kisbusszal indulunk tovább, és 4-5 órás utazást követően érjük el Kabard – Balkár földet, az Elbrusz lábánál fekvő Baksan-völgyben. A késő esti, éjszakai órákban érkezünk meg Baydayevo faluba, és elfoglaljuk szállásunkat, ahol két éjszakát töltünk! Szállás szállóban, Baydayevóban.

2.nap - Baksan-völgy, Baydayevo, Cseget (3404 m)

Reggel felderítjük szállásunk környékét. Ismerkedünk a helyi környezettel, itt élő emberekkel, váltunk elegendő orosz valutát, és bevásárolunk a helyi piacon, boltokban. Láthatjuk a régi Szovjetunió máig megmaradt emlékeit, melyeket még most is nagy becsben tartanak, s megtapasztaljuk a mai oroszországi hegyvidéki falvak nemes egyszerűségét, a helyi emberek segítőkészségét. Dél előtt némi szerencsével már

látszanak a nap sugaraiban megcsillanó és felhőtakaróból kibukkanó Elbrusz havas csúcsai. Szinte hívogat, de hozzá csak később megyünk. Ebédet követően egy rövid akklimatizációs túrát teszünk a közeli, 3404 méter magas Cseget csúcsra. Elgyalogolunk a hegy lábához ahol éttermek, boltok, árusok között jutunk el az ülésszékes felvonó kiindulásához. Innen indul túránk, amely tökéletes ahhoz, hogy elkezdjük szokni a magasságot. Először felvonóval kb. 3000 m magasra megyünk. Innen rövid, pár órás túra után jutunk fel a csúcsra, ahonnan gyönyörű kilátás nyílik az Elbruszra, és az odavezető útvonalra. A Cseget csúcsáról körülnézve láthatjuk a szomszédos hegygerincen húzódó orosz – grúz határt is, melynek közelében fekvő völgyeket tilos látogatni, és határőrök őrzik. Szállás szállóban, Baydayevóban. Szintkülönbség: 400 méter gyalog fel/le, menetidő: 1-2 óra.

3.nap - Baydayevo (2200 m), Azau, MIR állomás (3500 m), Refuge 3900 (3900 m), Priut 11 (4100 m), Refuge 3900 (3900 m)

Korán indulunk kisbuszokkal Azau kis településre, ahonnan felvonó indul az Elbrusz csúcsa felé. A felvonó aljában lévő piacon nézünk szét, ahol sok helyi jellegzetességet vásárolhatunk. Gyors vagy lassú jegyváltást követően felvonózunk a MIR állomásig (3500 méter), majd felgyalogolunk a 3900 méter magasan fekvő Refuge3900 állomásig. Körülnézve már egyre nagyobb hófoltokat láthatunk, de az egybefüggő hótakaró csak feljebb kezdődik. Az itteni szálláshelyek nagy része hordó alakú konténerekben kerültek kialakításra. Itt pillanthatjuk meg először az Elbrusz hófödte csúcsait testközelből, elkészíthetjük fotóinkat. Az ebédet követően nagy zsákjainkat szálláshelyünkön hagyva pár órás túrára indulunk a PRIUT 11 menedékházhoz, mely 4100 méter magasan fekszik. Ez lesz az akklimatizációs lépcső következő szakasza, ahonnan kis időzés után vissza indulunk táborunkba, hogy kipihenjük a nap fáradságait, és szoktassuk szervezetünket a magassághoz. Az éjszakát a menedékházban töltjük. Szintkülönbség: 600 méter fel/200 méter le, menetidő: 3-4 óra.

4.nap - Refuge 3900 (3900 m), Pastukhov-sziklák (4600 m), Refuge 3900 (3900 m)

A mai napon újabb akklimatizációs lépcsőt teszünk meg. Hátizsákok nélkül felkapaszkodunk a Pastukhov-sziklákig (4600 méter). Lassan haladunk felfelé, előttünk az Elbrusz kettős csúcsa uralja a látványt, betölti szinte az egész eget, mögöttünk pedig négyezres csúcsok láncja és az orosz-grúz határ. Célunk, úgy tűnik szinte karnyújtásnyira van, de ez a benyomás csalóka. Még hosszú utat kell megtennünk a csúcscsúcsfotóhoz. Az út mintegy 4 órát vesz igénybe egy irányba, majd visszatérünk a menedékházba. Ettől a magasságtól kezdve már csak az folytathatja a túrát, akinek sikeres volt az eddigi akklimatizációja, és nincsenek komoly panaszai. Az éjszakát a menedékházban töltjük. Szintkülönbség: 700 méter fel/le.

5.nap - Refuge 3900 (3900 m), Elbrusz Nyugati-csúcs (5642 m), Refuge 3900 (3900 m)

Pár órával éjfél után, jóval napfelkelte előtt, még sötétben indulunk el a csúcsmászásra. A havas, jeges terepen hágóvasainkkal, jégcsákányainkkal felfegyverkezve jutunk előre. Bár a terep nem túl meredek, az oxigénhiány miatt nehézkesen jutunk majd előre. Fölkapaszkodunk az Elbrusz két csúcsa közötti nyeregig, ahol egy ideig alig van szintemelkedés, majd egy meredekebb szakasz leküzdésével érjük el a csúcst. Ha szerencsénk van, és tiszta az ég, akár a Fekete-tengert is megpillanthatjuk a távolban. A csúcscsúcsfotók elkészítése után minél gyorsabban visszaereszkedünk a menedékházba, ám a várhatóan egész napos, kimerítő csúcstámadás után nem megyünk lentebb, hanem a "szokásos" menedékházunkban, 3900 méterrel töltjük el az éjszakát. Az éjszakát a menedékházban töltjük. Szintkülönbség: 1742 méter gyalog fel/le, menetidő: 10-14 óra.

6.nap - tartaléknapi, Refuge 3900 (3900 m)

Ez a nap körutunk tartaléknapija. Programunkat aprólékosan, a helyi viszonyok figyelembe vételével terveztük, azonban így is előfordulhatnak előre nem látható, váratlan körülmények, melyek következtében módosulhat az útiterv. Ha ez bekövetkezne, akkor időnként át tudjuk tervezni ezeknek a biztonsági (tartalék) napoknak a figyelembevételével. Amennyiben a tartaléknapi igénybe vesszük, az éjszakát a

menedékházban töltjük. Amennyiben a tartaléknapot nem kell igénybe vennünk a csúcsmászáshoz, úgy ezen a napon összekapakolunk, és reggelink után először letúrázunk a MIR állomáshoz, onnan pedig a felvonókkal először Azauba, majd Baydayevo településére megyünk, ahová a délutáni órákban érkezünk. A nap további része a pihenés. Szint: 400 méter lefelé, menetidő: 1 óra. Szállás szállóban, Baydayevóban.

7.nap - Refuge 3900 (3900 m), MIR állomás (3500 m), Baydayevo (2200 m)

Amennyiben az előző tartaléknapot felhasználtuk, úgy ezen a napon összekapakolunk, és reggelink után először letúrázunk a MIR állomáshoz, onnan pedig a felvonókkal először Azauba, majd Baydayevo településére megyünk, ahová a délutáni órákban érkezünk. Szint: 400 méter lefelé, menetidő: 1 óra. A nap további része a pihenés. Szállás szállóban, Baydayevóban. Ha minden a tervezett szerint halad, a mai, utolsó napunkon fakultatív program keretében elmehetünk Elbrusz faluba, ahonnan egy gyalogtúrát lehet tenni az Irik-völgyben, vagy ugyancsak fakultatív program keretében a Baksannal párhuzamos Bezengi-völgyben tehetünk egész napos kirándulást kisbuszokkal, ahol ötezer méter feletti csúcsok fenséges panorámája fogad minket. Szállás szállóban, Baydayevóban.

8.nap - Baydayevo (2200 m), Mineralnye Vodi

A mai napon búcsút veszünk ettől a gyönyörű tájtól, ettől a csodálatos hegyvidéktől, a helyi emberektől és elindulunk 5 órás utunkra Mineralnye Vodiba, ahonnan megkezdjük a hazautazást.

Tudnivalók

Út ára tartalmazza

- a repülőtéri transzfereket Mineralnye Vodiban, amennyiben a csoporttal repülsz, és az Eupoliszon keresztül vásárolod meg a repülőjegyet, - az utazásokat a helyszínen bérelt busszal, - a felvonók használatának díját a MIR állomáshoz és a Csegetre oda-vissza, - a szállást 4 éjszakára szállóban Baydayevóban, saját fürdőszobás szobákban, - a szállást 3 éjszakára az Elbrusz hegyen a Refuge3900 menedékházakban, 4 ágyas szobákban, - a teljes ellátást az út során (7 reggeli, 7 ebédet vagy csomagolt ebéddobozt, 6 vacsorát), - a technikai felszerelések közül a köteleket, - a meghívólevelet az oroszországi vízumhoz, - a vízumregisztrációt, - az Elbrusz mászáshoz szükséges engedélyeket és az Elbrusz Nemzeti Park belépőt, - a helyi vezető díját, - a szervezést és a magyar nyelvű túravezetést.

Út ára nem tartalmazza

- a repülőjegy árát, - a vízum árát, - a biztosítást, - a felszerelések bérleti díját, - az esetleges fakultatív kirándulások árát a 7. napon.

Árfolyam

Fontos! Utazásunk árát 370 Ft / 1 EUR árfolyamig tudjuk tartani. Ha a euró (EUR) ára az utazás indulását megelőző 35. napon ezt meghaladja, akkor árkorrekcióra kényszerülhetünk. Árkorrekció esetén az utazási szerződésünkben rögzített szabályok szerint járunk el.

Repülőjegy

Repülős útjainkhoz a kiutazás egyénileg történik. A garantált indulást követően érdemes minél hamarabb megvenni a repülőjegyet, egyrészt az ár miatt, másrészt, mert egy idő után az ideális járatokon nem biztos, hogy marad hely. Az utunkhoz csatlakozó repülőjegyeket irodánkon keresztül is meg tudod vásárolni, célunk, hogy a csoport minél inkább együtt tudjon utazni. Ha érkezési és/vagy távozási időpontod nem esik egybe a csoportéval, akkor a csoporthoz történő csatlakozásod egyénileg történik a túravezető útbaigazítása vagy segítsége alapján. A honlapunkon feltüntetett ár csupán tájékoztató jellegű, függ a választott légitársaságtól, a foglalási időponttól, valamint az adott járat telítettségétől. Az elmúlt évek

tapasztalatai alapján a nemzetközi repülőjegy ára (Budapest – Mineralnie Vodi – Budapest útvonalon) **130.000 – 160.000 Ft** között alakult. Ha az induláshoz szükséges minimális létszám elérésekor a meghirdetett dátumra csak nagyon kedvezőtlen ár/érték arányú repülőjegyek érhetőek el, akkor a program időpontja - egyeztetve a befizetett résztvevőkkel - egy-két napot módosulhat. Ha a repülőjegyed nem irodánkon keresztül vásárolod meg, kérjük, feltétlenül egyeztess előtte az ügyfélszolgálatunkkal. Repülőjegyed egyéni vásárlása esetén kérjük ügyelj az érkezési és távozási helyekre, dátumokra, és időpontokra, eltérés esetén az esetlegesen fellépő plusz költségeket az út ára nem tartalmazza.

Utazás

Repülővel utazunk Budapestről Mineralnye Vodi-ig és onnan bérelt kisbusszal a szállásunkig. Repülővel a budapesti indulás napján, este érkezünk meg Mineralnie Vodiba, moszkvai átszállást követően. Kisbusszal az út Mineralnye Vodi-ból szállásunkig kb. 4-5 órát vesz igénybe.

Létszám

Tájékoztató létszám: 6-12 fő. Az utat minimum 6 fő befizetése esetén indítjuk el.

Túra nehézsége

A túrák nagy része jó kondíciót és állóképességet igényel. Ha ez megvan és fejben is jól állunk a dolgokhoz, akkor minden nagyobb gond nélkül tudjuk teljesíteni őket. Főként magashegyi körülmények között fogunk mozogni, ezért fontos a jó akklimatizáció. A nagy tengerszint feletti magasság miatt már nehezebb lélegzésre kell számítani, enyhe fejfájás, hányinger, álmatlanság előfordulhat, de ezek, ahogy akklimatizálódtunk, elmúlnak. Mivel nem mindenki egyformán érzékeny ezekre a környezeti változásokra, ezért lesznek olyanok, akik semmit sem fognak érezni a leírtakból, de sokaknál megjelennek ezek a tünetek. A tünetek esetleges súlyosbodása esetén az illetőnek a túrát azonnal meg kell szakítani és alacsonyabb tengerszint feletti magasságba kell ereszkednie, ahol azok elmúlnak. A magashegyi túratapasztalat nem feltétel, de komoly előnyt jelent, főként annak, aki meg szeretné mászni az Elbruszt. Viszont mindenképpen nagy túrázási tapasztalat szükséges! **Fontos! Programunkon magashegységi túrázásról van szó, ahol sok, a programot befolyásoló, előre nem látható körülmény léphet fel (az időjárás változásai, valamint az orosz-grúz határon dülő politikai helyzet)! Emiatt a túra eredményességét nem garantálhatjuk, vis maior esetében, például nagyon kedvezőtlen időjárás miatt akár az utolsó szakasról is visszafordulhatunk! Az utazási iroda nem vonható felelősségre a változásokért. Az extrém körülmények adta programváltozás, útvonal módosítás kérdésében mindig a túravezető dönt, döntése minden utasra kötelező érvényű! Az ilyen váratlan körülmények, repülők menetrendjének változása, járatok késése, rossz időjárási viszonyok, szervezési nehézségek, avagy egyéb, előre nem látható tényezők (vis maior) következtében fellépő, előre nem várt költségvonzatok a mindenkori résztvevőket terhelik! Természetesen helyi partnereink és túravezetőink elsődleges célja az, hogy a tervezett programmenetet maximálisan teljesítsék, a kényszerű változtatások esetén megfelelő alternatív programokról gondoskodjanak. Megértésüket köszönjük!**

Terület

A Kaukázus hatalmas hegyek és kanyargó völgyek birodalma. A Fekete-tengertől a Kaszpi-tengerig nyúló keskeny földdarabkán a tengerpart fölé havasok meredeznek. A Kaukázus gyógyvizekben gazdag északi lejtőit a turisták már a múlt században felfedezték. A fürdőhelyei divatosabbak voltak, mint a Krím félszigeté. A Kaukázus 356 800 négyzetkilométeres területén kb. 20 milliónyian élnek, több mint 50 nemzetiség. A hegység északi része igazi túrázó paradicsom, a zordon szépség, az érintetlen természet birodalma ez a vidék. A térség mindig is az ország elit síparadicsomai közé tartozott, Putyin miniszterelnök saját rezidenciát hozott itt létre magának. A két tenger között elterülő földnyelv északi részén az Oroszországhoz tartozó autonóm köztársaságok vannak: a Dagesztáni, a Csecsen-Ingus, Észak-Oszét és

a Kabardin-Balkár köztársaság. A Kabardin-Balkár köztársaság: 12 500 négyzetkilométer területű köztársaságnak 670 000 lakosa van. A köztársaság területén van Európa legmagasabb hegycsúcsa az 5642 méter magas Elbrusz, vagy ahogy az itteniek nevezik Oshamaho, vagyis szent hegy. A köztársaság talán leghíresebb városa Minyerálnije Vodi (Ásványvizek). A régi Szovjetunió és a mostani Oroszország egyik legdivatosabb idegenforgalmi központja ma is ez a város. A Minyerálnije Vodi, négy önmagában is világhírű fürdőhely: Pjatyigorszk, Kiszlovodszk, Jeszentuki és a Zseleznovodszk gyűjtőneve, a turisták többsége ezekért keresi fel. A köztársaság fővárosa Nalcsik. A város napfényes parkokban, fasorokban gazdag üdülőváros, innen indul több jelentős turistaútvonal is: a Kék tavakhoz, a Bezengi jégfalhoz (ez utóbbit a grúz határ közelsége miatt gyakran lezárják). A harmadik a Csegem-völgyön átvezető út hatalmas vízesések között kanyarog, és a Bakszán-völgyön át vezet az Elbruszra.

Ország

Oroszország földünk legnagyobb országa, területe valamivel több mint 17 millió km². Összterülete Európa területének több, mint másfélszerese, európai része a kontinens mintegy 40 %-át teszi ki. Oroszországban 9 időzóna van használatban. A hatalmas távolságok miatt változatos a domborzat, az éghajlat, a növényzet és a talaj. A kelet-európai síkságon, és Szibériában északról délre egymást váltják sorban a tundra, tűlevelű erdők(tajga), vegyes és lombhullató erdők, sztyeppe, és félsivatag a Kaszpi-tenger vidékén, mivel a növényzet változása tükrözi az éghajlat változását. Oroszország területének nagy részét óriási síkságok borítják. A Kelet-európai-síkság vagy Orosz-síkságot, amely Oroszország európai részén fekszik, dél felől a Kaukázus, keletről az Urál választja el a Nyugat-szibériai-alföldtől. Mezőgazdaságilag igen termékeny vidék, de ásványkincs-lelőhelyekben is gazdag. Északnyugati részén a Kola-félszigettel és Karéliával határos. Az Urál-hegység választja el Európát Ázsiától, keleti lábánál van a kontinensek határa. A Jeges-tengertől a Kazah-sztyeppéig, észak-déli irányban 2000 km hosszan magasodik. A Kaukázus fiatal lánchegység, mely Oroszország déli vidékét foglalja el a Fekete-tenger és a Kaszpi-tenger között. A Nagy-Kaukázus központi részén kialudt tűzhányók sorakoznak, mint az Elbrusz, a Kazbek, vagy a Dih-Tau. A Nyugat-szibériai-alföld az Uráltól keleti irányban a Jenyiszej folyóig húzódik, így a világ legnagyobb sík alföldi vidéke. Északi határa a Jeges-tenger, dél felé a Kazah-hátságig és az Altajig terpeszkedik. Észak felé lejtő terület, folyói majdnem mind az Ob vízgyűjtő területéhez tartoznak. Tundrás, tajgás és erdős sztyeppés, változatos táj sok kis tóval. A Közép-szibériai fennsík a Jenyiszej és a Léna között terül el. A Lénától kelet felé a Kelet-Szibériai-hegység vonulata emelkedik, ahol a hegyek magassága 2300–3200 m között váltakozik. Oroszországban mintegy 200 000 tó van. Legnagyobb tavai, a Bajkál-tó (31 500 km²), a Ladoga-tó (18 400 km²) és az Onyega-tó (9890 km²). A Kelet-európai síkság északi táján, a Nyugat-szibériai alföld egyes részein és Északkelet-Szibéria területén hatalmas mocsárvilágot láthatunk. Leghosszabb folyói Ob, Amur, Léna, Volga, Jenyiszej. Északon szubarktikus éghajlat a jellemző. Az ország déli részének hegységei megakadályozzák a meleg légtömegek beáramlását az Indiai óceán felől, a nyugat és észak felé nyitott síkságok kiteszik az országot az arktikus(sarkvidéki), és az óceáni befolyásoknak. Emiatt az ország nagy részén a tavasz és az őszi rövid ideig tart, a hosszú tél, és ugyancsak rövid nyár mellett. Fővárosa Moszkva. Ismertebb városai még Szentpétervár, Omszk, Volgográd. Oroszországban a hivatalos beszélt nyelv az orosz. Egyik magyar túravezetőnk anyanyelvi szinten beszél oroszul. Öltözködésben, viselkedésben nincsenek különleges eltérések hozzánk képest. Ez a túránk az utazás minden résztvevőjétől nagyfokú alkalmazkodóképességet és csapatszellemet követel. A nagyvárosokban általában kényelmes szállodákat és gazdag választékot kínáló éttermeket is találunk, de az általunk meglátogatott vidék infrastrukturális fejletlensége miatt azonban mindenképpen fel kell készülni az Európában megszokottnál egyszerűbb viszonyokra! Időeltolódás: Moszkvában, és az Elbruszon nyáron + 3 óra Budapesthez képest, vagyis ennyivel kell előreállítani az óránkat (azaz amikor Budapesten déli 12 óra van, Moszkvában 15 óra a pontos idő.) Térérő, internet: A Baksan völgyben, és az Elbruszon kb. 3500 m. magasságig van térérő. A magyar mobil telefonok általában gond nélkül működnek. Terszkol faluban egyes szállodákban van wifi! Elektromosság: Az elektromos hálózat feszültsége megfelel az itthoninak (230 V). A kamerák és az egyéb elektromos berendezések akkumulátorait Terszkolban, szállásunkon fel lehet

tölteni. Elbrusz csúcsmászás során erre nem lesz lehetőségünk, ezért mindenképp célszerű tartalék akkumulátorokat hozni. Veszélyek: Oroszország közbiztonság szempontjából teljesen nyugodt, alapvetően csak arra kell figyelni, vigyázni, mint más országokba történő utazások alkalmával is. A városokban hasonló a helyzet, sőt itt jóval szigorúbbak az ellenőrzések a közlekedési eszközökön, az utcákon, mint pl. Budapesten, és több rendőr is van az utcákon. A városokban, vagy ahol nagyobb létszámú ember található, előfordulhatnak veszélyforrások. Ne fizessünk előre, nehogy eltűnjön az illető. Másik veszély a zsebtolvajok. Legyünk óvatosak tömegben, figyeljünk oda egymásra. Problémát jelenthetnek még a részegek. Ittas orrosszal, őslakossal ne álljunk le vitatkozni, de még iszogatni se, és éjszaka inkább ne sétálgassunk egyedül. Veszélyforrás lehet a nagyvárosokban a hivatalos szerv. Alapvetően békén hagyják a külföldi turistát, de némely rendőr megpróbálkozhat némi mellékeshez jutni. Mindig legyen nálunk útlevelünk és annak fénymásolata, vízummal, regisztrációval, és a meghívólevél. Az útlevelet ha kéri mutassuk meg, de sose adjuk ki a kezünkéből. Legyünk határozottak és nyugodtak.

Időjárás

Az Elbrusz időjárása jellegzetes magashegyi. Szinte pillanatok alatt lehet az alsóbb részeken eső, a felsőbb részeken pedig hóvihar vagy napsütés. A völgyekben nappal 15-25 C-ra lehet számítani, viszont az Elbruszon akár -20 C-ig is lemehet a hőmérséklet éjszakára, nappal ott 0 és -5 C körül várható! Előfordulhat erős szél, amely jelentősen befolyásolhatja a hőérzetet.

Felszerelés

Fontos a jól bejáratott túrabakancs elég merev talppal, amire hágóvasat is lehet rakni, mivel sok helyen szükségünk lesz rá. A bakancs legyen meleg és vízálló, amely jól bírja a több napos hóban túrázást. A legjobb a vastag, bőr bakancs amelybe egy vagy két pár vastag zokni elfér, akkor is ha megduzzad a láb. Hozzá kamáslit is. **Nyári trekking-bakancsban ne indulj el!** Nagy hátizsák, amit néha kilométereken keresztül vinned kell, ezért kényelmes és kipróbált legyen. Kis hátizsák a napi túrákhoz szükséges, elsősegélycsomag, fejlámpa, váltócipő/szandál, termosz, hogy mindig legyen forró teánk, kulacs, vízfertőtlenítő, egész arcot fedő maszk, síszemüveg, egyújas kesztyű. A hegyi szállásunkon lesznek matracok és fűtés is lesz a szobában, ezzel együtt **egy jó, téli hálózsák fontos, a komfortja minimum +5 C fok legyen.** Szükséges egy vízálló, lélegző dzseki, meleg, réteges aláöltözet, túrazoknik, szintén lélegző- vízálló nadrág és aláöltözet, sapka, legalább két pár kesztyű, polárfelső, szélálló sapka, (sí maszk)! Fontos, hogy hozzá magaddal legalább 30 faktoros naptejet és UV-szűrős napszemüveget, hiszen a havas felszínről visszaverődő napsugárzás átmenetei látáskárosodáshoz (hóvaktság) és durva leégéshez is vezethet! A túrabot a hegyi túrákon könnyebbé teszi a közlekedést, leveszi az ízületekről a terhelést. Mivel teljes ellátást kapunk a hegyen, a étkezésekhez nem szükséges evő- és főzőeszközöket hozni. **Túracsakány, hágóvas:** az akklimatizációs túrák során jó eséllyel nem, az Elbrusz mászás végén azonban egészen biztosan szükségünk lesz rá. Mivel az olvadó gleccseren mind inkább komoly hasadékok jelennek meg, a gleccseren csak kötélpartiban, helyi vezetőkkal haladva közlekedhetünk, így **beülő**, HMS karabiner is mindenképp legyen nálad, tovább a **sisak**ot se felejsd otthon! Termosz is kell, hogy mindig legyen forró teánk, csak úgy mint kulacs és vízfertőtlenítő. **Az Elbrusz mászáshoz szükséges tehát személyenként:-** jégcsakány- hágóvas- beülő- sisak- 2 db karabiner Amennyiben nincs saját felszerelésed, a helyszínen lehetőséged lesz bérelni azokat. A helyszínen fizetendő ár a teljes szett bérleése esetén: kb. 50-70 USD/fő. A szakszerűen megválogatott felszerelésekkel utazásod s főleg a túrák során könnyebben fogsz megküzdeni az elemekkel, eltöltött időd még inkább élménnyé válhat. A [Fjällräven](#) ajánlata: Egy körülbelül 30 literes hátizsák (egy napi felszereléssel, vízzel, elemőzsiával) mindig hasznos társunk. A [Fjällräven Bergen 30 hátizsákja](#) vízhatlan volta miatt akár esős időben is szárazon tartja felszerelésünket. A [Karl túranadrágok](#), illetve a [Karla túranadrágok](#) szinte bárhol használhatóak, a nyári hétvégi kirándulások és a magashegyi túrázások alkalmával egyaránt. Ez a típus a kopásálló, előavatott G-1000® Silent anyagból készült. A nadrág lábszárhosszvégződése szegés nélküli, így könnyen a kívánt hosszra állítható. Egy jól megválasztott hálózsák egy nehezebb túra után megkönnyíti a regenerálódást,

hogy másnap már újult erővel vethessük be magunkat a kalandokba. Kérdés, hogy amikor alszunk, a hálózsákban forgolódunk-e vagy zsákkal együtt vesszük fel az alvási pozíciót. Mindegyik helyzetre van megoldás: [Fjällräven Move with Bag](#) vagy [Fjällräven Move in Bag](#).

Szállás

A túrák alatt a Baksan-völgyben Baydayevo faluban szállunk meg, szállóban. A szobákban az ágynemű biztosított, valamint angol WC, és hideg/meleg vizes zuhany található, de törülközőt nem kapunk. A szobák általában kétágyasak, néha háromágyasak, így az egyedül jelentkezőket összetársítjuk nemből és lehetőség szerint korban megegyező utastársakkal. Az Elbrusz csúcsmászás során a Refuge 3900 menedékházban töltünk majd el 3 vagy 4 éjszakát. A menedékházban 4 ágyas szobák találhatóak kényelmes matracokkal, árammal és fűtéssel, illetve hangulatos étkezőhelyiséggel. A szállásokon tisztálkodási lehetőség nincs. A WC kint található ún. "pottyantós".

Higiénia

A Baksan-völgyben, Baydayevóban a szállásunkon van meleg vizes zuhanyzási lehetőség. A csapvíz iható, de palackozott vizet is lehet kapni. A hegyi túrák során a tisztálkodást mindenki egyénileg oldja meg (törülközők, patak stb.). Az elbruszi menedékházakban sincs víz, ott is gleccservíz kell használni vagy hó olvasztásból nyerünk elegendő ivóvizet, melyet a helyi partnerünk fog biztosítani végig a program során! Az alapvető higiénia megfelelő, de mint bárhol, előfordulhatnak emésztési zavarok. Ezek legfőképp a megváltozott étrendnek köszönhetőek, de kis odafigyeléssel a legtöbb probléma elkerülhető. Általánosan elmondható, hogy az oltásoknál sokkal fontosabb az, hogy csak megfelelő körülmények között elkészített ételt együnk. Ha erre vigyázunk, nagy valószínűséggel nem fogunk megbetegedni. Nyilvános WC a Baksan-völgyben a településeken helyenként található, ezek tisztasága általában minden elképzelhető színvonalat alulmúl. Az Elbruszon menedékházunkban a WC-k a szálláson kívül találhatóak. Ezek deszkabódék, a padlóba vágott lukkal, kilógatva egy szikla széléről. WC papír, papír zsebkendő, nedves törülköző mindig legyen. Figyelj oda minden alkalommal, hogy a vásárolt zöldséget, gyümölcsöt alaposan megmosd.

Élelem

A túrán teljes ellátást kapunk, mely jelen esetben 7 reggelit, 7 ebédet vagy csomagolt ebéddobozt és 6 vacsorát jelent. A falusi szállásunkon a hotel éttermében kapjuk az étkezéseket, míg a magashegyi szakaszokon a helyi partnerünk biztosítja a szakácsot, aki elkészíti nekünk a reggeliket, ebédeket és vacsorákat. Ezeken felül természetesen érdemes hozni a hegymászások megszokott elemőzsiait: csokik, kekszek, szárított gyümölcsök, magok, müzlik, energiaszeletek, stb.

Pénz-ügy

Oroszországban rubel a fizetőeszköz. Legkönnyebb az amerikai dollárt (USD) beváltani, de az euró (EUR) is gond nélkül váltható. Ezért javasoljuk mindenkinek, hogy amerikai dollárt, vagy eurót hozzon. Pénzváltási lehetőség túra elején, közvetlenül megérkezésünk után is lesz, a repülőtéren. Bank automaták is csak itt vannak! A továbbiakban a Terszkolban található szállodák többségében is lesz lehetőség pénzt váltani. Mindig hivatalos pénz váltó helyen váltunk, soha sem az utcán, "feketén". FONTOS: a váltani kívánt dollárok sérülés- és gyűrődés mentesek legyenek, különben lehet, hogy nem fogadják el. A kis címletű bankjegyeket sokszor kedvezőtlenebb árfolyamon váltják. Ugyanez vonatkozik a régi (2008 év előtti) bankjegyekre is! 200-300 USD elegendő 1 fő részére, de ez egyéni vérmérséklettől is függ.**Helyszínen fizetendő várható árak:** Fakultatív kirándulás a Bezengi-völgybe: 2500 RUB/fő Kötelező borravalók: kb. 30-50 USD/fő

Vám

Vízum és meghívólevél kell az utazáshoz. Mindkettő beszerzését és ügyintézését irodánkban keresztül is meg lehet oldani. Az ügyintézéshez a következő adatok szükségesek a személyes adatokon kívül: járt-e Oroszországban, hányszor, mikor, utolsó utazás időpontja tól - ig, lakcím, telefon, munkahely megnevezése, címe, telefonszáma valamint a foglalkozás és természetesen az útleve! A vízumügyintézés időtartama legalább egy hónap, ezért kérünk minden jelentkezőt, hogy az iroda felhívására a szükséges adatokat személyesen a vízumkérő lap aláírásával egyetemben adja meg. Várhatóan 35 000 Ft a vízum díja ügyintézéssel együtt. A vízumhoz szükséges Oroszország területén érvényes biztosítás. Fontos, figyelj arra, ne az legyen leírva, hogy Európán kívül, hanem konkrétan Oroszország területén. Amennyiben szükséges, ennek intézésében is tudunk segíteni. A kamerákat, fényképezőgépeket, és egyéb nagyobb értékű személyes holmikat érdemes vámnyilatkozatban feltüntetni, hogy ne legyen probléma a visszaúton. Külföldi fizető eszközök bevitelére nincs korlátozás, kivételük pedig 10 000 USD értékig szabad, nem bejelentés, vagy engedély köteles. Az útleve!nek a beutazástól számítva legalább 6 hónapig érvényesnek kell lennie.

Csomag

Legyen egy nagy és egy kicsi hátizsákod, úgy pakold meg, hogy néha hosszabb ideig vinned is kell őket egyszerre. A hegyi túrákra nem viszünk mindent, a főleges dolgokat a szállásunkon hagyjuk Terscholban. Fontos hogy csak azokat a dolgokat hozd, amire ténylegesen szükséged van! Ha valami itthon marad, szinte bármi beszerezhető a helyszínen. A repülőre általában csak 1 darab kézipoggyászt vihetünk fel (súlykorlátja 8-10 kg!), ebben nem maradhat támadásra és tűzgyújtásra alkalmas eszköz, mert elveszik. (2006 novemberétől a folyadékokból és gélekből összesen maximum 1 deciliter összes térfogatú mennyiség vihető a fedélzetre - átlátszó zacskóban - az Európai Unió területén. Részletek: www.bud.hu). A késeknek, ollóknak és a gyufáknak is a nagy poggyászban a helyük, melynek súlykorlátja a szokásos 20 kg. Ezért gondoljuk át alaposan mit viszünk és mennyit. A repülőre felvihető kézipoggyással kapcsolatosan az [alábbi oldalon](#) részletes tájékoztatás található.

Biztosítás

Kötelező! Szeretnénk figyelmedet felhívni arra, hogy **a részvétel feltétele az út teljes időtartamára érvényes utasbiztosítás, kiegészítő sport extra kategóriával együtt, ami - többek között - kiterjed hegymászásra, sziklamászásra, via ferratára, canyoningra, valamint olyan jellegű túrázásra is amely, speciális eszközök (kötélbiztosítás, hágóvas, jégcsákány) használatát indokolják.** Mivel a legtöbb biztosítás felső magasságáig 5000 méter környékéig terjed csak, javasoljuk irodánkban megkötni az Európai Utazási Biztosító (EUB) **Air & Cruise Outdoor** elnevezésű utasbiztosítási termékét, amely alapján a Biztosító kockázatot visel világ területi hatállyal **kizárólag az Eupolisz utazási iroda által szervezett** vadvízi evezések, raftingra és tengerszint felett **legfeljebb 6.900 méteren** történő trekking túrákra is. **Fontos!** A biztosítás érvényességét indulás előtt a túravezetők ellenőrizhetik. Érvényes biztosítás hiányában a túrán való részvételt a túravezetők megtagadják. Kérjük, nézd meg, van-e **érvényes utasbiztosításod!** Amennyiben rendelkezel már utasbiztosítással, **ellenőrizd le**, hogy kiterjed-e a fent írt Speciális sport extra kategóriára is! Irodánkban az [Európai Utazási Biztosító](#) (EUB) **Air & Cruise Outdoor** biztosításának megkötésére van lehetőség **legkésőbb az indulás előtti napon**. Részleteket honlapunkon megtalálod: <http://www.eupolisz.hu/bbp> Jelen túrára vonatkozó utasbiztosítási lehetőségek: **Air & Cruise Outdoor: 17.100 Ft** Lehetőséged van Utazásképtelenségre vonatkozó biztosítás (azaz **stornóbiztosítás**) megkötésére: Storno Kombi: 21.960 Ft (önrész: 0-10%) **csak utasbiztosítással együtt** köthető. Fontos, hogy amennyiben szeretnéd megkötni, azt csak az első befizetéssel egyidejűleg teheted meg, később már nem!