

Термо Аква 7.0

Регионы: **Адыгея, Ставропольский край**

О туре

Туристическая база отдыха в горах Адыгеи! За неделю вы попробуете разнообразное сочетание активных и оздоровительных экскурсий по живописной природе в Адыгее.

Что вас ожидает: Активный отдых в Адыгее. Каждый день, вас ждёт новое приключение.

Посещение Хаджохской теснины, экскурсия на высокогорное плато Лаго-Наки, а также маршрут по горным ущельям Мешоко, Руфабго и Гуамскому ущелью, сплав на рафтах по бурлящей горной реке Белой наполнят впечатлениями и обеспечат надолго заряд энергии!

Для желающих посетить термальные источники — бесплатный трансфер.

День 1

Воскресенье

11:00-12:00 — **встреча в Краснодаре на ЖД вокзале Краснодар-1.**

14:00 — прибытие в объект размещения гостей прибывших из г. Краснодар.

14:30 — поздний **обед** для гостей прибывших из г. Краснодар.

Обед, приготовленный поварами турбазы, включающий в себя разнообразные блюда домашней кухни.

15:00 — отправление туристов, прибывших из Краснодара **на геотермальный источник «Псыгупс»**. Посещение термальных источников (2 часа). Центр отдыха «Термальный парк-отель ПСЫГУПС» расположен вдали от шума и суеты больших городов в тихом и зеленом поселке Тульском в Республике Адыгея. Температура воды в бассейнах регулируется автоматически в зависимости от погоды на улице и всегда является комфортной для купания (от 30 до 37°C). Купание в открытых бассейнах с проточной горячей водой, насыщенной минералами природных недр. Расслабляющий и оздоровительный эффект достигается благодаря особым свойствам термальных вод. Вода используется в лечении болезней сердечно-сосудистой системы, ревматологических, кожных заболеваний, болезней нервной системы, заболеваний опорно-двигательного аппарата, болезней нарушения обмена веществ.

17:30 — выезд с термальных источников.

18:00 — **ужин.**

15:30 — **встреча в г. Минеральные Воды в аэропорту.**

20:00-20:30 — прибытие в объект размещения гостей из Мин. Вод.

21:00 — поздний **ужин.**

День 2 Понедельник. Конная прогулка / геотермальный источник «Псыгупс»

09:00 — **завтрак.**

10:00 — **конная прогулка в седле на 1,5 часа по маршруту «Ущелье Мишоко и старые черкесские сады»**. Во время прогулки мы используем один вид конного аллюра — шаг. Движение верхом будет спокойным, медленным — скорость приблизительно 4-5 км/ч. Пройдем на лошадях по верху ущелья с живописными видами, далее сквозь старые черкесские сады, через речку и дубовую рощу выйдем к началу маршрута. Получаем удовольствие от активного отдыха, умеренной физической нагрузки и наслаждаемся видами.

ВАЖНО! Ограничение по весу туриста — не более 95 кг. При превышении весового ограничения, либо отказе туриста от конной прогулки по другим причинам замена экскурсии не предоставляется.

14:00 — **обед** на базе.

15:00 — отправление на геотермальный источник «Псыгупс».

19:00 — ужин.

День 3 Вторник. Водопады Руфабго

09:00 — завтрак.

10:00 — отправление на экскурсию в ущелье ручья Руфабго. В переводе с адыгейского Руфабго означает «бешеный». Склоны ущелья густо покрывает буковый лес, деревья и скалы обвиты гирляндами колхидского плюща.

Вы увидите несколько красивейших водопадов: Шум, Каскадный, Сердце Руфабго и Девичья коса. Пройдете по глубокому ущелью, древнему тектоническому разлому с крутыми склонами, каменными террасами, гротами и отвесными скальными коридорами высотой до 150 м.

14:00 — обед.

15:00 — отправление на геотермальный источник «Псыгупс».

19:00 — ужин.

День 4 Среда. Хаджохская теснина

09:00 — завтрак.

10:00 — экскурсия в Хаджохскую Теснину. Уверяем, от впечатлений при посещении теснины Вы испытаете необычайный восторг. Здесь мощная река Белая уместается в 3-5 метровый проем. Что тут происходит во время весеннего таяния снегов рассказать нельзя. Но можно представить. А лучше приехать и самим услышать голос реки, которую скала пытается заковать в каменные наручники.

***ВАЖНО!** В теплое время года для активных туристов есть альтернатива экскурсиям — сплав по реке Белой!*

14:00 — обед.

15:00 — отправление на геотермальный источник «Псыгупс».

19:00 — ужин.

День 5 Четверг. Плато Лаго-Наки

09:00 — завтрак.

10:00 — сегодня вас ждет выезд на весь день. Конечная точка — знаменитое плато Лаго-Наки, настоящая жемчужина Адыгеи. В первой половине дня по дороге на плато вы побываете на живописных панорамных точках, в пещерах Большая Азишская и Нежная, а также сможете приобрести знаменитый Адыгейский сыр, сладости, мед и другие сувениры для себя и близких на местном высокогорном рынке.

14:00 — обед на маршруте (ланч боксы).

15:00 — экскурсия на плато Лаго-Наки. Высокогорное плато Лаго-Наки — уникальный уголок природы Большого Кавказа, с альпийскими лугами, полюбоваться которым приезжают туристы со всей России. Будет время насладиться шикарными видами, подышать чистейшим горным воздухом и конечно же сделать фото и видео на память.

19:00 — ужин.

День 6 Пятница. Свято-Михайловский Афонский монастырь

09:00 — завтрак.

10:00 — экскурсия Свято-Михайловский Афонский монастырь.

Отправление на экскурсию в Свято-Михайловский Афонский монастырь. Монастырь уникален своими Монастырскими

пещерами и подземными ходами. Особенно прекрасна дорога, ведущая к монастырю — открывается изумительная панорама гор. Плато Лагонаки, вершины Главного Кавказского хребта, Тыбгинского, Чугушского и Фишт — Оштеновского горных узлов отсюда видны как на ладони. Кроме этого, у Вас будет возможность искупаться в животворящем источнике Святого Великомученика и Целителя Пантелеймона, находящемся на склоне горы Физиабго.

14:00 — **обед** на базе размещения.

15:00 — отправление на **геотермальный источник «Псыгупс»**.

19:00 — **ужин**.

День 7 Суббота. Завершающий день тура

08:00 — завтрак.

08:30 — отъезд, Трансфер в аэропорт или на вокзал.

Содержание тура

В стоимость включено

- Трансфер в день заезда/выезда
- Проживание в комфортабельных номерах
- Вкусное, разнообразное, сытное 3-разовое питание
- Работа инструктора на маршруте
- Все трансферы по программе
- Ежедневные насыщенные экскурсии, незабываемые прогулки по Адыгее
- Спортивная страховка
- Посещение термальных источников

В стоимость не включено

- Ж/Д, авиа, автобусные билеты до места встречи группы
- Цены на туристические объекты
- Теснина от 600 руб., детский 400 руб.
- Водопады Руфабго от 600 руб.
- Рафтинг от 2000 руб.
- Монастырь от 400 руб., детский 200 руб.
- Азишская от 800 руб., детский 500 руб.
- Конная прогулка от 2000 руб.
- Билеты в музеи от 300 руб.
- Посещение термальных источников сверхпрограммы (по желанию) — от 400 рублей взрослый, дети (от 6-13 до лет) и пенсионеры — 200 рублей, до 5 лет бесплатно
- Гузерипль (вход в заповедник) — от 300 рублей взрослый, 150 рублей детский

Дополнительно

Для детей до 12-ти лет и туристов пенсионного возраста имеются ограничения.

Собираясь на Активацию имейте в виду, что даже летом стоит взять теплые вещи, так как перепады температур в горах могут быть значительными, особенно ночью.

Желательно, чтобы одежда была функциональной, то есть один слой отталкивает влагу, второй защищает от ветра.

Важно, чтобы одежда не доставляла неудобств.

Вот список вещей, которые совершенно необходимо взять с собой каждому туристу:

- страховой медицинский полис;
- медицинские препараты для собственных нужд (обезболивающие препараты, солнцезащитные средства с высоким фактором защиты, средства от укусов насекомых и пищевых отравлений, а также лекарства, которые принимаете

Вы лично);

- легкая одежда (шорты, футболка, кепка);
- купальник, плавки, резиновые тапочки;
- куртка-ветровка, плащ или накидка от дождя;
- обувь (туристические ботинки или кроссовки, обязательно на ребристой и не скользкой подошве — трекинговая обувь!);
- Небольшой рюкзак для личных вещей 25-30л.

! Туроператор оставляет за собой право менять порядок экскурсий, время начала и место сбора или производить замену объекта показа на аналогичные, сохраняя при этом общий объем программы

! Размещённые данные носят информационный характер и не являются публичной офертой.