

SZEROKIE TOR4

PIESZO PRZEZ BAJKAŁ

Informacje praktyczne dla uczestników wyjazdu

Przedstawiamy Państwu zestaw informacji praktycznych. Liczymy, że pomogą one prawidłowo przygotować się do udziału w tej wyprawie.

Piszemy m.in. o warunkach podróżowania, klimacie, łączności telefonicznej i kursach walut, a także o niezbędnym ekwipunku.



Nocleg w namiocie na lodzie



Takim poduszkowcem będziemy przemieszczać się po Bajkale

1. CHARAKTER WYJAZDU - WARUNKI NA TRASIE

Noclegi

- Irkuck - hotel klasy turystycznej, pokoje 2-osobowe z łazienkami
- Listwianka - baza turystyczna; drewniane, ogrzewane domki z toaletami; kąpiele w bani, czyli rosyjskiej łaźni parowej
- Buguldiejka - kwatera prywatna, pokoje 2 i 3-osobowe, łazienka wspólna, prysznic i bania
- 4 noclegi w namiotach na lodzie - namioty zapewnia organizator
- Wyspa Olchon - pensjonat, pokoje 2-os., toalety i prysznice wspólne w budynku, bania.

Transport

- Przejazdy lokalne mikrobusami, przejazdy po lodzie UAZ-ami.
- W okolicach Listwianki i z Listwianki do Buguldiejki transport poduszkowcem.
- Podczas pieszej przeprawy po Bajkale, grupie towarzyszy pojazd asekuracyjny, który transportuje ekwipunek (namioty, prowiant i bagaż osobisty uczestników).

Wyżywienie

- Śniadania, obiady i kolacje - zgodnie z programem.
- W większości będzie to domowe jedzenie przygotowywane przez gospodynie w bazach turystycznych i na kwaterach prywatnych.
- W trakcie wędrówki przez Bajkał (dni 7-10) organizator zapewnia zaprowiantowanie, a posiłki przygotowujemy wspólnymi siłami pod kierunkiem kierowcy obdarzonego talentem kulinarnym. Organizator zapewnia niezbędne wyposażenie kuchenne.

2. POGODA

Syberyjska zima nad Bajkałem wcale nie jest tak straszna, jak może się wydawać. W praktyce w ciągu dnia w marcu temperatury nie powinny spadać poniżej -10°C w dzień czy -20°C w nocy. Niska wilgotność powietrza i świecące słońce sprawiają, że taki mróz nie jest uciążliwy dla przybysza z Europy.

Niemniej jednak może się zdarzyć, że będzie zimniej albo pojawi się wiatr, który spowoduje, że niższa będzie temperatura odczuwalna - i na takie warunki trzeba również być przygotowanym.

3. PIENIĄDZE

Aktualne (08.11.2018) kursy rubla:

1 USD = ok. 66 RUB, 1 EUR = ok. 75 RUB.

Najkorzystniej jest zabrać z kraju dolary (lub euro), a następnie wymienić je na ruble. Inna opcja to wyplacanie pieniędzy na miejscu z bankomatów (prowizje w zależności od banku).

Jeśli chodzi o dolary, należy zabrać banknoty drukowane po 2011 r. (niebieskie). Starsze nie są przyjmowane przez punkty wymiany walut. Dotyczy to także III raty wpłacanej pilotowi.

Punkty wymiany walut i bankomaty będą dostępne tylko w Irkucku. Ceny podstawowych artykułów i usług w Rosji są zbliżone do polskich. Dotyczy to również lokali, w których będziemy zatrzymywać się na obiady.

Na własne potrzeby (posiłki niezawarte w cenie, kawę, piwo, pamiątki) należałoby mieć ok. 6 500 RUB, czyli ok **100 USD/85 EUR**. Albo więcej - w zależności od apetytu, pasji kolekcjonerskich czy szczodrości w obdarowywaniu krewnych i znajomych.

4. TELEFONY I INTERNET

W większości miejscowości na trasie jest zasięg rosyjskich sieci komórkowych, z którymi polscy operatorzy posiadają umowy roamingowe. Zasięgu będzie brakowało tylko podczas przeprawy po Bajkale (dni 7-10).

Przed wyjazdem warto zapoznać się z taryfami swojego operatora (zwykle opłaty za połączenie przekraczają 10 zł/min.)

Hotel w Irkucku udostępnia gościom sieć wi-fi. Poza tym Internet dostępny wyłącznie przez telefon.

5. BEZPIECZEŃSTWO

W czasie tego wyjazdu nie będziemy podróżować po terenach uznawanych za szczególnie niebezpieczne. Pobyt na lodzie Bajkału wiąże się jednak z pewnymi zagrożeniami, które wynikają ze zróżnicowanego i dynamicznego charakteru pokrywy lodowej.

W związku z tym, przebywając na lodzie, trzeba **zachowywać szczególną ostrożność, nie oddalać się od grupy i bezwzględnie stosować się do zaleceń pilota oraz kierowcy.**

Będziemy ostrzegać m.in. o szczelinach występujących w pokrywie lodowej oraz tzw. *połyniach*, czyli miejscach, które nie zamarzają (lub w których lód jest bardzo cienki). Trzeba będzie również uważać przy pokonywaniu wszelkich przeszkód lodowych, gdyż zwykłe poślizgnięcie może grozić poważnymi złamaniami.

W czasie pobytu na lodzie zalecamy korzystanie ze specjalnych antypoślizgowych nakładek na buty z metalowymi kolcami, które zapewniają znakomitą przyczepność, oraz posiadanie kijków narciarskich (kupimy je w Irkucku).



Okulary przeciwsłoneczne są niezbędne zimą na Syberii.



Piknik pośrodku Bajkału.

SZEROKIE TOR4

Zdrowie

Nie są wymagane żadne szczepienia obowiązkowe. Zalecane są szczepienia przeciwko dyfterytowi, tężcowi, gruźlicy, żółtacze typu A i B oraz kleszczowemu zapaleniu opon mózgowych

Na wyjazd należy zabrać ze sobą podstawowe leki w małej ilości oraz wszelkie leki zapisane przez Państwa lekarza.



Ciepły puchowy śpiwór to gwarancja przespanej nocy na Bajkale.



Przekraczanie systemu szczelin.

6. EKWIPUNEK I BAGAŻ

Co zabrać?

Na tej wyprawie bardzo ważny jest zestaw odzieży "na cebulkę", oraz ekwipunek biwakowy, który zapewni nam komfortowe spędzenie nocy na bajkalskim lodzie.

Każdy powinien mieć ze sobą:

- śpiwór dostosowany do niskich temperatur, najlepiej puchowy z temperaturą komfortu -15°C - znakomicie sprawdza się śpiwór firmy Cumulus, model Alaskan 1100,
- matę samopompującą zimową/zimowe karimaty Thermarest, zmarzłakom polecamy zakup maty samopompującej w Polsce i dokupienie zwykłej karimaty w Irkucku - podwójna warstwa najskuteczniej izoluje od lodu,
- dwa komplety bielizny termoaktywnej (bluzka z długim rękawem i kalesony) - jeden do spania (najlepiej z wełny np. Merynosa), drugi do chodzenia (nie musi być bardzo ciepły, podczas marszu się rozgrzejemy), po całym dniu marszu ciuchy mogą być przeponcone i wilgotne, jeśli wieczorem nie przebierzemy się w suchą bieliznę, to istnieje ryzyko szybkiego wychłodzenia organizmu,
- ocieplane spodnie (np. narciarskie),
- podkoszulkę + koszulę lub cienki polar + gruby polar + kurtka nieprzepuszczająca wiatru (odizolowanie się od wiatru to podstawa na zimowych wyprawach!),
- kurtkę puchową (może być sztuczny puch, np. PrimaLoft) która przyda się wieczorami w obozie oraz w chłodniejsze dni,
- sprawdzone buty trekkingowe za kostkę (do chodzenia) - wcześniej rozchodzone,
- wełniane skarpety (min. 2 pary),
- druga para butów zimowych (ciepłych, w stylu śniegowców), które przydadzą się wieczorem w obozie (po całym dniu marszu najlepiej jest ściągnąć spocone twarde buty trekkingowe i ubrać na nogi coś ciepłego i suchego),
- nakładki antypoślizgowe na buty (zapewnia organizator),
- ochraniacze przeciwsnieżne na nogi (stuptuty),
- grubą, nieprzewiewną czapkę,
- ciepły szalik/buff,
- rękawiczki (nieprzepuszczające wiatru),
- latarkę-czołówkę i baterie na zmianę.

Należy mieć także:

- tłusty krem z dużym filtrem UV,
- termos, min. 1 liter,
- szczyrzyk, niezbędnik (łyżka i widelec lub SPORK), kubek (min. 400 ml),
- osobistą apteczkę,
- okulary przeciwsłoneczne, gogle narciarskie (na wypadek zamieci),
- ręcznik,
- przybory toaletowe (w tym wilgotne chusteczki, które zastąpią nam prysznic w namiocie).

Rzeczy, które mogą się przydać:

- strój kąpielowy (dla chętnych do kąpieli w przeręblu)
- powerbank.

SZEROKIE TOR4



Odzież ma zatrzymywać ciepło
i chronić nas przed wiatrem.



Bardzo ważne są odpowiednie,
zaimpregnowane buty.

Apteczka

Warto dobrze wyposażać osobistą apteczkę, tym bardziej, że z wielu miejsc do najbliższej apteki lub ambulatorium jest daleko. Powinna ona zawierać:

- plastry
- kilka opatrunków z gazy
- bandaż zwykły i elastyczny
- chustę trójkątną
- środek dezynfekujący
- sól fizjologiczną
- rękawiczki lateksowe
- środki przeciwbólowe (w tym na stłuczenia) i przeciwgorączkowe
- leki przeciwbiegunkowe
- węgiel
- koc ratowniczy (folia NRC).

W razie jakichkolwiek wątpliwości co do odzieży i ekwipunku, prosimy o kontakt z nami przed wyjazdem. Odpowiedni ekwipunek na tej trasie jest niezbędny, a w trakcie podróży nie będzie możliwości dokupowania brakującego sprzętu.

Dobrej jakości odzież i sprzęt turystyczny można kupić m.in. w Sklepie Górskim Avalanche (avalanchesklep.pl) oraz Trekker Sport (trekkersport.com.pl). W obydwu sklepach dla Klientów naszego biura przewidziano zniżki.

Warto rozważyć zabranie drobnych prezentów dla ludzi, których będziemy spotykać w podróży. Sprawdzają się buteleczki polskich alkoholi czy suweniry z Polski.

Jak się spakować?

Rozsądnie dobrany zestaw odzieży „na cebulkę” pozwoli bez trudu zmieścić się w limicie wagi bagażu narzuconym przez linie lotnicze.

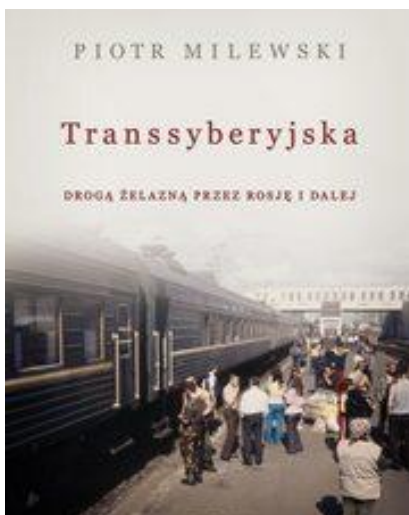
- Bagaż główny do 23 kg i podręczny do 5 kg.
- Najlepszym rozwiązaniem będzie plecak turystyczny, który w każdym momencie można ubrać na plecy i zanieść w każde, nawet trudno dostępne miejsce.
- Nie sprawdzą się sztywne walizki o dużej objętości, które trudno będzie gdziekolwiek zapakować.
- Bagaż powinien ważyć tyle, by każdy uczestnik mógł go samodzielnie nosić.
- Na bagaż podręczny najlepiej zabrać mały plecak, w którym zmieszczą się termos, aparat fotograficzny, zapasowe skarpety itp.

SZEROKIE TOR4

PS. Lektura nieobowiązkowa

Polecamy kilka książek, które pozwolą przed wyjazdem zagłębić w tematykę Rosji i trochę lepiej rozumieć rzeczywistość, w której będziemy się poruszać:

- Lew Gumilow *Od Rusi do Rosji* - szkice przedstawiające historię Rosji w aspekcie etnicznym, ukazują m.in. wpływ koczowniczych ludów Wielkiego Stepu na jej przebieg
- Jacek Hugo-Bader *Biała gorączka* oraz *W rajskiej dolinie wśród zielska* - zbiory reportaży ze współczesnej Rosji (i sąsiednich krajów); czytając, trzeba uwzględnić, że autor poszukiwał w Rosji tematów strasznych, ludzkich nieszczęść, i taki, a nie inny wycinek obrazu kraju przedstawił w książkach.
- Ryszard Kapuściński *Imperium* - znakomite reportaże z radzieckich republik z czasów trwania ZSRR i z momentu jego upadku; dają pewną perspektywę, gdy patrzy się na Rosję dzisiaj.
- Piotr Milewicz *Transsyberyjska. Droga żelazną przez Rosję i dalej*. Relacja z kolejowej podróży, wzbogacona znakomitymi opisami historii budowy Transsybu i masą cytatów z rozmaitych źródeł.
- Peter Pomerantsev *Jądro dziwności. Nowa Rosja* - przystępnie napisany, reporterski opis dzisiejszej Rosji, a szczególnie świata polityki, biznesu i mediów; autor - dziennikarz urodzony w ZSRR, wychowany i żyjący w Wielkiej Brytanii
- Wacław Radziwinowicz *Gogol w czasach Google* - wybór artykułów byłego moskiewskiego korespondenta Gazety Wyborczej, w których opisuje wszelakie aspekty rosyjskiej rzeczywistości.
- Jakub Rybicki *Po Bajkale* - szeroka relacja z zimowej rowerowej wyprawy na zamrożony Bajkał autorstwa człowieka, który ruszył tam „w poszukiwaniu dobra, prawdy i piękna”; opisuje Rosję i Rosjan z zupełnie innej perspektywy niż większość reporterów i publicystów.
- Olgierd Świerzewski *Zapach miasta po burzy* - to „tylko” powieść, a do tego o szachistach i ich świecie - ale niewiele książek tak dobrze opisuje atmosferę życia w Rosji od lat 70. do współczesności.
- Mariusz Wilk *Wołoka* - poetycko-filozoficzne opowieści o rosyjskiej północy; pozwalają spojrzeć na Rosję z pewną głębią.



Transsyberyjska. Droga żelazną...



Jądro dziwności. Nowa Rosja

Księgarnia

Duży wybór literatury okolo podróźniczej posiada Księgarnia Bookowski. Dział w internecie - bookowski.eu - oraz na żywo, w Poznaniu w Centrum Kultury Zamek.