

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.

Prosimy ze szczególną uwagą zapoznać się z punktami dotyczącymi ekwipunku niezbędnego podczas tej wyprawy.



Domowe posiłki w bazach turystycznych przygotowują gospodynie.

#### 1. CHARAKTER WYJAZDU - WARUNKI NA TRASIE

##### Noclegi

- Irkuck, Ułan Ude, Moskwa - hotele \*\*, pokoje 1 i 2-os. z łazienkami;
- Listwianka, Chużyr, Katuń i Arszan - bazy turystyczne z drewnianymi domkami: pokoje 2-4 os., wspólne toalety i prysznice na zewnątrz oraz bania - rosyjska łaźnia parowa.

##### Transport

Przejazdy pomiędzy miejscowościami oraz transfery w miastach będziemy realizować mikrobusami (których wnętrza są ciaśniejsze niż w pojazdach europejskich). Przejazdy w trudnym terenie odbywać się będą UAZ-ami, czyli rosyjskimi terenowymi furgonetkami, bardzo dobrze sprawdzającymi się na Syberii.

Po Bajkale będziemy pływać wynajętym statkiem lub motorówką.

Z Ułan Ude do Sludianki przejazd pociągiem w wagonie *plackartnym*, miejsca siedzące. W wagonie działa samowar. U konduktorów można wypożyczyć szklanki oraz nabyć herbatę, kawę, ciastka itp.

##### Wyżywienie

Śniadania, obiady i kolacje - zgodnie z programem. W większości będzie to domowe jedzenie przygotowywane przez gospodynie w bazach turystycznych i na kwaterach prywatnych. Podczas pobytu w mieście śniadania i kolacje jadać będziemy w restauracjach.

#### 2. POGODA

Syberyjskie lato jest zazwyczaj upalne i słoneczne. W dzień temperatury mogą osiągać 30 st. C., noce natomiast bywają chłodne i temperatura często spada poniżej 10 st. C. Zimno może być także w trakcie przeprawy przez Bajkał. Pogoda latem bywa bardzo zmienna, należy się spodziewać opadów deszczu i nagłych zmian temperatury.

# SZEROKIE TOR4



Najlepiej zabierać ze sobą nowe, niebieskie banknoty USD, drukowane po 2011 roku.

#### Dobre rady:

- w podróży znakomicie sprawdzają się spodnie z odpinanymi nogawkami
- pasek z plastikową klamrą bardzo ułatwia życie na lotniskach (nie trzeba zdejmować przy kontroli bezpieczeństwa)
- z myślą o górskich wędrówkach warto zabrać swoje ulubione batoniki energetyczne (inne przekąski i prowiant na całonocne wyjścia kupimy na miejscu)
- grzechotki, marakasy lub inne drobne instrumenty przydadzą się podczas wieczorów przy ognisku, a przyczepione do plecaka odstraszą niedźwiedzie



### 3. PIENIĄDZE

Aktualne (10.07.2018) kursy rubla:  
1 USD = ok. 62 RUB, 1 EUR = ok. 73 RUB

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

*Jeśli chodzi o dolary, banknoty powinny być w idealnym stanie, nie mogą być w żaden sposób uszkodzone (wytarte, popisane, opieczutowane itp). Dotyczy to również III raty wpłacanej pilotowi na miejscu! Najlepiej zabrać banknoty drukowane po 2011 r. (niebieskie).*

Punkty wymiany walut i bankomaty będą dostępne w miastach (Irkuck, Ułan Ude).

Ceny podstawowych artykułów i usług w Rosji są zbliżone do polskich, czasem trochę wyższe. Dotyczy to również lokali, w których będziemy zatrzymywać się na obiady.

Na własne potrzeby (posiłki niezawarte w cenie, kawę, piwo, pamiątki) należałoby wymienić ok. 260 USD/210 EUR (czyli równowartość ok. 15 000 RUB). Albo więcej - w zależności od apetytu, pasji kolekcjonerskich czy szczodrości w obdarowywaniu krewnych i znajomych.

### 4. TELEFON I INTERNET

We wszystkich miejscowościach na trasie jest zasięg rosyjskich sieci komórkowych, z którymi polscy operatorzy posiadają umowy roamingowe - wyjątkiem jest Katuń na półwyspie Święty Nos. Zasięgu może brakować podczas trekkingów i przejazdów. Przed wyjazdem warto zapoznać się z taryfami swojego operatora (zwykle opłaty za połączenie przekraczają 10 zł/min.)

Niektóre hotele, w których będziemy się zatrzymywać, udostępniają gościom bezpłatnie dostęp do internetu.

### 5. BEZPIECZEŃSTWO

W czasie tego wyjazdu nie będziemy podróżować po terenach uważanych za szczególnie niebezpieczne. Na turystów będą czyhały typowe zagrożenia związane z pobytem w miastach (kieszonkowcy, ruch uliczny, nierówne chodniki), a w górach - wystające korzenie i nierówne ścieżki.

Podczas trekkingów należy bezwzględnie stosować się do zaleceń pilota wyprawy i nie odłączać się od grupy (szczególnie na terenach występowania niedźwiedzi)!

Dokumenty i pieniądze muszą być głęboko schowane, najlepiej w specjalnych saszetkach czy pasach pod odzieżą - i należy je nosić zawsze przy sobie. Aparaty fotograficzne czy inne cenne przedmioty również nie powinny znajdować się np. w zewnętrznych kieszeniach plecaków.

# SZEROKIE TOR4

Dobrej jakości odzież i sprzęt turystyczny można kupić m.in. w Sklepie Górskim Avalanche ([avalanchesklep.pl](http://avalanchesklep.pl)) oraz Trekker Sport ([trekkersport.com.pl](http://trekkersport.com.pl)). W obu sklepach nasi klienci otrzymają rabat (hasło: Szerokie Tory).



Na syberyjskie słońce najlepsze: czapka, okulary i krem z filtrem.

Warto dobrze wyposażyć **osobistą apteczkę**, tym bardziej, że z wielu miejsc do najbliższej apteki lub ambulatorium jest daleko.

Powinna ona zawierać:

- plastry
- kilka opatrunków z gazy
- bandaże zwykłe i elastyczne
- opaski codefix
- chusty trójkątne
- środek dezynfekujący
- agrafki
- sól fizjologiczną
- sztuczną skórę
- rękawiczki lateksowe
- środki przeciwbólowe (w tym na stłuczenia) i przeciwgorączkowe
- leki przeciwbiegunkowe
- węgiel
- środki łagodzące ukąszenia owadów
- koc ratowniczy (folię NRC)

## 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.

## 6. EKWIPUNEK I BAGAŻ

### Co zabrać?

Najważniejszy będzie odpowiedni zestaw odzieży "na cebulkę", który sprawdzi się przy każdej pogodzie, jednocześnie zapewniając nam komfort i wygodę podczas podróży.

### Każdy powinien mieć ze sobą:

- sprawdzone pełne buty trekkingowe sięgające za kostkę,
- kurtkę membranową (nieprzemakalną),
- ciepły polar, ewentualnie bluzę lub sweter,
- koszulki (najlepiej oddychające),
- wygodne spodnie, np. trekkingowe - najlepiej sprawdzają się takie z lekkich szybkoschnących materiałów,
- bieliznę (w tym przynajmniej jedną koszulkę termoaktywną),
- strój kąpielowy,
- czapkę z daszkiem lub kapelusz,
- cienką czapkę i szalik.

### W ekwipunku powinny znaleźć się także:

- krem z filtrem UV,
- okulary przeciwsłoneczne,
- ręcznik - najlepiej lekki turystyczny,
- przybory toaletowe,
- chusta na głowę (dotyczy pań, które chcą zwiedzać cerkwie),
- latarka czołówka i zapasowe baterie,
- szczyryk,
- mały termos i bidon,
- osobista apteczka,
- koc ratunkowy (folia NRC),
- klapki,
- lekkie buty sportowe lub sandały,
- kijki trekkingowe,
- lekkie spodnie membranowe,
- plecak (około 30 l).

### Rzeczy, które mogą się przydać:

- mugga - środek przeciw komarom (najlepiej 50% deet),
- moskitiera zakładana na głowę,
- wilgotne chusteczki i papier toaletowy,
- suchy szampon do włosów,
- power bank.

Warto pomyśleć o zabraniu drobnych prezentów dla ludzi, których będziemy spotykać w podróży. Sprawdzają się buteleczki polskich alkoholi czy małe pamiątki z Polski (np. magnesy, breloczki itd.).

# SZEROKIE TOR4



Mały plecak idealnie sprawdzi się jako bagaż podręczny do samolotu, przyda się także podczas zwiedzania i trekkingów.



Do zobaczenia na szlaku!

## Jak się spakować?

Bagaż główny do 23 kg i podręczny do 5 kg.

Najlepszym rozwiązaniem będzie duży plecak lub torba na kółkach, którą na dobrej nawierzchni można ciągnąć i którą przy pokonywaniu np. schodów na dworcach kolejowych można nieść na ramieniu.

Nie sprawdzą się sztywne walizki o dużej objętości, które trudno będzie upakować w mikrobusach.

Bagaż powinien ważyć tyle, by każdy uczestnik mógł go samodzielnie nosić.

Na bagaż podręczny najlepiej zabrać mały plecak, w którym zmieszczą się termos, prowiant na kilkugodzinną wędrówkę, aparat fotograficzny, kurtka itp. Mały plecak idealnie sprawdzi się jako bagaż podręczny do samolotu, przyda się także podczas zwiedzania i całodniowych wędrówek górskich.

## Specyfika gór Przybajkala

Wybierając się nad Bajkał z myślą o wypadach w okoliczne góry, trzeba uzmysłwić sobie, że są one zupełnie inne od tych, które mamy w Polsce. Są one wielkie, dzikie, niezagospodarowane i puste. Poza nielicznymi wyjątkami nie ma tam przygotowanych szlaków turystycznych i schronisk, brakuje jakichkolwiek oznaczeń czy zabezpieczeń.

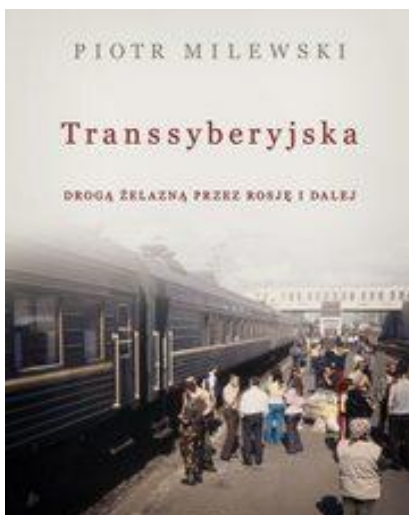
My będziemy poruszać się głównie po ścieżkach wzdłuż bajkalskiego brzegu i oddalać się maksymalnie o kilka godzin marszu od najbliższych miejscowości. Tym niemniej służby ratunkowe będą oddalone o dziesiątki lub setki kilometrów i w sytuacjach awaryjnych będziemy mogli liczyć tylko na wzajemne wsparcie i ewentualnie na pomoc napotkanych turystów.

Przed wyjazdem warto zatroszczyć się o kondycję. Ruszając w syberyjskie góry, pamiętajmy, że trzeba odnosić się do nich z należnym im szacunkiem i pokorą oraz zachować dużo rozsądku!



## PS. Lektura nieobowiązkowa

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



*Transsyberyjska. Drogą żelazną...*



*Jądro dziwności. Nowa Rosja*

- 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. Drogą 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.

### Księgarnia

Duży wybór literatury okotopodróźniczej posiada Księgarnia Bookowski. Działa w internecie - [www.bookowski.eu](http://www.bookowski.eu) - oraz na żywo, w Poznaniu w Centrum Kultury Zamek.