

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.



Pokój hotelowy w Murmańsku

1. CHARAKTER WYJAZDU - WARUNKI NA TRASIE

Noclegi

- Hotele klasy turystycznej, warunki zbliżone do poziomu 3*, pokoje z łazienkami (1-, 2- lub 3-osobowe - zgodnie z ustaleniami).

Transport

- Większość przejazdów mikrobusem. Dodatkowo w Murmańsku i w Kirowsku czasami będziemy korzystać z taksówek.
- Podróż koleją z Apatitów do Murmańska (ok. 4 godz.) w otwartym wagonie klasy placartnej z miejscami do leżenia. W wagonie jest samowar z gorącą wodą, u konduktorki można wypożyczyć szklanki i kupić herbatę czy kawę. W większości składów jedzie wagon restauracyjny.

Wyżywienie

- Śniadania, obiady i kolacje zgodnie z programem.
- Śniadania w hotelowych restauracjach (zwykle szwedzki stół).
- Obiady i kolacje będziemy jadać w lokalnych restauracjach.
- Czwartego dnia obiad w saamskiej wiosce, gdzie spróbujemy tradycyjnych dań rdzennych mieszkańców Półwyspu Kolskiego.

2. POGODA

Zima na Półwyspie Kolskim bywa długa i śnieżna. W styczniu temperatury wahają się między - 5 a -25 stopni Celsjusza, rzadko bywa chłodniej. Jednak duża wilgotność powietrza (wszak będziemy nad morzem) powoduje, że temperatury odczuwalne są zwykle niższe. Zimne wiatry także mogą potęgować uczucie chłodu.

Podczas naszej wyprawy będziemy przebywać za kołem podbiegunowym, czyli na terenach, gdzie zimą występuje noc polarna:

- W styczniu słońce będzie pojawiać się na ok 2-4 godzin dziennie. Trzeba być więc przygotowanym na długie noce trwające mniej więcej od godziny 15 po południu do 11 przed południem.
- W lutym słońce świeci już nawet przez 7 godzin dziennie, czyli podobnie jak w Polsce pod koniec grudnia. Wschodzi około 9-10 rano, a zachodzi po 16.

W przypadku naszego pobytu za kręgiem polarnym długie okresy ciemności będą czynnikiem sprzyjającym "polowaniu" na zorze polarną. Będziemy sobie również sprzyjać, spędzając sporo czasu z dala od dużych miejscowości, których tona może utrudniać obserwację. Również bez kozery termin naszego wyjazdu przypada na okres nowiu. Pod względem organizacyjnym bardziej sprzyjać zorzom się już nie da - reszta jest w rękach natury.

SZEROKIE TOR4

Styczeń to najlepszy miesiąc do zaobserwowania zorzy polarnej. Jednak możliwość jej ujrzenia w dużej mierze zależy od sił przyrody. Dlatego już teraz można trzymać kciuki za bezchmurne niebo i dużą aktywność słońca!



Długość nocy sprzyja obserwacji zorzy polarnej

Zdrowie

Nie są wymagane żadne szczepienia obowiązkowe. Zalecane są szczepienia przeciwko dyfterytowi, tężcowi, gruźlicy, żółtaczkę 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.

3. PIENIĄDZE

Aktualne (5.11.2018) kursy rubla:

- 1 USD = ok. 65 RUB, 1 EUR = ok. 75 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, 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 w Murmańsku i w Kirowsku.

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. 6 000 RUB, czyli **100 USD/85 EUR**. Albo więcej - w zależności od apetytu, pasji kolekcjonerskich czy szczodrości w obdarowywaniu krewnych i znajomych.

4. TELEFONY I INTERNET

Prawie na całej trasie powinien być zasięg rosyjskich sieci komórkowych, z którymi polscy operatorzy posiadają umowy roamingowe.

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

Hotele w Murmańsku i w Kirowsku udostępniają gościom sieć wi-fi. Poza tym Internet dostępny jest wyłącznie przez telefon.

5. BEZPIECZEŃSTWO

W czasie tego wyjazdu podróżować będziemy po terenach uznawanych raczej za bezpieczne. Pamiętać trzeba jednak o podstawowych zasadach bezpieczeństwa.

Kilka dobrych rad:

- Dokumenty i pieniądze powinny 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 powinny być dobrze schowane. Kieszonkowcy nie śpią!
- Ruch uliczny w rosyjskich miastach jest bardzo chaotyczny, a pieszych z reguły się nie przepuszcza. Przy przekraczaniu ulic za każdym razem trzeba zachować szczególną czujność i rozglądać się we wszystkie strony.
- Będzie ślisko: na ulicach, chodnikach, placach! W rosyjskich miastach śnieg i lód nie są usuwane ze szczególną gorliwością. Dlatego trzeba intensywnie patrzeć pod nogi, by uniknąć poślizgnięcia czy potknięcia.

SZEROKIE TOR4

Osobom mało odpornym na chłód radzimy zabranie specjalnej bielizny termicznej (kalesony, podkoszulka z długim rękawem), najlepiej z materiału z dodatkiem wełny (np. Icebreaker). Tego rodzaju odzież najściślej izoluje ciało przed zimnem.

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 biuro przewidziano zniżki.



Ciepły strój to podstawa ekwipunku

6. EKWIPUNEK I BAGAŻ

Co zabrać?

Najważniejszy będzie odpowiedni zestaw odzieży „na cebulkę”. Ma nas chronić przed niską temperaturą (kalesony, polar) i ewentualnym wiatrem (nieprzewiewne spodnie i kurtka). Taki zestaw odzieży będzie zwłaszcza przydatny w zimne noce podczas obserwacji zorzy polarnej.

Każdy powinien mieć ze sobą:

- ocieplane spodnie (np. narciarskie) wraz z ciepłymi kalesonami,
- podkoszulkę + koszulę lub cienki polar + gruby polar + kurtka nieprzepuszczająca wiatru (albo podobny zestaw ciepłej odzieży)
- buty trekkingowe (bądź inne na dobrej podeszwie i z nieprzewiewną cholewką) i wełniane skarpety,
- nakładki antypoślizgowe na buty,
- ochraniacze przeciwśnieżne na nogi (stuptuty),
- grubą czapkę,
- ciepły szalik,
- rękawiczki (nieprzepuszczające wiatru)

W ekwipunku powinny znaleźć się także:

- tłusty krem ochronny na zimę
- latarka (najlepiej zakładana na głowę),
- termos,
- osobista apteczka,
- gogle narciarskie.

Szczególną uwagę należy zwrócić uwagę na obuwie. Nie bez powodu sugerujemy zabranie trekkingowych - będzie w nich ciepło (bo podeszwa jest gruba) i bezpiecznie (bo podeszwa ma dobrą przyczepność). Buty na płaskiej podeszwie (bez bieżnika) nie sprawdzą się! Przed wyjazdem buty warto zaimpregnować (przyklepiający się śnieg może tajać od ciepła stopy i but będzie przemakał).

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

Jak się spakować?

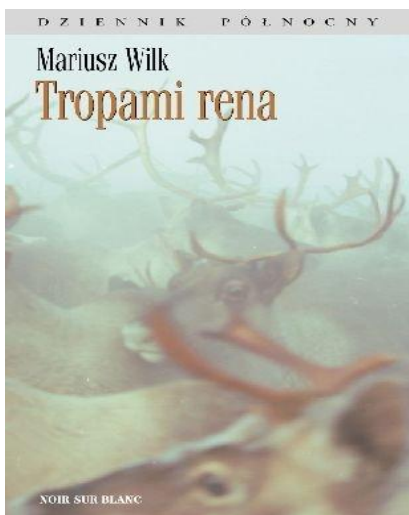
Bagaż główny do 23 kg i podręczny do 5 kg.

Najlepszym rozwiązaniem będzie walizka lub torba na kółkach.

Na bagaż podręczny najlepiej zabrać mały plecak, w którym zmieszczą się termos, aparat fotograficzny, zapasowe skarpety, gogle na wypadek śnieżycy itp.

PS. Lektura nieobowiązkowa

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



Tropami Rena



Jądro dziwności. Nowa Rosja

- Mariusz Wilk *Tropami Rena* - autor stara się poznać życie, obyczaje i pochodzenie tajemniczego ludu Saamów (popularnie zwanego Lapończykami). Aby ich bliżej poznać zamieszkał wśród nich w Łowozierze na Półwyspie Kolskim.
- Mariusz Wilk *Wołoka* - poetycko-filozoficzne opowieści o rosyjskiej północy; pozwalają spojrzeć na Rosję z pewną głębią.
- 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.
- 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.
- 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.

Księgarnia

Duży wybór literatury okopodróźniczej posiada Księgarnia Bookowski. Działa w internecie - www.bookowski.eu - oraz na żywo, w Poznaniu w Centrum Kultury Zamek.