



## Знакомство с Красной Поляной (промо)

**Продолжительность:** 7 дней

**Место начала / Завершения тура:** Сочи / Сочи

**Места показа:** Сочи, Ачишхо, Красная поляна, Роза Хутор

**Допустимый возраст:** 0+

Цена за человека от 78 000 руб.

### В стоимость тура включено

Экскурсионные трансферы по дорогам общего пользования по программе тура от места размещения  
Проживание в отеле/апартаментах города Сочи (номера с удобствами)  
Проживание в палатках  
Питание на маршрутах и экскурсиях согласно программы тура (питание в день заезда не предусмотрено, в остальные дни — завтрак в отеле, обед на маршруте, в походе — завтрак, обед и ужин)  
Прокат группового снаряжения (посуда для приготовления пищи, веревки, средства связи и т.п.)  
Входные билеты в Сочинский национальный парк, КГПБЗ (Кавказский государственный природный биосферный заповедник)  
Работа инструктора-проводника  
Страховка на время тура

### В стоимость тура не включено

Личные расходы  
Дополнительное питание  
Трансферы вне программы  
Канатная дорога Роза Хутор или Красная Поляна от 2 500 руб./чел.  
Канатная дорога Газпром от 2 000 руб./чел.  
Развлечения в комплексе Галактика  
Проезд Газпром — отель (4-й день программы), отель — Олимпийский парк (2-й день программы)  
Обеды и ужины в городских условиях  
Внедорожный транспорт от 6 000 руб./машина с группы до 4 человек  
Курортный сбор - 50 руб./чел./сутки

### Описание тура

Откройте для себя невероятные красоты Красной Поляны — райский уголок, где встречаются величественные горы и чистейшие озера! Приглашаем вас в незабываемое путешествие, полное приключений и гармонии с природой. Вы сможете пройти по экологическим тропам, насладиться захватывающими видами с высоты птичьего полета и попробовать местную кухню в лучших ресторанах.

Каждый день нашего тура — это новые открытия и яркие эмоции. Мы предлагаем увлекательные экскурсии с опытными гидами, которые познакомят вас с легендами и мифами этого удивительного места.

## Программа тура

### День 1. Ефремовский кругозор + хребет Аибгу + горный массив Псеашхо + Перевальные горы + долина Мзымты

Прибытие в Сочи.

Заселение в гостиницу.

~16:00 Встреча с гидом, ознакомление с экскурсионной программой и правилами техники безопасности на маршруте. Небольшой рассказ о климате и ландшафте Красной Поляны, её культурных традициях, инфраструктуре.

После краткой теоретической части придёт время на практике оценить природные красоты знаменитого курорта, и первым пунктом нашей программы станет **Ефремовский кругозор**, названный так в честь географа Юрия Константиновича Ефремова. Более удачного места для осмотра Красной Поляны не придумать: отсюда можно одним взглядом окинуть и миниатюрные строения внизу, и весь **хребет Аибгу**, **горный массив Псеашхо**, Турьи и **Перевальную горы**, Агепсту, **долину Мзымты** и даже массив Ассары.

Возвращение в посёлок.

Ужин и свободное время.

### День 2. Водопад Кейву + купанием в Чёрном море + Олимпийский парк

Завтрак в гостинице.

~10:00 отправляемся в дорогу. Наш путь лежит через буковый лес, вверх по горным тропам и вдоль пологих склонов, мимо заросших мхом валунов, поваленных деревьев, торчащих из земли корней, по которым иногда придётся шагать, словно по ступеням – прямоком к **водопаду Кейву**. Он славится тем, что не пересыхает даже в самое знойное лето и не замерзает в мороз. День и ночь широкие студёные струи с журчанием сбегает вниз по камням, сливаются вместе, пенятся, разбиваются и усеивают воздух брызгами.

Здесь всегда уютно и хорошо, несмотря на густую тень, которую отбрасывают на скалу с водопадом деревья. Если пройти чуть дальше, можно отыскать памятную табличку с именем инструктора турбазы Красной Поляны, эстонца по рождению, Эльмара Яновича Кейву. Именно его в честь безымянный когда-то поток воды получил своё имя.

Сделав фотографии на память, мы расположимся на просторной поляне для отдыха и обеда, а после двинемся в обратный путь. У кого останутся силы смогут прокатиться до Адлера и разнообразить свой культурный досуг на выбор:

#### купанием в Чёрном море

прогулкой среди ледовых дворцов и стадионов **Олимпийского парка**, а так же вечерним шоу фонтанов. Если же туристические подвиги в ваши планы не входят, посвятите время ленивому созерцанию красот Красной Поляны или расслабьтесь в одном из её спа-комплексов, чтобы встретить завтрашний день посвежевшими и бодрыми.

Продолжительность маршрута: ~4-5 часов.

### День 3. Смотровая площадка Северный кругозор + плато Лаго-Наки + речная долина Ачипсе + озеро Зеркальное + гора Чугуш

Завтрак в отеле.

Слышите нетерпеливое урчание во дворе? Это рвётся штурмовать горы суровый российский внедорожник Russian Jeep УАЗ. Сегодня ему предстоит с ветерком домчать вас до зоны альпийских лугов хребта Ачишхо.

В самом конце внедорожного маршрута, на высоте 1 800 м над уровнем моря, уже готова показать вам чудеса этого края **смотровая площадка Северный кругозор**. Виды, которые открываются отсюда, потрясут воображение и навсегда впечатываются в память. Прямо по курсу возносится в небо исполинский Чугуш, за плечом которого, чуть левее, тянется вверх его близкий родственник - Чугуш Малый. Севернее застилает горизонт Фишт-Оштенский массив, пытаются превзойти друг друга высотой горы Пшехо-Су, Фишт и Чура, распластываются под солнцем **плато Лаго-Наки** и **речная долина Ачипсе**. А еще – яркое напоминание о присутствии в этих краях человека – притягивают взгляд лыжные скоростные спуски, исчерчивающие бок Аибги.

Налюбовавшись горным краем и с благоговением ощутив всё величие местной природы, мы двинемся дальше – по тропе, среди высоких луговых трав и зарослей черники прямо к Хмелевским озерам. Возникшие на месте тектонических впадин, они заполняются водой по весне, а летом мелеют и зарастают, но по-прежнему сохраняют свое очарование.

Траверсируя массив Ачишхо, продолжаем движение вдоль линейки горных озер, все дальше и дальше уводит тропа. Уводит на территорию Кавказского биосферного заповедника к **озеру Зеркальному** и Метеостанции. С высоты смотровой площадки Метеостанция любуемся видом на Главный Кавказский хребет, восхищаемся трехтысячником Кавказа — **горой Чугуш**.

Обратный путь до Красной Поляны мы сделаем пешком по старой тропе и грунтовой дороге, не забыв завернуть к дольменному комплексу. В отличие от многих других памятников культуры мегалитов, эти дольмены удивительно компактны, но при этом очень интересны для изучения. Знатоки относят их к эпохе бронзового века и считают, что где-то под землей в окрестностях поселка сокрыто еще немало подобных сооружений. Увы, дольмены стойко хранят свои тайны – кто и с какой целью возводил их здесь, до сих пор остаётся загадкой.

Обедать будем во время привала, разогревая припасы на газовых горелках.

К ужину вернемся в поселок.

Продолжительность маршрута: ~8-9 часов.

#### **День 4. Зоопарк Кавказского Биосферного заповедника + развлекательном центре "Галактика" + Панда-парк**

Завтрак в отеле.

~ В 10:00 состоится выезд группы в **зоопарк Кавказского Биосферного заповедника**. Просторные ухоженные вольеры, таблички с подробным описанием повадок их обитателей, деревянные статуи сказочных героев на аккуратных дорожках – все говорит о том, что к содержанию мохнатых, рогатых и когтистых постояльцев здесь подходят с душой и заботой. Волки и лисы, еноты и рыси, зубры и серны живут в условиях, максимально приближенных к естественным. Особенно приятен тот факт, что обычно животных для зоопарка не отлавливают специально. Сюда попадают те, кто оказался в беде (получил серьезные ранения в драке, остался без матери в детстве) и был спасен человеком.

Но вот вольеры осмотрены, заряд позитива получен, новые впечатления толкаются локтями, устраиваясь в вашей памяти понадежнее. Пора в поселок? Ничего подобного! Впереди у нас веселый **Панда-парк** с веревочными лестницами, раскачивающимися под ногами мостками и натянутыми канатами. Надевайте альпинистское снаряжение и принимайтесь покорять эту полосу препятствий. Возможность ненадолго почувствовать себя ребёнком и как следует пошалить просто бесценна.

Однако и на этом наш день не закончится. Возбужденные пережитым приключением, как следует

взбодрившиеся, мы двинемся по набережной Лауры к горнолыжному комплексу Газпрома. Гид коротко проинструктирует вас о самых интересных объектах на его территории, поможет приобрести входные билеты на заинтересовавшие мероприятия, и можете пускаться в свободное плавание по волнам новых увеселений.

В **развлекательном центре "Галактика"** всем желающим распахнут свои двери кинотеатры и рестораны, аквапарк, бильярдная, боулинг, каток, детский интерактивный развивающий клуб. Но особое место в списке мест, которые никак нельзя пропустить, занимают просторные террасы "Галактики", откуда открывается захватывающий дух вид на закатное солнце и самый высокий водопад Красной Поляны — водопад Поликаря. Будьте здесь в тот момент, когда светило начнёт ускользать за вершины Южного Бокового хребта, и вы не пожалеете.

Продолжительность экскурсии: ~4-5 часов.

### **День 5. Канатная дорога "Альпика сервис" + Бзерпинский карниз + вершина горы Табунная + перевал "Медвежьи ворота"**

Завтрак в отеле.

Мы приближаемся к кульминации нашего тура – двухдневному походу по территории Кавказского заповедника с ночевкой в висячей долине реки Бзерпи. Маршрут проложен по удобным туристическим тропам и легко покоряется новичкам. Зато какие фантастические пейзажи будут открываться вам с каждым пройденным километром! Каким густым разнотравьем встретит путников висячая долина! Как легко дышится чистейшим воздухом хвойных лесов и альпийских полей! Даже избалованные красотами кавказской природы путешественники замирают здесь в восхищении.

~10:00 выдвигаемся на маршрут.

Первый этап пути мы проделаем с комфортом, погрузившись в прозрачные кабинки **канатной дороги "Альпика сервис"**. Скользят над землёй они впечатляюще быстро, поэтому не теряйте времени – успеете насладиться открывшейся внизу панорамой, пока мы не пристанем к приюту "Пихтовый".

Отсюда начнется второй этап путешествия. Двигаясь по убегающей вверх тропке между роскошных пихт и солнечных прогалин, мы постепенно наберем высоту и выйдем к местному понижению в боковом отроге горы табунная — **перевалу "Медвежьи ворота"** – первой обзорной точке на нашем пути. Сделаем небольшую остановку, чтобы в который раз за эти дни лишиться дара речи, завороченно глядя на обступающие перевал горы Аибга, Чугуш, Агепста, Ачишхо, Табунную. Переведем дух, посидим на удобных лавочках в тени рябин и продолжим путь.

Далее тропа уходит траверсом по склону. В воздухе витают ароматы луговых трав, разносится пение птиц, танцуют пестрые бабочки, и ноги сами бодро устремляются вперед, забывая об усталости, а рюкзаки уже не кажутся тяжелыми. Тем более что идти останется каких-то 40-60 минут: еще чуть-чуть, и перед нами предстанут два аккуратных домика. Некоторые туристы используют их для ночевки, но мы-то с вами отправились в горы за красотой и романтикой, поэтому поставим свои палатки неподалеку, чтобы ощутить полное единение с природой.

В заповеднике с легкостью можно повстречаться с серной, заметить пробегающего по своим делам кабана или набрести на медвежьи следы, а осенью сон усталых путников нередко тревожит по ночам рев оленей, ищущих себе подругу.

Здесь, на **Бзерпинском карнизе**, который из-за крутого обрыва кажется нависающим над раскинувшейся внизу местностью, потому-то долину и называют висячей, мы разобьем лагерь, разожжем газовые горелки и пообедаем. После этого у вас останется вдоволь времени, чтобы побродить в окрестностях лагеря, забраться на **вершину горы Табунная** или пик Бзерпи и сделать снимки себя любимых на фоне умиротворяющих пейзажей. Но не увлекайтесь – не пропустите закат! Удобнее всего наблюдать за ним с вершины Табунной

горы: зрелище открывается поистине волшебное, таинственное и до слёз прекрасное. А затем останется лишь посидеть под звездами, делаясь впечатлениями минувшего дня и слушая страшные истории гидов (какой же поход без туристических баек), прежде чем разойтись по палаткам.

#### **День 6. Дзитакские озера + долина реки Лауры + перевал Псеашхо**

Раннее утро встретит вас прозрачным холодным воздухом, чистой росой на траве и запахами кофе из кружек товарищей по походу, успевших подняться раньше.

Неспеша посмаковать бодрящий напиток, оббегая взглядом горные вершины и **долину реки Лауры** – ни с чем несравнимое удовольствие! Но затягивать его мы не станем, а влезем в истоптанные кроссовки, бросим в заметно полегчавшие рюкзаки кое-какую снедь для перекуса и налегке двинемся прямым маршрутом к **Дзитакским озерам**, оставив разбитый лагерь дожидаться нас в шорохах просыпающейся долины. Вскоре на пути встанет **перевал Псеашхо**, но восхождение на него не составит труда – слишком пологи его склоны и слишком заманчиво блестит озерная гладь впереди.

Программа "похода в походе" будет насыщенной: нам предстоит обойти долины трех рек – Бзерпи, Пслух и Уруштен – увидеть пять горных озер, успеть искупаться в кристально чистой прохладной воде и, проделав в общей сложности около 12 км, к обеду вернуться. Попутно вы получите от гида полезную информацию о коварстве лавин и сможете задать ему интересующие вас вопросы.

После обеда мы свернем лагерь и направимся уже известным путем через луговины и хвойный лес к Пихтовому приюту. А там – снова короткий полет над землёй по канатке.

Долина Мызмы, успевшая стать родной за последние дни, чисто убранные номера, ужин и сон.

#### **День 7. Прогулка по курортам Красной Поляны + Роза Хутор + Горки Город + Газпром-Лаура**

Завтрак в гостинице.

Освобождение номеров. Сдаем вещи в камеру хранения и отправляемся на экскурсию.

В ~10:00 будьте готовы к последнему рывку – **прогулке по курортам Красной Поляны**.

Горный кластер Сочи складывается из двух поселков: Красная Поляна и Эсто-Садок, а так же трех горных курортов:

##### **Газпром-Лаура**

##### **Роза Хутор**

##### **Горки Город**

Нашей целью станет поселок Эсто-Садок в котором, собственно, и располагаются две еще не изученные нами курортные зоны. Мы пройдем неторопливым шагом по набережной реки Мзымта, чтобы получить представление об архитектурных особенностях этого места. Затем с помощью канатной дороги переместимся на Главную смотровую площадку Роза Хутор и осмотрим курорт с высоты 2320 м над уровнем моря. На заметку тем, кто еще не определился со временем отпуска: если повезет попасть сюда в июне, помимо прекрасных видов вашу голову будет кружить аромат цветущих рододендронов.

Как пройдет остаток дня - зависит от погодных условий и состояния склонов. Но способ развлечься мы придумаем обязательно, предложив вам либо треккинг по удобной тропе, соединяющей два курорта Роза Хутор и Газпром, либо прогулку в парк водопадов "Менделиха" на южный склон Аибги с тремя кольцами маршрутов и семью водяными потоками.

В 16:00 наше большое приключение подойдет к финалу.

Варианты размещения

Грин Хоста 3\* (г. Сочи)

Места сбора группы

Сочи

Даты тура

Декабрь 2025

07 декабря 2025 в 00:00 - 31.12.2025 от 78 000 руб.	14 декабря 2025 в 00:00 - 31.12.2025 от 78 000 руб.		
---	---	--	--