

**KILI
MAN
JARO**

TANZANIA 2019
KOMBAT★TOURS

ВОСХОЖДЕНИЕ НА КИЛИМАНДЖАРО ПО ЗАКОНАМ КОСМОСА

12–23 февраля 2019



Покорим вершину Африки
вместе с космонавтом Сергеем Рязанским,
а после отправимся на джип-сафари
по национальным паркам Танзании



12 дней | 5 895 метров | 1 космонавт | 30 участников | 7 львов | 718 фламинго | 4 носорога

**АЛЕКСАНДР
ЧУРАНОВ**

создатель
и организатор
Комбат-туров

**ПАВЕЛ
ИСАЕВ**

организатор
экспедиции

**ЮЛИЯ
СОЛОГУБОВА**

организатор
экспедиции

КОМБАТ*ТУРЫ

**СЕРГЕЙ
РЯЗАНСКИЙ**

Эксперт экспедиции,
лётчик-космонавт,
Герой России

**KILI
MAN
JARO**

TANZANIA 2019
КОМБАТ*TOURS

КОМБАТ*ТУРЫ

**ОТКРЫВАЕМ 2019 ГОД
ЭКСПЕДИЦИЕЙ
НА «КРЫШУ» АФРИКИ**

**ШИКАМУ,
ДОРОГОЙ ДРУГ,
ЗДРАВСТВУЙТЕ!**

Традиционно приветствуем вас на языке той страны, куда отправляемся. На этот раз на языке суахили — официальном языке Танзании. Путешествием в африканскую страну, которую называют «колыбелью цивилизации», открываем 2019 год.

Цель восхождения на Килиманджаро с экспертом-космонавтом — научиться использовать этот опыт для повышения личной эффективности, дальнейшего развития и движения вперёд. Всё по законам космоса, которыми Сергей Рязанский готов поделиться с участниками экспедиции.

Восхождение проходит по маршруту Мачаме. Наш путь пролегает сначала по тропическому лесу, затем по открытым живописным склонам, верхняя часть пути — более крутой каменистый конус вулкана, и финальная часть пути — по краю кратера. Затем отправляемся на сафари по самым экзотическим местам Танзании.

Хорошая физическая форма не является залогом успешного восхождения. Ваше стремление, грамотное планирование экспедиции и правильная адаптация к высоте — вот что наиболее важно.

Специального снаряжения и опыта не требуется: несмотря на то, что Килиманджаро поражает размерами, покорить вершину могут обычные, физически активные люди. Средней физической формы вполне достаточно для успешного восхождения. Если вы в состоянии пройти 10-14 км за день в среднем темпе, без одышки, вы готовы. Однако будущим покорителям Килиманджаро будут полезны тренировки на выносливость.

СЕРГЕЙ РЯЗАНСКИЙ

Лидер группы,
эксперт в космических подходах к работе в команде,
Герой России, лётчик-космонавт

Закон космоса универсален: они работают на МКС, они могут пригодиться в повседневной жизни и будут востребованы в управлении крупным бизнесом. Мы можем гораздо больше, чем думаем. Космические успехи не за горами, они на вершине Килиманджаро. Поднимайтесь!



Человек, который фотографировал Килиманджаро из космоса, по пути к вершине — пику Ухуру — расскажет, как космонавтов обучают принимать решения в экстренной ситуации, бороться со страхом, использовать космические технологии в обычной жизни.

краткая справка

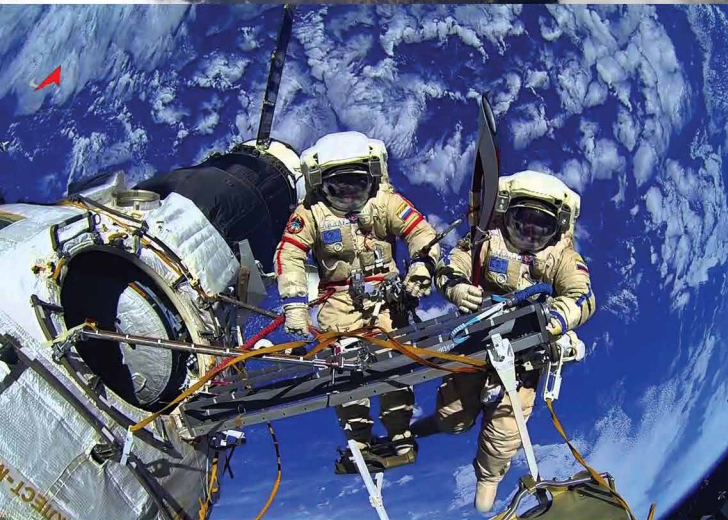
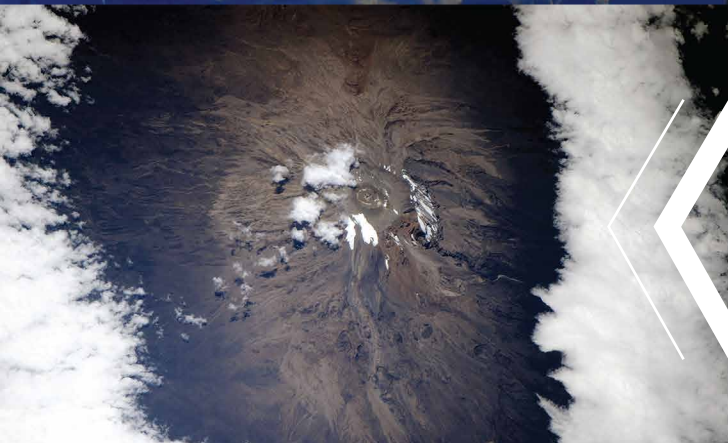
Защитил кандидатскую диссертацию по специальностям «физиология» и «авиационная и космическая медицина».

Стал первым в мире ученым — командиром космического корабля («Союз-МС05», 2017 г.)

Совершил два космических полета суммарной продолжительностью 306 суток и четыре выхода в открытый космос общей продолжительностью 27 часов 35 минут.

Вместе с коллегой Олегом Котовым вынес олимпийский факел Сочинской зимней олимпиады в открытый космос.

Сergey Рязанский будет с нами во время восхождения, проведёт несколько тематических вечеров. Мы сможем использовать космические технологии, которые применяются при подготовке экипажей.



КОМБАТ★ТУРЫ

наша команда

25

человек



на 80%

с 1912 года
уменьшилась
ледяная шапка

к 2020 году
ледяная шапка

МОЖЕТ

полностью
растаять

КИЛИМАНДЖАРО

ГОРА, КОТОРАЯ СВЕРКАЕТ*

пик Ухуру, 5 895 м

высочайшая вершина Африки



ТАНЗАНИЯ

площадь горы

388,5
гектаров



предположительное
название Килиманджаро
на языке суахили

6

МАРШРУТОВ
ВОСХОЖДЕНИЯ
НА ВЕРШИНУ
ГОРЫ



2

ТУРИСТСКИХ
МАРШРУТА ВОСХОЖДЕНИЯ

МАРАНГУ

Кока-кола рут**

единственный маршрут,
оборудованный хижинами

МАЧАМЕ

Виски рут**

** название маршрутов
у местных проводников
и восходителей

ежегодно

45
тысяч
человек

пытаются
покорить гору



КЕМПИН-
ГОВЫХ
МАРШРУТА

ЛЕМОШО
ШИРА
УМБВЕ
РОНГАИ

4

ВЫСШАЯ
ИЗОЛИРОВАННАЯ
ГОРА В МИРЕ

равнинная
саванна
окужает
её более чем
на 5 км

5

5

КЛИМАТИЧЕСКИХ
ПОЯСОВ

АРКТИЧЕСКАЯ

ЗОНА

5 000–5 895 м

ВЫСОКОГОРНАЯ

ПУСТОШЬ

4 000–5 000 м

ВЕРЕСКОВЫЕ

ЛУГА

2 800–4 000 м

ДОЖДЕВОЙ ЛЕС

1 800–2 800 м

БУШЛЕНД

800–1 800 м

ЭВЕРЕСТ
(АЗИЯ)

АКОНКАГУА
(ЮЖНАЯ АМЕРИКА)

МАК-КИНЛИ
(СЕВЕРНАЯ АМЕРИКА)

5 895 м

КИЛИМАНДЖАРО

ЭЛЬБРУС
(ЕВРОПА)

МАССИВ ВИНСОН
(АНТАРКТИДА)

ПИРАМИДА
КАРСТЕНСА
(ПУНЧАК-ДЖАЯ)

КОСЦЮШКО
(АВСТРАЛИЯ)

КОМБАТ★ТУРЫ

1
день

KILI
MAN
JARO

TANZANIA 2019
KILIMANJARO TOURS

НАША «БОЛЬШАЯ ИГРА» НАЧИНАЕТСЯ

День после прилёта и ночь перед восхождением мы проведём в комфортном отеле Aishi Machame Hotel у подножия Килиманджаро. Завтра нам предстоит, возможно, самое грандиозное приключение в жизни.

2
день

В день восхождения знакомимся с нашим гидом и профессиональной командой сопровождения и едем к воротам Мачаме – ко входу в Национальный парк Килиманджаро.

Ещё несколько необходимых протокольных мероприятий, которые должны выполнить наши сопровождающие, – получить разрешение на посещение парка, зарегистрировать нашу группу в спасательной службе... И вот мы уже идём через тропический лес к нашей первой точке – лагерю Мачаме.

С нами при восхождении всегда будут помощники – гиды, повара, а также портеры, которые несут вещи, устанавливают лагерь и готовят еду. «Институт» портеров контролируется государством, все поднимающиеся на Килиманджаро обязаны их нанимать. Это рабочие места для местных, которыми они очень дорожат.



Лагерь
Мачаме
Ворота
Мачаме



3 010 М
1 800 М



11
КМ

POLE-POLE, или МЕДЛЕННО-МЕДЛЕННО

3 ДЕНЬ

Девиз Килиманджаро – «pole-pole», то есть «медленно-медленно». Вы не раз услышите это слово от гидов во время подъёма. Связано это с тем, что неспешный, правильно подобранный темп увеличивает наши шансы на успешное восхождение.

Начинаем подъём ко второму высотному лагерю Ширы. Выходим из тропического леса и перед нами открываются панорамы на плато и прекрасный вид на Килиманджаро. Физически трекинг до второго лагеря не имеет особых сложностей, но может ощущаться изменение высоты.

Через 4-5 часов мы приходим в лагерь, где нас уже ждёт обед. Отдыхаем и совершаем акклиматизационный выход в сторону лагеря Лава Тауэр, с набором высоты 300 м, и затем спускаемся обратно в лагерь Ширы на горячий ужин.

Что такое акклиматизационный выход?

Это лёгкий трекинг с небольшим набором высоты, чтобы ускорить процесс акклиматизации и увеличить шансы на успешное покорение вершины.



Лагерь Ширы
Лагерь Мачаме



3 845 М
3 010 М



5
КМ



4-5
ЧАСОВ

акклиматизационный
выход

Лава Тауэр
Лагерь Ширы



4 120 М
3 845 М



2
КМ



1-2
ЧАСА

КОМБАТ★ТУРЫ

КАК БЫТЬ ЛИДЕРОМ, КОГДА ВОКРУГ ВСЕ ЛИДЕРЫ, И НАУЧИТЬСЯ «РУГАТЬСЯ ПО-ДОБРОМУ?»

KILI
MAN
JARO
TANZANIA 2019
КОМБАТ-ТУРЫ

ВНЕДРИМ МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ КОСМОНАВТОВ В СВОЮ ЖИЗНЬ

Сергей Рязанский будет в живом контакте с участниками на протяжении всего тура. Кроме того, проведёт несколько тематических вечеров в формате лекций и сессий «вопрос-ответ». Эксперт экспедиции даст уникальную информацию о командной игре, конфликтологии, заповедях лидера, сохранении личного пространства, об уникальной методике изучения звёздного неба.

ВОТ НЕКОЛЬКО ВЫДЕРЖЕК ИЗ ТЕМ,
КОТОРЫЕ РАСКРОЕМ ВО ВРЕМЯ
ЭКСПЕДИЦИИ

КОНФЛИКТОЛОГИЯ

«...На МКС, в замкнутом пространстве, нет места конфликтам, обидам и недоказанности. Но состав экипажа космической экспедиции формируется без учета симпатий или антипатий ее участников и их психологической совместимости. И что же делать, если вопросы друг к другу накопились и конфликт все же назрел? Как не поссориться с коллегами, когда очень хочется, но нельзя?..»

Сергей Рязанский раскроет суть космического термина «ругаться по-доброму» и расскажет, как опереться на товарищеское плечо даже тогда, когда оно так и норовит ускользнуть.

КОМАНДНАЯ ИГРА

«...Перед полетом каждый космический экипаж обязательно проходит курсы по выживанию. На этом этапе члены команды наблюдают друг за другом и считывают реакции коллег на те или иные ситуации. Это позволяет понять суть человека и прогнозировать его поведение в экстренных условиях...»

Сергей Рязанский расскажет о космических подходах к работе в команде и о том, как они могут помочь в работе с коллективом на Земле. Почему важно на берегу установить систему координат из правил и табу, в рамках которой команде предстоит жить и работать. Как принять характеры других членов коллектива и приспособиться к ним, чтобы жить и работать в комфортной психологической атмосфере. Почему именно доверие друг к другу и индивидуальная ответственность являются важнейшими факторами эффективности команды.

КОМБАТ-ТУРЫ

ЗАПОВЕДИ ЛИДЕРА

«...Нелегко стать лидером среди лидеров, повести за собой равных, самодостаточных, успешных, амбициозных. Еще сложнее в такой компании удержать авторитет, не скатившись к директивному управлению. Однако командирам космических кораблей это удастся...»

Сергей Рязанский объяснит:

- ▶ почему мозговой штурм и учёт мнения коллектива лучше, чем принцип «упал-отжался»;
- ▶ почему космос любит рефлексия и зачем обязательно проводить «разбор полетов», даже если полет прошел хорошо;
- ▶ как сформулировать цель, которая заинтересует всех членов команды и почему это так важно;
- ▶ как добиться главенства общей цели над личными;
- ▶ как распределить зоны ответственности и найти понимание с командой;
- ▶ как заслужить уважение коллектива;
- ▶ почему лидер всегда должен учиться и совершенствоваться.

Сергей Рязанский – первый в мире ученый-командир космического корабля и кандидат биологических наук – продемонстрирует всю красоту природы Танзании, поможет открыть в ней что-то удивительное. Под руководством ученого-космонавта мы изучим звездное небо по методикам отряда космонавтов. Места лучше вершины Килиманджаро для этого просто не найти. Кажется, там до звезд можно дотянуться рукой...

«ЛИЧНЫЙ» ВОПРОС

«...Немецкий философ Эрнст Блох писал, что если человек в путешествии остается неизменным, это плохое путешествие. Экспедиция непременно оставляет свой след в развитии личности. Чтобы путешествие не было плохим, а изменения не были губительными для человека, каждый член команды должен сохранять за собой личное пространство...»

Сергей Рязанский ответит на вопросы: как совместить личное пространство с программой экспедиции? Как грамотно и взвешенно спланировать свое время и расставить приоритеты? Как получить максимум для себя лично, не обделив интересы команды? А главное, как не побояться пойти за мечтой, радикально изменив свою жизнь?

Об этом Сергей знает не понаслышке: выпускник биологического факультета МГУ, ученый, он и не думал, что мальчишеская мечта о полете в космос может стать реальностью. Не имея профильного образования, он 10 лет боролся за право отправиться на МКС и добился своего.

КОМБАТ★ТУРЫ

4

день

KILI
MAN
JAROTANZANIA 2019
КОМБАТ-ТУРЫ

ОБЕД НА ВЫСОТЕ 4 600 метров

Нам предстоит множество подъёмов и спусков. Цель на сегодня — Лава Тауэр. Останавливаемся в лагере на высоте уже более 4600 м. Для хорошей акклиматизации здесь необходимо провести час-два, поэтому здесь для нас организуют обед. Как насчёт самого вкусного борща? :)

Далее предстоит спуск к лагерю Барранко. Мы увидим облака, которые не могут перевалить через гору, пейзажи, дающие забыть, на какой мы планете, гигантские «цветы» невероятной формы... Кульминация и итог этого дня — открывающийся из нашего третьего лагеря вид на стену Барранко, которая впечатляет своими размерами и отвесностью. Завтра нам предстоит покорить её.

Во время восхождения для нас будет организовано трёхразовое комплексное питание. В меню: различные супы, гарниры, несколько видов мяса и рыбы, свежие фрукты и овощи. Если вы вегетарианец, пожалуйста, сообщите нам об этом.

Лагерь Барранко	3 960 м	11 км
Лава Тауэр	4 630 м	
Лагерь Шира	3 845 м	6-8 часов

КОМБАТ★ТУРЫ

5

день

ПОДЪЁМ ПО ОТВЕСНОЙ СТЕНЕ УЩЕЛЬЯ

KILI
MAN
JARO

TANZANIA 2019
КОМБАТ-ТУРЫ

Выходим пораньше, чтобы не оказаться в суете других групп и начинаем восхождение по стене Барранко. На самом деле восхождение по стенке ущелья (барранкоса) не представляет особых сложностей и по времени занимает всего около часа. В некоторых местах нужно протискиваться между камнями. Высота стены 310 метров. Вознаграждение за подъём — вид на вулкан Кибо, и мы ещё не так устали и с удовольствием фотографируемся.

Далее начинается более сложный трекинг к лагерю Каранга, так как на пути будут постоянные спуски и подъёмы. И снова role-role — гид подбирает оптимальный темп. В нашем новом, уже четвёртом, лагере набираемся сил и подкрепляемся горячим ланчем. Хорошая новость: здесь уверенно ловит местный wi-fi.

Спустя пару часов нам предстоит очередной акклиматизационный выход с набором высоты 200 м.



Лагерь
Каранга

Лагерь
Барранко



4 035 М

3 960 М



5

КМ



4-5

ЧАСОВ

акклиматиза-
ционный
выход

путь
к Бафару
Лагерь
Каранга



4 270 М

4 035 М



2,5

КМ



1-2

ЧАСА

КОМБАТ-ТУРЫ

ПЕРЕХОД НА УРОВНЕ ОБЛАКОВ

6
день

Начинаем восхождение к нашему пятому, так называемому штурмовому, лагерю. Мы достигли высоты, где каких-то три-четыре десятка метров уже не кажутся такими простыми. Именно отсюда в полночь выйдем на штурм пика Ухуру (5 895 м). Лагерь, палатки и спальники для нас уже подготовлены, набираемся сил и совершаем акклиматизационный выход к промежуточному штурмовому лагерю Косово.

Почему нам требуется высотная акклиматизация

На высоте пика Ухуру концентрация молекул кислорода на кубический метр значительно ниже, чем на привычной для нас высоте. Простыми словами – вы вдыхаете то же количество воздуха, но кислорода в нем меньше. При этом мозг отдает телу команду «начать экстренные мероприятия» — вдыхать глубже и чаще, больше наполнять легкие кислородом и меньше его расходовать. Это один из механизмов нашего организма.



Лагерь
Барафу
Лагерь
Каранга



4 640 м
4 035 м



6
км



4-5
часов

акклиматиза-
ционный
выход



Лагерь
Косово
Лагерь
Барафу

4 800 м
4 640 м



2
км



1-2
часа

КОМБАТ★ТУРЫ

7

день

5 895

Почему мы выходим на штурм вершины именно в полночь? Чтобы увидеть самый яркий в своей жизни рассвет, встретить солнце, встающее из-за горизонта на безоблачном небе, на самой высокой точке африканского материка. Чтобы потрогать искрящийся снег ледника. Чтобы понять — я сделал это... Чтобы посмотреть вокруг и увидеть таких же сильных и преодолевших границы людей, ставших уже почти родными.

Мы достигли той точки, ради которой встречали рассветы в горах, акклиматизировались, шли каменистыми долинами выше облаков и взбирались на отвесную стену.



Восхождение технически довольно простое, гораздо более серьёзную проблему представляет высота. На каждую пару участников выделяется гид, который будет следить за физическим и моральным состоянием.

Далее предстоит возвращение в лагерь Барафу, где отдыхаем пару часов и продолжаем спуск к лагерю Миллениум.

Лагерь Миллениум	3 820 М	 15 КМ
Пик Ухуру	5 895 М	
Лагерь Барафу	4 640 М	 8-12 часов

КОМБАТ★ТУРЫ

8 | ДЕНЬ

ПРОЩАНИЕ
С ГОРОЙЛагерь
Миллениум
Ворота
Мвека3 820 М
1 680 М12
КМ4-5
ЧАСОВ

Проснувшись в лагере Миллениум в тропическом лесу, мы почувствуем облегчение от снижения высоты и удовлетворение от покорения вершины. После горячего завтрака начинаем спуск к выходу из Национального парка. Внизу нас ждёт вручение памятных сертификатов и трансфер в отель Aishi Machame Hotel. Только представьте, с каким ощущением после недели без душа вы взглянете на комфорт цивилизации, особенно если это ваша первая длительная экспедиция.

КОМБАТ-ТУРЫ



САФАРИ В НАЦИОНАЛЬНЫХ ПАРКАХ ТАНЗАНИИ

9-11

день

Мы уже позвонили близким, решили срочные рабочие вопросы и успели свыкнуться с мыслью о покорении вершины, но всё ещё чувствуем себя немного героями и первооткрывателями.

Три завершающих дня Комбат-экспедиции будем ночевать в гостиницах, а дни проводить, наблюдая за дикими животными и птицами в самых экзотических местах Танзании.

Чтобы увидеть некоторые виды животных, придётся выезжать ранним утром, а в это время может быть прохладно и без тёплой одежды не обойтись. К примеру, в заповеднике Нгоронгоро до и после заката солнца, температура опускается до 0° С.

Запросите памятку с полным списком необходимого снаряжения и одежды у вашего менеджера.

Сафари начинается в национальном парке **Тарангири** — здесь баобабы и акации, львы и буйволы, жирафы и зебры. И самое зрелищное — это большие стада слонов, обитающие близ источника с питьевой водой, реки Тарангире. Для понимающих и не только будут интересны наскальные рисунки и встреча с представителями масаев.

парк Тарангири

9

день

КОМБАТ-ТУРЫ

10
день

**KILI
MAN
JARO**

TANZANIA 2019
КОМБАТ•ТУРЫ

ОЗЕРО МАНЬЯРА

На следующий день мы едем на озеро Маньяра. Вся территория этого парка пронизана грунтовыми водами, которые создали благоприятную среду для растений и для множества птиц. От большой колонии фламинго озеро всё вокруг розовое!

В обед мы посетим горячие источники Маджи Мото.

КОМБАТ•ТУРЫ

11
день

KILI
MAN
JARO

TANZANIA 2019
КОМБАТ • TOURS

НГОРОНГОРО

Нгоронгоро включён в список Всемирного наследия ЮНЕСКО в качестве выдающегося памятника природы и считается одним из самых известных и интересных парков Танзании, так как именно здесь обитает наибольшее количество различных видов животных на квадратный километр.



На третий день сафари пораньше выезжаем из гостиницы в национальный парк Нгоронгоро, чтобы увидеть животных, которые активны только в утренние часы. Этот парк называют «восьмым чудом света». Мы можем увидеть буйволов, слонов, львов, антилоп гну, зебр, бегемотов и таких редких представителей семейства кошачьих, как каракал и сервал. В случае особой удачи повстречаем даже носорога, популяция которых очень быстро сокращается.

У нас останется время, чтобы купить **танзаниты** в том единственном месте на планете, где их добывают. Это исключительно редкий камень, и, к сожалению, по прогнозам специалистов, может скоро исчезнуть. Считается, что одной из категорий людей, которым предназначен этот красивый камень, являются предприниматели и все, кто желает улучшить свое материальное положение. Верите в магию камней? :)



КОМБАТ ★ ТУРЫ

12 | день

Кwa heri! До свидания!

Любая экспедиция, пешая или космическая, раскрывает все качества человека, испытывает его на прочность, выявляет слабые и сильные стороны. Меньше чем за две недели мы прошли большой путь, наверняка узнали что-то новое о себе и о мире... Возможно, почувствовали себя немножко космонавтами :) А как распоряжаться полученным опытом — дело каждого.

Завтра мы вернёмся к привычной жизни. Но частичка нашей команды сильных и целеустремлённых людей, с которыми мы все вместе выполнили общую миссию, останется в каждом. Как и уникальные знания и опыт, полученные от Сергея Рязанского. Такое больше не повторится.

КОМБАТ★ТУРЫ



Позволь
с е б е
с т а т ь

1
одним
из 25
человек

на всём земном шаре,
покоривших
Килиманджаро
вместе с космонавтом

5 895 м





Как бы ни высока
была гора,
любой ее склон
может стать тропой.

**KILI
MAN
JARO**

TANZANIA 2019
KOMBAT+TOURS

Контакты:

+7 499 704 16 81

www.kombat-tour.ru

sale@kombat-tour.ru

Организатор

КОМБАТ★ТУРЫ

АВТОРСКИЕ ТУРЫ С ЭКСПЕРТАМИ



По вопросам партнёрства пишите на
org@kombat-tour.ru

Компании, которые делают мир лучше,
а своих клиентов сильнее

