

Конный туризм

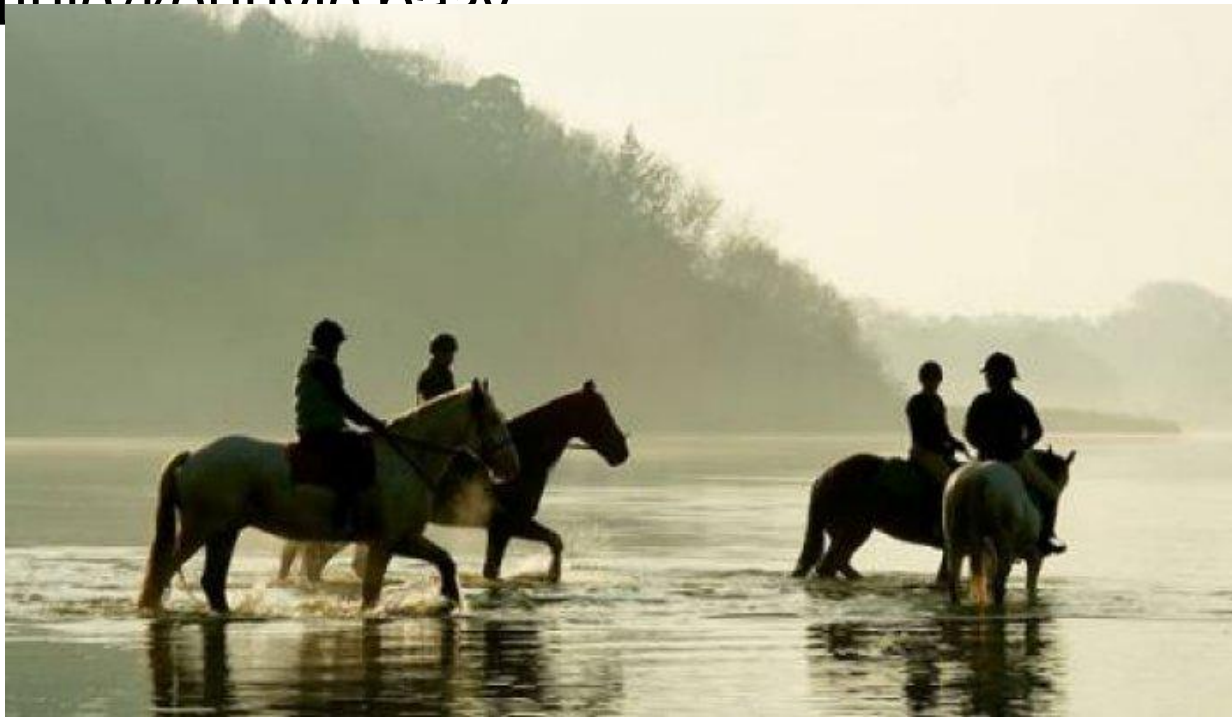


Выполнил студент группы
М2
Волыгин Сергей

- **Конный туризм** — вид активного отдыха и спортивного туризма с использованием животных (лошадей, пони, ослов, верблюдов, собак, оленей, слонов и т.п.) верхом или в упряжи в качестве средства передвижения. В конный туризм входит 5 дисциплин: конно-полевые выезды (выезды в поля, прогулки верхом), конные маршруты (походы, путешествия), дистанции (TREC), дистанции упряжки (TREC в упряжках), соревнования пастухов.



- Конные маршруты по продолжительности могут быть от одного часа до нескольких дней. Конные маршруты от одного часа до одного дня с возвращением на конюшню называются конно-полевыми выездами. Маршруты от четырех дней называются походами. Конно-полевые выезды (конные прогулки, поездки в лес и/или поле) - конные, чаще верховые, поездки за пределы конюшни от 1 часа до 4 дней. Возможны однодневные походы с возвращением на конюшню/конную базу.



- Конные походы могут проводиться с сопровождением, когда вещи и питание доставляется отдельно от основной группы так и без него.
- Конный поход, удовлетворяющий спортивным правилам и заявленный должным образом в маршрутно-квалификационной комиссии называется спортивным.
- Конные походы бывают: конно-верховые, конно-верховой с сопровождением и походы в упряжках.



- Конно-верховой поход — это маршрут, при котором снаряжение и питание для участников и лошади перевозятся во вьюках или переметных сумках, притороченных к седлу туриста, при этом общее количество лошадей равно количеству участников.
- Конно-верховой с сопровождением — маршрут, предполагает, что участники едут по маршруту верхом, а снаряжение и продукты перевозятся отдельно посредством дополнительных вьючных или упряжных лошадей, а также с использованием автотранспортных средств.
- Конно-упряжной — маршрут, при котором туристы, снаряжение и провиант находятся в телеге, экипаже, кибитке и т. п. без использования верховых лошадей.

- Главная особенность конного туризма (верхового) состоит в возможности везти снаряжение и продукты в переметных сумках, закрепленных к седлу лошади или на вьючной лошади.
- Большинство маршрутов рассчитываются на людей, не имеющих какой-либо предварительной тренировки в верховой езде. Опытные инструкторы проводят на турбазах необходимую пред-походную подготовку по специально разработанным программам. Пройдя обучение, турист приобретает навыки по уходу за лошадью, обучается седлать и запрягать ее, управлять ею.
- Обычно туристы живут в полевых условиях на полном самообслуживании, так что романтика верховой езды дополняется ночевками в палатках, дымом костра, походной пищей.



Снаряжени

е

- Для путешествия по конным маршрутам используется в основном то же снаряжение, что и для пеших походов. Но есть и некоторые особенности экипировки конного туриста. Прежде всего необходимы сапоги даже для сравнительно коротких походов, иначе будут потерты голени. Брюки должны быть спортивного покроя с «широким шагом», так как придется высоко поднимать ногу для посадки в седло. Необходимо также иметь спортивный костюм, кроссовки или кеды, шерстяные и хлопчатобумажные носки, головной убор, легкий свитер, легкую куртку, накидку от дождя



История

- Первый в СССР конный верховой маршрут был проложен в 1971 году Алтайским краевым советом по туризму и экскурсиям с туристской базы «Катунь». Теперь такие маршруты действуют в различных краях и областях. Туристам предлагаются маршруты на любой вкус: верховые, с передвижением на колесных экипажах, а зимой—на санях. Есть маршруты, проходящие по лесостепной и степной зонам, в горах и тайге, по высокогорью.



Мнения

- **Полезно для здоровья**
- Регулярная верховая езда активизирует обмен веществ, препятствует чрезмерному отложению жира, вырабатывает красивую осанку. Верховая езда обеспечивает активную нагрузку на всю скелетную мускулатуру и внутренние органы всадника, в то же время не исключает возможности двигаться пешком, позволяет дозировать физические нагрузки, не приводя к перегрузкам.
- **Опасно для здоровья**
- Однако при некоторых заболеваниях верховая езда противопоказана. Врачи запрещают её людям, страдающим злокачественной гипертонией, декомпенсацией сердечной деятельности, после инсульта, при нарушениях равновесия, и еще при нескольких противопоказаниях.



Спасибо за внимание!

