



Інформація для учасників

Орієнтовний час старту сплаву 27 липня в Івано-Франківську – 08:00. Рекомендований поїзд із Києва — **№ 043** (час відправлення із Києва 26 липня о **18:50**, час прибуття до Івано-Франківська 27 липня **05:44**) або **№ 149** (час відправлення із Києва 26 липня о **22:27**, час прибуття до Івано-Франківська 27 липня **07:30**).

В зворотному напрямку маршрут буде розрахований таким чином, щоб учасники 30 липня були в Івано-Франківську до 20:00. Тому, бажаючи можуть брати квитки на потяг до Києва **№ 043** (час відправлення з Івано-Франківська 30 липня о **21:50**, час прибуття до Києва 31 липня о **08:51**) або **№ 149** (час відправлення із Івано-Франківська 30 липня о **23:58**, час прибуття до Києва 31 липня о **09:04**).

Звертаємо Вашу увагу, що часові рамки програми заходу можуть змінюватись в разі виникнення форс-мажорних обставин.

Вартість участі ВКЛЮЧАЄ: харчування (гарячий сніданок та вечеря, на обід – перекус), послуги інструктора-гіда, необхідне спорядження для сплаву (катамарани) та трансфер комфортабельним автобусом з/до Івано-Франківська.

Вартість участі НЕ ВКЛЮЧАЄ: вартість квитків до Івано-Франківська і назад, прокат особистого спорядження (намет, рюкзак, спальник, килимок), витрати не вказані в програмі (сувеніри, форс-мажор, кафе і т.п.)

Всі учасники сплаву на час його проведення проживатимуть в наметах, а харчування відбуватиметься в умовах «польової» кухні.

Харчування в період сплаву. В вартість включено:

27 липня: ранком невеликий сніданок (перекус), обід, вечеря.

28 липня: сніданок, обід, вечеря.

29 липня: сніданок, обід, вечеря.

30 липня: сніданок, обід.

За бажанням учасників з собою можна взяти алкоголь, м'ясо, сало тощо.

З собою обов'язково потрібно мати:

1. Навет, спальний комплект (мішок + каремат). Якщо їх не має, можна взяти в оренду в Івано-Франківську, про таку необхідність потрібно повідомити організаторів заздалегідь.
2. набір посуду (кружка, ложка, тарілка). Бажано не пластикові (погано миються і можуть зламатися). Краще металеві.
3. Панамка чи накидка на голову.
4. Сандали.
5. Одяг з довгим рукавом (сорочка, футболка).
6. Крем від засмаги.

Рекомендації стосовно одягу та спорядження для сплаву

Одяг для сплаву:

- шорти/тонкі штани – під час спеки, захист від опіків
- майка/футболка/тонка сорочка з рукавами/пляжна хустина – під час спеки, захист від опіків

- сандалі з кріпленням за п'ятку - при відчалі і причалі потрібно заходити у воду по коліна. Тому взуття повинне добре кріпитися до ноги і не розмокати
- блайзер/панамка – краще з полями, в блайзері обгорають вуха
- купальник/плавки
- вітрівка
- сонцезахисні окуляри
- крем від засмаги
- дощовик поліетиленовий
- рукавиці (можуть бути типу "велосипедні"- без пальців, для зручного тримання весла)
- крем від комарів

Цей комплект може промокнути повністю, але при цьому не потрібно брати багато одягу. На воду потрібно одягати одні і ті ж речі, а в табір мати суху заміну.

Одяг для табору:

- спортивний костюм для перебування в таборі, вечірніх прогулянок
- куртка або кофта - якщо стане прохолодніше
- зручний теплий одяг для сну
- кросівки, шкарпетки

Особисте спорядження:

- засоби гігієни - зубна щітка, паста, рушник.
- особистий посуд: тарілка, ложка, кружка. Не бажано брати 10 комплектів одноразового посуду, оскільки це призводить до масштабного забруднення.
- сумка дорожня/рюкзак – речі під час сплаву перебувають на палубі катамарана/рафта, транспортуються з судна на берег і назад, або в мікроавтобус при заїзді і виїзді.
- сміттєві мішки - для герметизації речей. Речі, які мають бути сухими кладете в мішок для сміття, зав'язуєте і кладете в сумку. Не бажано класти всю сумку в один пакет, оскільки при транспортуванні пакет легко рветься.
- Ліхтарик.
- сидушка - невеликий килимок з кріпленням на поясі, дасть можливість сісти де, коли і на чому завгодно
- фотоапарат/відеокамера, мобільні – знімати на воді можна, але потрібно забезпечити герметизацію і прив'язати до судна. Були випадки, коли фотоапарати тонули.
- спальний комплект (мішок+каремат (килимок)) – температурний режим комфорт 0 + 5. **Важливо!** Спальні комплекти надає організатор сплаву, але якщо Ви бажаєте взяти свій, повідомте про це, будь ласка.

Загальні рекомендації стосовно техніки безпеки під час сплаву

Учасник зобов'язаний:

1. Уважно поставитись до підготовки спорядження згідно рекомендованого списку.
2. Не вживати алкоголь під час активної частини маршруту (до стоянки на ночівлю).
3. Не курити на катамарані та в радіусі 2м біля нього.
4. На катамарані перебувати в рятувальному жилеті.
5. Виконувати вимоги інструктора.
6. Своїми діями не створювати ситуацій, які можуть становити небезпеку для Вас чи оточуючих.
7. При поганому самопочутті, травмі негайно сповістити про це інструктора.
8. Дотримуватись правил пожежної безпеки та руху під час сплаву.
9. Повідомити інструктора при необхідності тимчасово залишити групу.

Мобільний зв'язок та живлення

Територія, на якій проходить сплав, охоплена мережею мобільних операторів Київстар, Vodafone, проте є місця, де якість зв'язку значно знижується через природні перепони. Можливостей підзарядити мобільні пристрої не буде, тож намагайтесь берегти заряд акумулятора, використовуючи телефони чи інші гаджети лиш в разі крайньої потреби.