

ნიკო კვარაცხელია
ნაზი ალხანაშვილი

სათავბადასავლო ტურიზმი
საღმეცნიო კურსი

თბილისი, 2008 წელი

თემა 1. ტურიზმის განვითარების ისტორია

მოგზაურობის განვითარებას ვაჭრობამ ჩაუყარა საფუძველი. ვაჭრობის განვითარება მოითხოვდა სხვადასხვა ქვეყნების, მათი ტრადიციების ღრმა ცოდნას. ამ მიზნით შორეულ ქვეყნებში მოგზაურობდა მრავალი მეცნიერიც. უკვე V საუკუნეში ჩვენს წელთაღრიცხვამდე ბერძენმა მეცნიერებმა და მოგზაურებმა აღწერეს ეგვიპტე, მცირე აზია, კოლხეთი, ბაბილონი, პალესტინა და სხვა. ძველ ეგვიპტეში, სპარსეთში, საბერძნეთში, რომში დიდი პოპულარობით სარგებლობდა დასვენების ისეთი ფორმები, როგორცაა დოღი, მშვილდოსნობა, ნადირობა, ჭიდაობა და სხვა. საბერძნეთის ქალაქ ოლიმპიაში, სადაც ტარდებოდა ოლიმპიური თამაშები, უამრავი სპორტის თაყვანისმცემელი იყრიდა თავს ხმელთაშუა ზღვის აუზის ქვეყნებიდან, რასაც ვაჭრები იყენებდნენ საქონლის გაყიდვის ინტენსიფიკაციისთვის.

პოპულარული იყო მოგზაურობა ძველ რომშიც. რომის მდიდარი და ცნობილი ოჯახების წარმომადგენლებისთვის საბერძნეთში მოგზაურობა განათლების აუცილებელი შემადგენელი ნაწილი იყო, რომლის დროსაც ისინი შეისწავლიდნენ ბერძნულ ენას, ფილოსოფიას, კულტურას. ასეთი მოგზაურობები მოითხოვდა სასტუმრო მეურნეობის განვითარებას. ჯერ კიდევ პირველ საუკუნეში ჩვენს წელთაღრიცხვამდე რომის იმპერიაში დიდ ქალაქებსა და მთავარი გზების გასწვრივ განლაგებული იყო ე.წ. ფუნდუკები. ამ მიზნით შენდებოდა მოგზაურთა დროებით გასაჩერებელი სახლები, სასტუმროები, ელიტარული ფენების წარმომადგენლებისთვის - საზაფხულო აგარაკები, რეზიდენციები. არსებობდა დროებითი თავშესაფარის ორი სახე: პატრიციებისა და პლებეებისათვის.

თანდითან მრავალფეროვანი ხდებოდა მოგზაურობის მიზნებიც: სანახაობრივი, რელიგიური, სასწავლო და სხვა. მოგზაურობდნენ ვაჭრები, მსახიობები, შუა საუკუნეების ბედის მაძიებელი რაინდები, მომლოცველები და სხვა.. რელიგიური დღესასწაულების დროს უამრავი ქრისტიანი მოგზაურობდა და მოგზაურობს იერუსალიმსა და ვატიკანში, მუსულმანები კი მექასა და მედინაში.

XVI საუკუნის დასასრულს და XVII საუკუნის დასაწყისში მოგზაურობა რელიგიური მოტივაციით შეცვალა მოგზაურობებმა განათლების, თვითგანვითარების და სიამოვნების მიღების მიზნით. არისტოკრატები თავიანთ შვილებს უნივერსიტეტის დამთავრების შემდეგ რამდენიმე წლით აგზავნიდნენ ევროპის დიდ ქალაქებში სწავლის შემდგომი გაგრძელების და უცხო ენების დასაუფლებლად

XVII საუკუნის ბოლოს ევროპის ქვეყნების მდიდარი კლასის იმ წარმომადგენლებს, რომელნიც ცნობისმოყვარეობისთვის მოგზაურობდნენ სხვა ქვეყნებში “ტურისტებს”¹ უწოდებდნენ. XVII საუკუნის ბოლოს ტურისტული მოგზაურობის ძირითადი მიზანი იყო სხვა ხალხების კულტურის გაცნობა და სიამოვნების მიღება. ამ პერიოდში ინგლისსა და ევროპაში პოპულარობას იძენს კურორტებზე დასვენება და მოგზაურობა, რაც განპირობებული იყო სამკურნალო წყლების დადებითი ზემოქმედებით ჯანმრთელობაზე. აღსასანიშნავია ისიც, რომ მოსახლეობის მხოლოდ მდიდარ, პრივილეგირებულ ფენას შეეძლო ტურისტული მოგზაურობებით სარგებლობა.

XIX საუკუნე ტურიზმის განვითარებაში ყველაზე მნიშვნელოვანია იმ მხრივ, რომ ამ პერიოდში საფუძველი ჩაეყარა მასობრივ ტურიზმს, რაშიც დიდი როლი ითამაშა სარკინიგზო ქსელის და მრეწველობის სწრაფმა განვითარებამ, მოქალაქეების პირადი შემოსავლების და თავისუფალი დროის გაზრდამ და ტურისტული ინდუსტრიის შექმნამ. XIX საუკუნეში რკინიგზის ტრანსპორტის, ხოლო XX საუკუნეში ავიატრანსპორტის განვითარებით ადამიანებს მიეცათ სწრაფი, იაფი და შედარებით უსაფრთხო ტრანსპორტით სარგებლობის საშუალება.

თანამედროვე ტურისტული მოძრაობის დამფუძნებლად ითვლება ინგლისელი მღვდელი თომას კუკი, რომელმაც 1841 წელს რკინიგზით ლანკასტერიდან დოლგნგბორუგამდე მოაწყო გასეირნების ორგანიზება. ამისთვის მან სარკინიგზო კომპანიიდან ნახევარ ფასში შეიძინა 580 ბილეთი, რომლებიც მიჰყიდა თავის მრევლს–სიფხიზლისთვის მებრძოლ საზოგადოების წევრებს– ანტიალკოჰოლურ მიტინგზე დასასწრებად. შემდგომი კომერციული საქმიანობით თომას კუკმა ეტაპობრივად საფუძველი ჩაუყარა ტურიზმის ერთ-ერთ პოპულარულ ფორმას–ორგანიზებულ ტურიზმს. მომდევნო პერიოდში კუკის საზღვარგარეთული ტურების საზღვრები ფართოვდებოდა და ისინი სულ უფრო პოპულარულნი ხდებოდნენ. მალე თომას კუკს მხარში ამოუდგა ვაჟიშვილი ჯონ მეისონ კუკი, რომლის ინიციალების პირველი ასოების ერთობლიობას წარმოადგენს ამჟამად არსებული ტურისტული კომპანიის სახელწოდება–JMC (John Mason Cook). XIX საუკუნის დასასრულს კუკის ტურისტულ კომპანიას 53 ქვეყანაში ჰქონდა 324 ფილიალი, რომლებშიც დასაქმებული იყო 12000 ადამიანი; ამ დროს ტურიზმი უზრუნველჰყოფდა მხოლოდ საგზაო მომსახურებას და განთავსებას.

ტურიზმის განვითარებაზე მოქმედი ძირითადი ფაქტორებია:

¹. ტურიზმი (ფრანგ. Tourisme, tour_გასეირნებაა, გამგზავრება) მოგზაურობა, თავისუფალ დროს აქტიური დასვენების ერთ-ერთი ფორმა.

- ☞ მოტივაცია;
- ☞ გადაადგილების თავისუფლება;
- ☞ ინფრასტრუქტურა;
- ☞ დრო;
- ☞ თანხები.

თანამედროვე ტურიზმის განვითარება მოიცავს შემდეგ ეტაპებს:

*XIX საუკუნის დასაწყისამდე–ტურიზმის განვითარების წინაპერიოდი;

*XIX–XX სს–ელიტარული ტურიზმის განვითარების დასაწყისი;

*XX საუკუნის დასაწყისიდან მეორე მსოფლიო ომამდე–სოციალური ტურიზმის განვითარების პერიოდი;

*XX საუკუნის მეორე ნახევრიდან– მასობრივი საერთაშორისო ტურიზმის განვითარების პერიოდი;

*XX საუკუნის ბოლოდან საფუძველი ჩაეყარა დოფერენცირებული ტურისტული პროდუქტის განვითარებას.

XIX საუკუნეში ტურისტული მოგზაურობების ორგანიზებას აწეობდნენ აგრეთვე ტურიზმის ბიზნესით დასაქმებული ფირმები და პიროვნებები; ეს იყო საგანმანათლებლო, სათხილამურო და სხვა ტურები. დროთა განმავლობაში ტურიზმი სულ უფრო მეტად მისაწვდომი ხდებოდა ხალხის ფართო მასებისთვის; ამჟამად ტურიზმს მოსახლეობის უდიდესი ნაწილი მისდევს.

ტურიზმის ფორმებთან ერთად იხვეწებოდა ტურიზმის ერთ-ერთი ძირითადი კომპონენტი – სასტუმრო მეურნეობა. შუა საუკუნეებში ღამის გათევის საშუალებები უმთავრესად პილიგრიმებისა და ვაჭრებისათვის ეწყობოდა. ევროპაში პირველი, სამოც ადგილიანი სასტუმრო აშენდა 1788 წ. ქალაქ ნანტში. 1800 წლიდან რიგ ქვეყნებში გაჩნდნენ რესტორნები მაღალი დონის მომსახურებით; XVII – XVIII საუკუნეებში შექმნილი სასტუმროები უკვე აღჭურვილნი იყვნენ სატრანსპორტო საშუალებების გასაჩერებელი ადგილით. სიტყვა “ოტელი” საფრანგეთში XVIII საუკუნეში გავრცელდა და ოტელის ქვეშ იგულისხმებოდა მრავალბინიანი ნაგებობები, რომლებშიც ბინები გარკვეული დროით ქირავდებოდა; მალე ეს ტერმინი გავრცელდა სხვა ქვეყნებშიც; მან შეცვალა დასახელება “ტავერნაც”.

XX საუკუნის 50-იანი წლებიდან მნიშვნელოვნად გაფართოვდა ტურისტული ქვეყნების რიცხვი. 1980 წელს ხუთმეტმა ქვეყანამ მიიღო 25 მლნ უცხოელი ტურისტი, 2000 წელს კი 70-მა ქვეყანამ მიიღო 70 მლნ-ზე მეტი ტურისტი. ადრინდელისგან განსხვავებით თანამედროვე ტურიზმი განაწილებულია მთელი წლის მანძილზე და ძალზე მრავალფეროვანია მიზნების, ხანგრძლივობის, დაბინავების საშუალებების სახეების მიხედვით.

1.1. საქართველო და ტურიზმი

საქართველო უძველესი ცივილიზაციის ნაწილია, ქრისტიანული კულტურის, დამწერლობის, ლეგენდების და ტრადიციების ქვეყანაა; მისი სახელმწიფოებრიობა 3000 წელს ითვლის.

საქართველოში აღმოჩენილია პირველი ევროპელის თავის ქალა, რომელიც მილიონ შვიდასი ათასი წლისაა. ქართული კულტურისადმი ინტერესი გააჩნდათ ძველ ბერძნებს და რომაელებს. ბერძნული ლეგენდის თანახმად 3500 წლის წინ, მაშინდელ ქართულ სახელმწიფოში – კოლხეთში იმოგზაურეს არგონავტებმა ოქროს საწმისის ქვეყნის მოსანახულებლად. კოლხეთის მეფის ასულის მედეადან, რომელიც სრულყოფილად ფლობდა ხალხური მედიცინის საიდუმლოებებს, წარმოსდგება სახელწოდება მეცნიერების მნიშვნელოვანი დარგის – მედიცინის.

უფრო ადრინდელი ბერძნული ლეგენდის თანახმად, საქართველოსთან არის დაკავშირებული პრომეთე, რომელიც კაცობრიობისთვის ცეცხლის გადაცემის გამო კავკასიის მთებზე მიაჯაჭვეს.

ქართული დამწერლობა ერთ-ერთია მსოფლიოში არსებული 14 დამწერლობიდან, რომლებსაც იყენებს მსოფლიოში არსებული 3000 ერი და ეროვნება.

საქართველო აღიარებულია ღვინის სამშობლოდ, მსოფლიოში ცნობილი 2000 ყურძნის ჯიშიდან 500 ქართულია. საქართველო უძველესი ქრისტიანული, ღვთისმშობლის წილხვედრი ქვეყანაა, სადაც ქრისტიანობა ოფიციალურ რელიგიად გამოცხადდა 337 წელს.

საქართველოში შიდა ტურიზმის განვითარების დასაწყისად ითვლება 1921 წ – გ. ნიკოლაძის ხელმძღვანელობით მოწყობილი მასობრივი 2 დღიანი ლაშქრობა მარშრუტით: თბილისი–კოჯორი–კიკეთი–წყნეთი–თბილისი. ამ ლაშქრობაში 145 ადამიანი მონაწილეობდა. გ. ნიკოლაძის ინიციატივით დამკვიდრდა ყოველ შაბათ–კვირას ერთი, ორი, ან რამდენიმე დღიანი ხალხმრავალი ლაშქრობები სხვადასხვა მიმართულებით.

საბჭოთა ხელისუფლების წლებში საქართველოში ტურიზმის შემდგომი განვითარების მიზნით შეიქმნა პროლეტარული ტურიზმის საზოგადოება, რომელიც საკავშირო პროლეტარული ტურიზმის საზოგადოების ფილიალს წარმოადგენდა. 1990 წლამდე საქართველოში მოქმედებდა 65 ტურისტული ობიექტი 20000 საწოლის ტევადობით. იგი ემსახურებოდა 800 000-ზე მეტ ტურისტს, საერთაშორისო ტურიზმი კი საქართველოში წარმოდგენილი იყო “ინტურისტის” 21 დაწესებულებით (სასტუმროები, კემპინგები, მოტელები), რომელიც წელიწადში 300 000 უცხოელ

ტურისტს მასპინძლობდა; საქართველოზე გადიოდა 87 ტურისტული მარშრუტი, მათ შორის 61 – საკავშირო მნიშვნელობის. 1980-იან წლებში საქართველოში ყოველწლიურად ჩამოსულ ტურისტთა და სამკურნალოდ ჩამოსულ დამსვენებელთა რიცხვი შეადგენდა 4 მილიონს.

საქართველოს დიდი ტურისტული პოტენციალი გააჩნია, რასაც განსაზღვრავს შავი ზღვის სანაპირო ზოლი, დიდი და მცირე კავკასიონის მთაგრები და კურორტები. საქართველოს სხვადასხვა კლიმატურ ზონებში განლაგებულია 102 კურორტი, აღრიცხული და შესწავლილია 2000-ზე მეტი მინერალური სამკურნალო წყალი.

“ველური ბუნების მსოფლიო ფონდის” ექსპერტ მიხეილ ზუკოვის აზრით “არცერთ ქვეყანას ევროპაში არ გააჩნია ისეთი მდიდარი ფლორა და ფაუნა, როგორც საქართველოს. ევროპის ვერცერთ ქვეყანაში ვერ ნახავთ მცირე ტერიტორიაზე რელიეფის ისეთ მრავალფეროვნებას, როგორც საქართველოში. ამასთანავე ევროპაში არ მოიძებნება ქვეყანა, სადაც ისინი ბუნებრივი ლანდშაფტების ველური სახით იქნება შემონახული”

ტურისტებს შეუძლიათ საქართველოში ნახონ არა მარტო ულამაზესი ბუნება და ლანდშაფტები, არამედ 12 000 ისტორიული ძეგლი, რომელთაგან 5000-ს სახელმწიფო იცავს, ოთხი მათგანი კი 1994 წლიდან შესულია “იუნესკოს” მსოფლიო მნიშვნელობის ძეგლთა სიაში; ესენია: მცხეთა, გელათის სამონასტრო კომპლექსი, ბაგრატის საკათედრო ტაძარი და უშგულის არქიტექტორული ანსამბლი.

ამჟამად საქართველოში ტურიზმი თვისობრივად ახალ სისტემაზე გადადის. საქართველოში ტურიზმის განვითარების სტრატეგიული გეგმის სწორად გააზრების მიზნით 1998-2001 წლებში დამუშავებული პროექტების საფუძველზე უცხოელი და ქართველი ექსპერტების მონაწილეობით შესწავლილი იქნა საქართველოში ტურიზმის განვითარების მდგომარეობის სხვადასხვა ასპექტები და დამუშავებული იქნა “საქართველოში ტურიზმის განვითარების კონცეფცია და სამოქმედო პროგრამა”. კონცეფცია ეფუძნება ტურიზმის მდგრადი განვითარების აღიარებულ პრინციპებს.

საკონტროლო კითხვები

1. რამ განაპირობა ტურიზმის განვითარება?
2. ჩამოთვალეთ მოგზაურობების ძირითადი მოტივები.

3. რომელ საუკუნეში გაჩნდა ტერმინი “ტურისტები” და ვის უწოდებდნენ ტურისტებს?
4. რომელ საუკუნეში ჩაეყარა საფუძველი მასობრივ ტურიზმს?
5. ვინ იყო თომას კუკი და რა როლი შეასრულა მან მასობრივი ტურიზმის განვითარებაში?
6. რა იცით სასტუმრო მეურნეობის განვითარების შესახებ?
7. რომელ ეტაპებს გამოყოფდით ტურიზმის განვითარებაში?
8. დაახასიათეთ საქართველოს ტურისტული პოტენციალი.
9. ვინ ჩაუყარა საფუძველი საქართველოში მასობრივ ტურიზმს?
10. როდის დამუშავდა “საქართველოში ტურიზმის განვითარების ეროვნული კონცეფცია და სამოქმედო პროგრამა” და რას ეყრდნობა ის?

ნ ალხანაშვილი

თემა 2. სათავგადასავლო ტურიზმის ბაზარი. მოთხოვნა და მიწოდება

ტურიზმი არის ადამიანის თავისუფალი, ნებაყოფილობითი გადაადგილება თავისი საცხოვრებელი ადგილიდან დასვენების, გაჯანსაღების, ისტორიის და კულტურის ძეგლების დათვალიერების და/ან სხვა მიზნით.

ტურისტები არის ფიზიკური პირი, რომელიც ნებაყოფილობით მოგზაურობს მუდმივი საცხოვრებელი ადგილის ფარგლებს გარეთ დასვენების, გაჯანსაღების, საქმიანი ან სხვა მიზნით, არა ნაკლებ 24 საათისა და არა უმეტეს ერთი წლის ვადით და რომლის მოგზაურობაც არ ანაზღაურდება დროებითი ყოფნის ადგილის საფინანსო წყაროებიდან

ტურიზმი არის ტურიზმის ორგანიზატორთა და ტურისტების მრავალმხრივი ეკონომიკური საქმიანობა. თითოეული ქვეყანა ისწრაფვის გამოიყენოს თავისი ტურისტული რესურსები შემოსავლების მიღების მიზნით. ტურისტების მოსახიდად საჭიროა ისეთი ტურისტული ინდუსტრიის და ინფრასტრუქტურის არსებობა, რომელიც შესძლებს ტურისტის მომსახურებას და უსაფრთხოებას გარკვეული დონით; ამ მიზნით წინასწარ საჭიროა ტურისტული რესურსების, მათი პოტენციალის, ტურისტული ინდუსტრიის თავისებურებების, მოსახლეობის ჯგუფების დემოგრაფიული მახასიათებლების, ტურისტული ნაკადების პროგნოზირება-რეგულირების შესწავლა და შეფასება; გათვალისწინებული უნდა იქნას აგრეთვე ტურისტების მიმღები ადგილობრივი მოსახლეობის პრობლემებიც.

ტურისტული რესურსების ეფექტური გამოყენებისა და ტურისტების მისაღებად აუცილებელია მათი ცხოვრების წესის, ეროვნული ხასიათის თავისებურებების, ტურისტული ობიექტების ადექვატურად აღქმის შესაძლებლობების შესწავლა. ეს მაჩვენებლები აუცილებელია ტურისტული

პროდუქტის, მომსახურების ფორმის და მოცულობის, აგრეთვე ექსკურსიების დაგეგმვისთვის.

ტურისტული ცენტრები და რეგიონები ტურიზმიდან იღებენ არა მარტო შემოსავალს, არამედ ხარჯავენ დიდ თანხებს ტურისტული ინდუსტრიის ჰარმონიული განვითარებისათვის და ტურისტული პროდუქტის წინ წაწევისთვის შიგა და გარე ბაზარზე; ეს ხარჯები გამართლებულია იმით, რომ ისინი საშუალებას იძლევიან მიიღონ უფრო მეტი შემოსავალი ტურიზმიდან.

ცნობილია, რომ ეკონომიკა სწავლობს დეფიციტური რესურსების და მოცემულ რესურსებსზე ადამიანების საჭიროებებისა და მოთხოვნების წონასწორობაში მოყვანის ხერხებს. ძირითად ეკონომიკურ პრობლემას წარმოადგენს ის, რომ ბუნებრივი რესურსები ამოწურვადია, ხოლო ადამიანების მოთხოვნა მათზე განუსრელად იზრდება და ხშირად მოთხოვნა აჭარბებს არსებულ რესურსებს.

ტურიზმის ეკონომიკა არის დეფიციტური ტურისტული რესურსების, სამუშაო ძალის, კაპიტალის, მიწის და რესურსების გამოყენება ტურისტული პროდუქტის საწარმოებლად და ამ პროდუქტის განაწილება სხვადასხვა მომხმარებელს შორის.

ტურიზმის ეკონომიკა განიხილება ორ სხვადასხვა დონეზე: მიკროდონეზე განიხილება ცალკეული ფირმები და მომხმარებლები, ხოლო მაკროდონეზე—ეკონომიკა, როგორც მთლიანი სისტემა სახელმწიფო დონეზე.

ტურისტული ბაზარი წარმოადგენს გარემოს, სადაც ტურისტული პროდუქტის პოტენციალური მყიდველები და გამყიდველები იკრიბებიან თანხისა და ტურისტული პროდუქტის (მომსახურების) გაცვლის მიზნით.

ტურისტული ბაზარი თავისი ბუნებით წარმოადგენს მონოპოლისტური კონკურენციის ბაზარს, რადგან მასზე წარმოდგენილია უამრავი ბრენდი და არა უნიფიცირებული პროდუქტები. მონოპოლისტური ბაზარი წარმოადგენს სრულყოფილი ბაზრის საპირისპირო ტიპს, სადაც ბაზარზე მხოლოდ ერთი გამყიდველია და შესაბამისად იგი ადგენს პროდუქტის ფასს.

ტურისტული ბაზრის მრავალფეროვნება (ბრენდები) გამოწვეულია იმით, რომ თითოეული ტურისტული პროდუქტი მიახლოებულია ინდივიდის მოთხოვნის დასაკმაყოფილებლად.

ისევე, როგორც ნებისმიერი ბაზრის, ტურისტული ბაზრის მთავარი კომპონენტებია მოთხოვნა და მიწოდება და ის, თუ როგორ ურთიერთქმედებენ ისინი ბაზარზე ფასების მექანიზმის მეშვეობით.

ტურისტული მოთხოვნა არის ტურისტული პროდუქტის და მომსახურების რაოდენობა, რომლის შექმნის სურვილი და შესაძლებლობაც აქვთ მყიდველებს კონკრეტულ ფასად ღრის განსაზღვრულ მონაკვეთში კონკრეტულ ბაზარზე.

XX საუკუნის 70-იანი წლების შუა პერიოდში მსოფლიოს ტურისტულ ბაზარზე ტურისტული პროდუქტის მოთხოვნაზე შესამჩნევი გარდატეხა მოხდა; ტურისტებში შთაბეჭდილებებისა და სიამოვნების მიღების სურვილთან ერთად იმატა მოთხოვნამ მკვეთრ შთაბეჭდილებებზე, მოულოდნელ სიურპრიზებზე, დახვეწილ სიამოვნებაზე. ტურისტულმა მოთხოვნამ არ დაკარგა მასობრივი ხასიათი, მაგრამ იგი შედარებით დაბალი ტემპებით იზრდებოდა; ტურისტებად კვლავინდებურად რჩებოდნენ ელიტარული საზოგადოებისა და საშუალო კლასის წარმომადგენლები, თუმცა 80-იან წლებში ტურიზმში ჩაერთო დაბალი შემოსავლების მქნე მოსახლეობაც, ბაზარზე ცვლილებებს კი განსაზღვრავდა არა იმდენად მოთხოვნის დონე, რამდენადაც ტურისტული მოთხოვნის ხასიათი; მოხდა მასობრივი კონვეიერული ტურიზმის ტრანსფორმაცია მასობრივ დიფერენცირებულ ტურიზმში. კონვეიერული ტურიზმისთვის დამახასიათებელია ტურისტების მოთხოვნებისა და მოტივაციების უნიფიცირება და ტურპროდუქტის სტანდარტული ფორმები. დიფერენცირებული ტურიზმი კი კონვეიერული ტურიზმისაგან განსხვავებით უფრო მრავალფეროვანია. XX საუკუნის 80-იან წლებში ბაზარზე შექმნილი სიტუაცია ამჟამადაც დამახასიათებელია.

ბაზარზე ტურისტულ პროდუქტზე მოთხოვნის ტემპის არსებითად შენელება მიუთითებს ბაზრის გაჯერებაზე, მაშინ, როცა ტურისტული პროდუქტის ახალი სახეობების ფორმირებასა და არასრულად გამოვლენილი მოთხოვნილებების ფონზე, მოთხოვნის შემდგომი აქტივიზაცია შესაძლებელია მხოლოდ მიწოდების სიდრმისეული ცვლილებების პირობებში.

სათავგადასავლო ტურიზმის უმთავრესი კონცეფცია უნდა განხილულ იქნას მიწოდებისა და მოთხოვნების ურთიერთდაკავშირებულ ფაქტორთა სისტემად.. როგორც ზოგადად ტურიზმის, ისე სათავგადასავლო ტურიზმის მოთხოვნების ფაქტორებს წარმოადგენს საერთაშორისო და შიდა ტურისტული ბაზრები და ადგილობრივი მოსახლეობა, რომლებიც სარგებლობენ ტურისტული ღირსშესანიშნაობებით, ობიექტებით და მომსახურებით.

მიწოდება მოიცავს ტურისტულ ღირსშესანიშნაობებს, მომსახურების სახეობებს, განთავსების საშუალებებს და სხვა ტურისტულ ობიექტებს და მომსახურებას.

ღირსშესანიშნაობები აერთიანებს ნაკრძალებს, ეროვნულ და თემატურ პარკებს, ბოტანიკურ ბაღებს და სხვა.

მომსახურების სახეობები დაკავშირებულია ღირსშესანიშნაობების მომსახურებასთან.

განთავსების საშუალებებს ეკუთვნის სასტუმროები, მოტელები, კემპინგები და სხვა.

სხვა ტურისტული ობიექტების და მომსახურების კატეგორია აერთიანებს ტურებისა და მოგზაურობების ორგანიზაციას, რესტორნებს, მაღაზიებს, საბანკო მომსახურებას, სამედიცინო მომსახურების პუნქტებსა და სამსახურებს.

არსებობს პირველადი და საწარმოო, ანუ მეორადი მიწოდება. პირველად მიწოდებას მიეკუთვნება საბაზო ინფრასტრუქტურა, რომელიც საჭიროა ტურიზმის განვითარებისთვის (სატრანსპორტო ხაზები, უტილიზაციის და მომარაგების სისტემები, კომუნიკაციების საშუალებები). პირველად მიწოდებას მიეკუთვნება აგრეთვე ბუნებრივი და კულტურული ღირსშესანიშნაობები (ისტორიული, რელიგიური ნაგებობები, სტუმარმასპინძლობა, ტრადიციები და ა. შ.)

ტურიზმში ბუნებრივი და კულტურული ღირსშესანიშნაობების გამოყენებას უზრუნველყოფს **საწარმოო, ანუ მეორადი მიწოდება** (სატრანსპორტო საწარმოები, მომსახურების ობიექტები, განთავსება, კვება და ა.შ.).

ტურიზმში პირველადი და მეორადი მომსახურების ერთობლიობა ქმნის ტურისტულ ინდუსტრიას. ტურიზმის სფეროში მიწოდება-მოთხოვნას შორის ფარდობა განსხვავდება სხვა ეკონომიკური პროცესებისგან იმით, რომ ტურპროდუქტი, სხვა ნებისმიერი პროდუქტისაგან განსხვავებით, შეუძლებელია შევამოწმოთ ყიდვის დროს ადგილზე, ან უკან დავაბრუნოთ, თუკი ის არ მოგვეწონება. ამ სპეციფიკიდან გამომდინარე მიწოდება გარკვეულწილად განსაზღვრავს მოთხოვნას და არა პირიქით.. საქმე იმაშია, რომ ტურისტულმა კომპანიამ შეიძლება გავლენა მოახდინოს ტურისტის გადაწყვეტილების მიღებაზე მომხმარებლისთვის მაღალი ხარისხის ინფორმაციის მიწოდებით.

დასვენების დაგეგმვის გადაწყვეტილების მიღების პროცესში მომხმარებელზე გავლენას ახდენს აგრეთვე ისეთი ფაქტორები, როგორცაა პირადი მოტივაცია, თავისუფალი დროის სიდიდე, შემოსავლების დონე და სხვა.

საკონტროლო კითხვები

1. რა არის საჭირო ტურისტული რესურსების ეფექტური გამოყენებისთვის?
2. რაში მდგომარეობს ძირითადი ეკონომიკური პრობლემა ტურიზმში?

3. რომელ დონეებზე განიხილება ტურიზმის ეკონომიკა და რა არის ტურისტული ბაზარი?

4. რა განაპირობებს ტურისტული ბაზრის მრავალფეროვნებას და რა არის ტურისტული მოთხოვნა?

5. განმარტეთ კონვეირული და დიფერენცირებული ტურიზმი.

6. რა იგულისხმება ტურისტულ ბაზარზე მიწოდებაში?

7. რა განსხვავებაა პირველად და საწარმოო მიწოდებებს შორის?

8. რა არის ტურისტული ინდუსტრია?

9. რით განსხვავდება ტურპროდუქტი ნებისმიერი სხვა პროდუქტისგან?

ნ ალხანაშვილი

თემა 3. სათავგადასავლო ტურიზმის ფორმები და სახეები

ტურიზმის მასობრივი და სწრაფი განვითარება ძირითადად XX საუკუნის მეორე ნახევრისთვისაა დამახასიათებელი და განპირობებულია XIX და XX საუკუნეებში მომხდარი სოციალურ-ეკონომიკური ცვლილებებით. ტექნოლოგიური ინოვაციების წყალობით ამჟამად მოგზაურობა გაცილებით სწრაფი, უსაფრთხო და საიმედოა. ტურისტთა რიცხვი ყოველწლიურად იზრდება; ტურისტებს გადააქვთ ფასეულობები ერთი საზოგადოებიდან მეორეში.

ტურიზმის ძირითადი სახეობებია:

➔ შიდა (ადგილობრივი) ტურიზმი;

➔ გამყვანი ტურიზმი – მოგზაურობა სხვა ქვეყნებში;

➔ შემომყვანი ტურიზმი – ამა თუ იმ ქვეყანაში ადამიანთა ჩამოსვლა .მოგზაურობის მიზნით.

ტურიზმის მიმართულებების კლასიფიკაცია შეიძლება მოხდეს:

⇒ ტურისტული პროდუქტის თვისებების;

⇒ მომსახურების;

⇒ განთავსების;

⇒ სატრანსპორტო საშუალებების და ა.შ. მიხედვით.

სათავგადასავლო ტურიზმი ითვალისწინებს მინიმუმ ორს შემდეგი სამი საქმიანობიდან: ფიზიკური აქტივობა, ბუნებასთან ურთიერთობა და კულტურათა ურთიერთობა.

3.1.აქტიური და პასიური ტურიზმი

ტურიზმის სახეობათა დაყოფას აქტიურ და პასიურ ტურიზმად საფუძვლად უდევს გადაადგილების სახეობების და ტურიზმის პროცესში ადამიანის საქმიანობის ინტენსივობა. აქტიურ ტურიზმს მიაკუთვნებენ დასვენების, მოგზაურობის, გართობის და სპორტის ისეთ ფორმებს, რომლებიც საჭიროებენ

მნიშვნელოვან ფიზიკურ დაძაბულობას და არ არიან მისაწვდომი ტურიზმის ყველა კატეგორიისთვის. მათ რიცხვს ეკუთვნის კლდეზე ცოცვა, სპორტული თამაშები, სწრაფ მდინარეზე ტივით დაშვება, საფარი² და სხვა. აქტიურ ტურიზმს მიეკუთვნება სათავედასავლო ტურები, მაგალითად ეგზოტიკური ადგილების, ვულკანების, ჩანჩქერების მონახულება. ცალკეულ შემთხვევებში ასეთი ტურები გარკვეულ რისკთან და მნიშვნელოვან ფიზიკურ დატვირთვასთან არიან დაკავშირებული, მოითხოვენ დიდ ცოდნას და გამბედაობას. მაგალითად ცურვა ჩქარ მდინარე კოლორადოზე გასაბერი ნავით; პოპულარულია დასვენება სამთო-სათხილამურო კურორტებზე და მოითხოვს მონაწილეთა სერიოზულ ფიზიკურ მომზადებას. ტურიზმის ასეთი სახეობა ახლოს დგას სპორტულ ტურიზმთან, თუმცა მეორე შემთხვევაში მარშრუტები უკეთესად არის მომზადებული, პირობები გაცილებით კომფორტულია და რისკ-ფაქტორებიც მინიმუმამდეა დაყვანილი გამყოლების, შუალედური ბანაკებისა და აღჭურვილობის ხარჯზე.

პასიურ ტურიზმს ეკუთვნის მშვიდი და ნაკლებად დაძაბული ტურისტული მოგზაურობები, განკუთვნილი იმ ადამიანებისთვის, რომლებიც ირჩევენ დასვენების დინჯ ფორმას და უპირატესობას ანიჭებენ შემეცნებითი ხასიათის ტურებს. დასვენების ასეთ ფორმებს მიეკუთვნება ზღვის, მთის, წყალ-სამკურნალო კურორტებზე დასვენება, გამაჯანსაღებელი ტურები. მათი მომხმარებლები არიან უმთავრესად უფროსი ასაკის ტურისტები და პენსიონერები.

სათავედასავლო ტურიზმი აერთიანებს ბუნებაში აქტიური გადაადგილების და დასვენების ხერხებთან დაკავშირებულ ყველა მოგზაურობას, რომელთა მიზანია ახალი შეგრძნებების, შთაბეჭდილებების მიღება, ტურისტების ფიზიკური ფორმის გაუმჯობესება და სპორტული წარმატებების მიღწევა. სათავედასავლო ტურიზმს ეკუთვნის ალპინიზმი, კლდეზე ასვლა, ყინულზე გადაადგილება, სპელეოტურიზმი³, სამთო და საფეხმავლო ტურიზმი, საწყალოსნო, სათხილამურო, კანიონინგი⁴, საცხენოსნო ტურიზმი, მაუნტბაიკინგი⁵, დაივინგი⁶, პარაპლანერიზმი⁷, ბუნებაში

². საფარი – აქტიური ტურიზმის სახეობა, ეგზოტიკური ექსპედიციის სახე, სამონადირეო ექსპედიცია (წარსულში ძირითადად აფრიკაში), ახლა ასოცირებულია სათავედასავლო მოგზაურობასთან.

³. სპელეოტურიზმი – ტურიზმის სახეობა, რომლის დროსაც ხორციელდება სხვადასხვა კატეგორიის მოგზაურობები გამოქვაბულებსა და მღვიმეებში.

⁴. კანიონი – მდინარის დრმა ხეობა ძალიან ციცაბო ფერდობებით და შედარებით ვიწრო ფსკერით, რომელიც დაკავებული აქვს მდინარის კალაპოტს; მაგალითად მდინარე კოლორადოს დიდი კანიონი აშშ-ში.

⁵. მაინტბაიკინგი – აქტიური ტურიზმის სახეობა, სპეციალურად აღჭურვილი სამთო ველოსიპედებით; სამთო ბილიკებზე და გრუნტის გზებზე მოგზაურობა.

⁶. დაივინგი – აქტიური ტურიზმის სახეობა, ყვინთვა აკვალანგებით წყალქვეშა სამყაროს დათვალიერების მიზნით.

გასვლა, თევზაობა, ფოტონადირობა, ზამთარში მოტო-ციგებით, ან ჯიპებით მგზავრობა ძნელად მისადგომ ადგილებში და სხვა. ტურიზმის ჩამოთვლილი სახეობებიდან ზოგიერთი მათგანი დიდი ხანი არ არის რაც წარმოიქმნა და ითვლება ექსტრემალურად, რადგანაც დაკავშირებულნი არიან დიდ რისკთან. ტურიზმის ეს სახეები ყველაზე სწრაფად განვითარებადნი, შემოსავლიანი, თუმცა ძვირადღირებულნი არიან.

სათავგადასავლო ტურიზმს ხშირად უწოდებენ “მძიმე ტურიზმს”, რადგანაც ტურისტების სწრაფვა თავგადასავლებისკენ აღემატება ბუნების დაცვის სურვილს.

სათავგადასავლო ტურიზმს ხშირად აიგივებენ სპორტულ ტურიზმთან (ალპინიზმი, პარაპლანერიზმი და სხვა) და აქტიურ ტურიზმთან, როცა ტურისტები გადაადგილდებიან ე.წ. აქტიური ხერხების დახმარებით (ფეხით, ველოსიპედზე, ნავებზე, ტივებზე და ა.შ.). სპორტული ტურიზმი, როგორც მოგზაურობა სპორტით დასაქმების (ვარჯიშის) მიზნით, ან შეჯიბრებაზე დასასწრებად, მოიცავს ტურიზმის იმ სახეებსაც, რაც არ არის დაკავშირებული თავგადასავლებთან, რისკთან. მაგალითაად, ფეხბურთის გუნდი, რომელიც მიემგზავრება სასწავლო-საგარჯიშო შეკრებებზე, ან ფანატი გულშემატკივრები, რომელნიც მიჰყვებიან თავიანთ გუნდს გასვლით მატჩებზე.

ამავე დროს სათავგადასავლო ტურიზმი მოიცავს გადაადგილების არააქტიურ ხერხებთან დაკავშირებულ მოგზაურობებსაც; მაგალითად ჯიპინგი—მოგზაურობა უსწორმასწორო ადგილებში მაღალი გამავლობის ავტომობილებზე, ან ბაზე—საფრენი აპარატებიდან არკიანი ხიდებიდან, ტელეანძებიდან, დაკიდული კლდეებიდან სპეციალური პარაშუტებით ხტომა, ან ღრმა ჩაყვინთვები.

ამჟამად მსოფლიო ბაზარზე სათავგადასავლო ტურები არის არა მარტო მოგზაურობები თავგადასავლებით, არამედ ტურები რაიმე არაჩვეულებრივი ელემენტებით. დასავლეთში მოყვარულებს სთავაზობენ საიდუმლო სათავგადასავლო მოგზაურობებს; ასეთი ტურების მონაწილეებისათვის ტურის პროგრამა წინასწარ არ არის ცნობილი და ორგანიზატორებისგან სიურპრიზებს შეიცავენ.

ტურისტული ბაზარის მოცემულ სეგმენტზე ერთი და იგივე ტუროპერატორმა შეიძლება შესთავაზოს მომსახურებათა ფართო სპექტრი დაწყებული ბანალური საფეხმავლო გასეირნებიდან ტყეში, ანტარქტიდაზე ექსპედიციამდე. მაგალითად

⁷. პარაპლანერიზმი, პარაგლაიდინგი – აქტიური ტურიზმის სახეობა, მოგრძო ფორმის პარაშუტით მთის სიმაღლეებიდან დაშვება (შესაძლებელია თხილამურების გამოყენებითაც).

ერთ-ერთი ინგლისელი ტუროპერატორი “Exodus” სთავაზობს მომხმარებელს შემდეგ სათავეგადასავლო ტურებს:

- ✘ მოგზაურობა პლანეტის შორეულ რეგიონებში აქტიური გადაადგილებით;
- ✘ ხანმოკლე, არაძვირი ტურები ევროპის დაცულ ბუნებრივ ტერიტორიებზე (დბტ) ველოსიპედებზე, ან ფეხით გადაადგილებით.
- ✘ საფეხმავლო მოგზაურობა სპეციალურ ეკოლოგიურ ბილიკებზე ტვირთის გადატანის გარეშე (ტურისტის ტვირთი გადააქვს სპეციალურ მზიდავს, ან ტრანსპორტს); ეს არის სათავეგადასავლო ტურიზმის საბაზისო სახე;
- ✘ მოგზაურობა მნიშვნელოვანი ფიზიკური დატვირთვით დაახლოვებით ერთი კვირის მანძილზე, რომელიც მოიცავს რაფტინგს, კანიონინგს, სპელეოლოგიას, კლდეზე ცოცვას, თევზჭერას, ჯიპინგს;
- ✘ მოგზაურობა სპეციალურად საცხოვრებლად გადაკეთებულ მაღალი გამავლობის სატვირთო ავტომობილებზე; როგორც წესი, ასეთი ტურები ეწყობა თბილი კლიმატის ქვეყნებში (აფრიკა, სამხრეთ ამერიკა, სამხრეთ-აღმოსავლეთ აზია და ერთი მოგზაურობისას ტურისტები სტუმრობენ რამდენიმე ქვეყანას.

საკონტროლო კითხვები

1. ჩამოთვალეთ აქტიური ტურიზმის ფორმები.
2. ტურიზმის რომელ ფორმებს მიაკუთვნებენ პასიურ ტურიზმს?
3. ჩამოთვალეთ სათავეგადასავლო ტურიზმის მიზნები.
4. რატომ უწოდებენ სათავეგადასავლო ტურიზმს “მძიმე” ტურიზმს?
5. თქვენი აზრით სპორტული და სათავეგადასავლო ტურიზმი ერთი და იგივეა?
6. განმარტეთ რა არის ჯიპინგი, ბაზე?
7. რას გულისხმობენ მსოფლიო ბაზარზე სათავეგადასავლო ტურიზმში?
8. სათავეგადასავლო ტურიზმის რომელი სახეები იცით?

პროფ. ნ. კვარაცხელია

თემა 4. სპორტული ტურიზმი და ალპინიზმი

ისევე როგორც სპორტის მრავალი სახეობა, ტურიზმი დაკავშირებულია ფიზიკური კულტურის სხვადასხვა კომპონენტთან. საბაზო ფიზიკურ კულტურაში ტურიზმი წარმოდგენილია სასკოლო, პროფესიონალურ-გამოყენებითი ფიზიკური კულტურის სახით -- ადგილობრივი ორიენტირების ელემენტები და სხვადასხვა ბუნებრივი წინააღმდეგობების გადალახვა.

ტურიზმის ელემენტები გამოიყენება აქტიური დასვენების მიზნით, ხოლო გამაჯანსაღებელ-სარეაბილიტაციო ფიზიკურ კულტურაში – როგორც დაავადებების სამკურნალო საშუალებები და ასევე ორგანიზმის ნორმალური ფუნქციონირების აღმდგენი, ტურისტთა ცენტრების ეკოლოგიური, კლიმატოლოგიური და კურორტოლოგიური ფაქტორების გათვალისწინებით.

სპორტულ-გამაჯანსაღებელ ტურიზმში საკმაოდ ეფექტურად რეალიზირდება არა მარტო ფიზიკური კულტურის სპეციფიური ფუნქციები: საგანმანათლებლო, გამოყენებითი, სპორტული, რეკრეაციული და გამაჯანსაღებელ-სარეაბილიტაციო, არამედ აღმზრდელობითიც. სპორტულ-გამაჯანსაღებელი ტურიზმი გამოიყენება როგორც საშუალება - მოზარდი თაობის ფიზიკური, ესთეტიური, შრომითი, მორალურ-ზნეობრივი, პატრიოტული აღზრდის, ასევე გარე სამყაროსა და ბუნებრივ პირობებში ადამიანის შეცნობის საშუალება. ტურიზმი აღმზრდელობით ზემოქმედებას ახდენს შედარებით მარტივი და მისაწვდომი საშუალებებით: ლაშქრობები, მოგზაურობები, ექსკურსიები, გასეირნება, ტურისტთა შეკრებები და შეჯიბრებები, ასევე მხარეთმცოდნეობითი და ბუნებისდამცავი საქმიანობები.

ტურიზმში აღზრდის ყველა სახეობა რეალიზირდება კომპლექსურად, ბუნებრივ პირობებში -- საჭირო არ არის აღმზრდელობით საკითხებზე აქცენტის გაკეთება. აღმზრდელობითი პროცესის ბუნებრივობა ილუსტრირდება ტურისტთა ნებისმიერ ლაშქრობაში: ზურგჩანთით (რუკზაკით).

ტურისტთა შეკრებები წარმოადგენს ტურისტთა დღსასწაულს ბუნებაში და ტარდება როგორც კომპლექსური სპორტულ-ტურისტული ღონისძიებები, რათა მოვიზიდოთ მოსწავლე ახალგაზრდობა, მათი ოჯახის წევრები სპორტული ტურიზმით დაკავების მიზნით. სპორტულ ტურიზმის სახეობაში ერთდროულად ტურისტთა შეკრების პროგრამაში შედის შეჯიბრებები და კონკურსები. მონაწილეთა შემადგენლობიდან გამომდინარე შეჯიბრება შეიძლება ჩატარდეს რთულ და მარტივ დისტანციაზე. შეჯიბრების დისტანცია, მაგალითად ქვეით ტურიზმში შედგება ეტაპებისაგან. ტექნიკურად რთული ეტაპებია: დაკიდებული გადასვლა; კლდოვან მონაკვეთში მოძრაობა; მდინარეზე, ხევზე გადასვლა; მდინარეზე გადასვლა ფონით, მოაჯირის დახმარებით; თოკზე გადასვლა მოაჯირით; დაზარალებულის ტრანსპორტირება რთულ რელიეფზე.

ეტაპები ფიზიკური დატვირთვის გარეშე:
⇒ ტურისტთა კვანძთ ქსოვა;

- ⇒ ექიმამდე პირველი დახმარების აღმოჩენა;
- ⇒ ჩათვლა ტოპოგრაფიაში;
- ⇒ ტექნიკურად მარტივი ეტაპები;
- ⇒ გადასვლა საცურაო საშუალებებით;
- ⇒ აღმართზე ჩამოსვლა სპორტული მეთოდით;
- ⇒ დაზარალებულის ტრანსპორტირება მარტივ რელიეფზე;
- ⇒ მდინარეზე ფონით გადასვლა;
- ⇒ ნაკადულის, ხევის გადალახვა ჩამოკიდებული თოკის დახმარებით;
- ⇒ ტურისტთა ორიენტაცია ადგილობრივ ტერიტორიაზე;
- ⇒ დამწყები ტურისტთა შემოწმების ეტაპები;
- ⇒ კარავის დადგმა;
- ⇒ ცეცხლის დანთება ;
- ⇒ ზურგჩანთის ჩალაგება;

ტურისტთა შეკრებები ხორციელდება წინასწარი გეგმის საფუძველზე და წესების შესაბამისად.

შეკრების კომიტეტი აყალიბებს შეკრების შტაბს, ნიშნავს შეკრების მოწყობისთვის უმთავრეს საკითხებს, ნიშნავს პირობებს და მათ გადაწყვეტაში პასუხისმგებელ პირებს, განსაზღვრავს ვადებს და მათ შესრულებას. მაგ. ახალგაზრდა ტურისტთა შეკრებისას მთავარი საკითხებია (გადაწყვეტის თანმიმდევრობის დაცვით) :

გამოვავლინოთ შეკრების თემა, დაკავშირებული ქვეყნის ან მოცემული ოლქის მნიშვნელოვან თარიღთან;

შეკრების ჩატარების შეთანხმება შესაბამის ორგანიზაციებთან და სახელისუფლებო ორგანოებთან;

შეკრების ჩატარებისთვის ხარჯთაღრიცხვის პროექტის შედგენა;

გაირკვეს დაფინანსების წყაროები, სასტარტო შენატანისა და სპონსორების დახმარების ჩათვლით;

ორგანიზებულ იქნას და დამტკიცდეს შეკრების შტაბი;

აირჩეს და გამოკვლევა ჩაუტარდეს შეკრების ჩატარების სავარაუდო ადგილებს;

წინასწარ შეთანხმდეს შეკრების დგილი ადგილობრივი ხელისუფლების ორგანოებთან, სატყეო და სანიტარულ-ეპიდემიოლოგიურ სადგურებთან;

შეკრების ჩატარების სავარაუდო რაიონებში, ახლომასლო წყაროებიდან წყლის მოხმარების ნებართვის მიღება სანიტარულ-ეპიდემიოლოგიური სადგურიდან;

სავარაუდო ადგილებისკენ შტაბის წევრების გამგზავრება რათა, საბოლოოდ აირჩეს შეკრების ჩატარების კონკრეტული ადგილი;

შეკრების მომზადებისთვის ღონისძიებების გატარების ადმინისტრაციული განკარგულებების მიღება;

შეკრების პროგრამის შემუშავება და მათი დანიშნულების ადგილებში გადაგზავნა;

შტაბის წევრებს შორის კონკრეტული ფუნქციების განაწილება, შეკრების პროგრამის გათვალისწინებით;

მსაჯებისა და სამსაჯო კოლეგიის შერჩევა, ორიენტირების მიხედვით: მაგ. ტურისტ ტექნიკასა და გასამხედროებული სარტყელის წინააღმდეგობებში;

მომზადდეს წერილები, ზოგიერთი შტაბის, უიურისა და სამსაჯო ჯგუფის წევრებისათვის მათ მუდმივ სამუშაო ადგილზე გადასაგზავნად, რათა ისინი დროებით, შეკრების ჩატარებამდე განთავისუფლდნენ;

შეიქმნას მანდატური კომისია;

საოლქო, საქალაქო, რაიონულ და სხვა ორგანიზაციებს შესთავაზონ ჯილდოების მომზადება - კონკურსებში შეკრებისა და შეჯიბრებაში გამარჯვებულთათვის;

შეკრებებში, კონკურსებსა და შეჯიბრებებში მონაწილეობის განცხადების მიღების ორგანიზება;

ცალკეულ ღონისძიებებში მონაწილეთა საერთო რიცხვის დადგენა;

საექსკურსიო ობიექტების მოძიება და მათი მასიური მონახულებისათვის შეკრების პროპაგანდის ორგანიზება ;

შეკრებისათვის მიძღვნილი სარეკლამო პლაკატების, ბროშურების მომზადება, მისი ჩატარების თემატიკიდან გამომდინარე;

შეკრებებზე კორესპონდენტების მოსაწვევად მომზადდეს წერილები, გაზეთებისა, რადიოსა და ტელევიზიისთვის;

შეკრებებთან დაკავშირებული სიგელების, მოსაწვევი ბარათების, სამახსოვრო სამკერდეებისა და სხვა დოკუმენტაციის მომზადება;

შესაბამის ახალგაზრდულ გაზეთის რედაქციას შესთავაზონ შეკრების დღეებში სპეციალური ნომრის გამოშვება;

ტურისტთა მეტნაკელებად პოპულარული სიმღერების გავრცელება (ბეჭდვა);

შეკრებების გახსნის, მანიფესტაციების, საზეიმო კოცონისა და სხვა მნიშვნელოვანი ღონისძიებებისათვის სცენარის მომზადება ;

შეკრებისათვის გამოსადეგი მინდორის მოწყობის ესკიზის შექმნა ;

კომენდანტთა ჯგუფის შერჩევა;

შეირჩეს პასუხისმგებელი პირები საკონსულტაციო სამუშაოების ჩატარებისათვის, შეკრებების პერიოდში;

მომზადდეს ღონისძიებები უსაფრთხოების ნრმების უზრუნველსაყოფად;

შექმნას ადგილმდებარეობის სქემატური გეგმა, შეკრების მინდვრის მითითებით, ასევე კარვების ქალაქი, ადგილები, სადაც ტარდება შეჯიბრებები, სპორტული თამაშები. ფილმების ჩვენებები, სავარჯიშო წერტილები და ა.შ.;

ტრიბუნის აშენება და ალამის დამაგრება;

შეიძინონ და ადგილამდე მიიტანონ შეშა, საკვების დასამზადებლად;

დაიდგას ტუალეტები და ამოითხაროს ნაგვისათვის ორმოები;

კინო-გაქირავებაში გაფორმდეს მოთხოვნა დოკუმენტური ფილმების ჩვენებაზე, შეკრების თემის მიხედვით;

მონაწილე ტურისტებისათვის დაიჯავშნოს მატარებლის და ავტობუსის ბილეთები, რათ მგზავრობისას პრობლემები არ შეექმნათ;

ჯილდოების, ფასიანი საჩუქრების და სუვენირების შექმნა;

მომზადდეს და გადამრავლდეს საბლანკო დოკუმენტაცია, ჟიურისა და სამსაჯო კოლეგიის მუშაობისათვის;

მომზადდეს და გადამრავლდეს შეკრების პროგრამა და მონაწილეთა ბილეთები;

სავარჯიშო ორგანიზაციებთან მოგვარდეს შეკრების მომარაგება: საკვებით, გაზეთებით და ტურისტული ლიტერატურით;

სატელეფონო კავშირის უზრუნველყოფა;

საპატრულო სამსახურთან საჭირო ტრანსპორტის დაყენებისა და დაცვის შეთანხმება;

შეკრების მოედანისა და საკარვო ქალაქის განათების მოგვარება;

საკარვო ქალაქში დაიდგას რადიოკვანძი ორი გამძლე მიკროფონით, ორი ეკრანით და ვიდეო აპარატურით;

საზეიმო მოწყობებისა და მთლიანად შეკრების პერიოდში, ჟიურის წევრებისა, სამსაჯო და საკომენდანტო ჯგუფებისათვის ფორმის საკითხის მოგვარება;

შტაბის წევრების, ჟიურის, სამსაჯო კოლეგიის საკომენდანტო სამსახურისა და საკონტროლო - სამაშველო რაზმებისათვის განმასხვავებელი ნიშნების დამზადება (ემბლემა);

მორიგეობის გრაფიკის შემუშავება - კომენდანტურის სამსახურის წევრთაგან;

შემუშავდეს მომსახურე ავტოტრანსპორტის სამუშაო გეგმა (შტაბის წევრთა და საპატო სტუმრებისათვის);

შეკრებაზე შეგვიძლია მოვიწვიოთ ოლქში მცხოვრები შრომისა და ომის ვეტერანები, წარჩინებული სამხედრო მოსამსახურეები, სასოფლო მურნეობის აქტივისტები, კულტურის მიღვაწენი და საუკეთესო სპორტსმენები;

გადასაწყვეტია ორგანიზებულად კვების საკითხი;

შეკრების ღონისძიებათა მომსახურებისათვის ორკესტრის ჩამოყვანის უზრუნველყოფა;

შეკრების პერიოდში ხელმძღვანელ პირებს უნდა მიამაგრონ მსუბუქი მანქანები;

საჭრო სამეურნეო და საკანცელარიო ნივთების შეძენა;

ტურისტთა აღჭურვილობის გამჭირავებელი პუნქტებიდან, ასევე სპორტული ორგანიზაციებიდან – შეკრებისათვის საჭირო აღჭურვილობისა და ინვენტარის წამოღება, ორიენტირების გათვალისწინებით;

შეკრების მინდორისა და საკარგე ქალაქის ადგილის გადამოწმება - გამოცდა; კოცონის ადგილის და მისთვის მსხვილად დაჭრილი შეშის მომზადება;

მომზადდეს და მოეწიოს თემატური გამოფენები, ფოტომონტაჟი, ტურისტთა შეკრებებისა და ლაშქრობების შესახებ; მომზადდეს სადემონსტრაციო დაფები, რომლებიც მოგვითხრობენ შეკრების, ლაშქრობის მიმდინარეობაზე, ასევე სხვადასხვა სპორტულ შეჯიბრებებში ცალკეული მონაწილეების მონაცემები;

უსაფრთხოების ნორმების დაცვით ჩატარდეს დაგეგმილი ღონისძიებები (შეჯიბრების რაიონებში, ბანაობის ადგილებში და ა.შ.);

ფოტოების გადასაღებად პროფესიონალების მოწვევა;

გამოიყოს საბჭოს საშტატო მუშაკი, რომელიც პასუხს აგებს სხვა ქალაქებიდან, ოლქებიდან და რაიონებიდან ჩამოსული ჯგუფების მონაწილეებისთვის მივლინების დამადასტურებელი მოწმობების გამოწერაზე;

რკინიგზის და ავტოსადგურებში გამოქვეყნდეს განცხადებები შეკრების გზისკენ მინიშნებით. გაფრთხილდეს ცნობათა ბიურო ჩამოსულ მონაწილეთა შესახებ;

დამზადდეს პლანშეტები გუნდების სახელებით;

დამზადდეს მისასალმებელი ლოზუნგები;

დამზადდეს მოცემული შეკრების სიმბოლო;

მომზადდეს შენობა შეკრების მუშაკთათვის და პრესცენტრისათვის;

მომზადდეს სქემები, რომლითაც მონაწილეები გაეცნობიან შეკრების მუშაკთა ადმინისტრაციულ წერტილებს და ტრასებს რომლებზეც შეჯიბრებები ეწყობა;

შეკრების ადგილზე უზრუნველ;ყვით სამედიცინო პერსონალის მუშაობა სადღეღამისო მორიგეობით;

შეკრების რაიონი, როგორც წესი მაქსიმალურად უნდა იყოს მიახლოებული ღირსშესამნიშნავ ადგილებთან და ითვალისწინებდეს ამ ადგილებში ექსკურსიების

მოწივობას, სასურველია შეკრების რაიონი, რელიეფის მიხედვით იყოს მრავალფეროვანი და შეძლებისდაგვარად ლამაზი.

ამასთანავე შეკრების რაიონი არ უნდა იყოს დიდი მანძილით დაშორებული სატრანსპორტო მაგისტრალებთან.. მონაწილეთა და მაცურებელთათვის ინფორმაციის მოწოდებას, თუ როგორ მიმდინარეობს შეჯიბრი – უზრუნველყოფს მსაჯი-ინფორმატორი.

შეკრების მონაწილეებს დიდი დახმარება შეიძლება აღმოუჩინოს სპეციალურად შექმნილმა საკონსულტაციო პუნქტმა. კონსულტაციები უნდა ტარდებოდეს ყოველდღიურად დღის შედარებით ნაკლებად დატვირთულ პერიოდში– 17 ს- დან - 19 სთ - მდე. როგორც გამოცდილებამ აჩვენა ამ პუნქტში სამუშაოდ უმჯობესია მოვიწვიოთ გამოცდილი ტურისტები, მხარეთმცოდნეები და მუზეუმის თანამშრომლები. უმეტესი კითხვები მოდის ამ მიმართულებით.

შეკრების ორგანიზატორებმა უნდა გაიაზრონ დაჯილდოვები საკითხები, როგორც ჯგუფური პირველობისათვის ასევე კონკურსში შეჯიბრებებში, ტურისტთა ტექნიკაში და წინააღმდეგობების გადალახვაში გამორჩეულ მონაწილეთათვის.

ორგანიზაციებს და სპონსორებს უფლება აქვთ გაუთვალისწინებელი სამახსოვრო ჯილდოები და სიგელები გადასცენ როგორც გამორჩეულ გუნდებს ასევე ინდივიდუალურ მოთამაშეებს, რომლებმაც დაიმსახურეს განსხვავებული აღნიშვნა.

საოლქო ახალგაზრდულ ტურისტთა შეკრებებზე რეკომენდირებულია შემდეგი შეჯიბრებების ჩატარება: ორიენტაცია ადგილობრივ მდებარეობაში, ტურისტთა ტექნიკაში შეჯიბრი, წინააღმდეგობები გასამხედროებულ ზონაში. მსგავს შეჯიბრებებში მონაწილეობა აერთიანებს და აახლოებს ახალგაზრდებს, ამტკიცებს მათ მეგობრობას, ერთ მუშტად კრავს გუნდის წევრებსა და კოლექტივებს, ხელს უწყობს ახალგაზრდების ფიზიკურ აღრზდას.

შეჯიბრებისთვის ტრასა, მისი სიგრძე და სირთულე უნდა შეესაბამებოდეს მონაწილეთა მომზადების დონეს. მსგავსი შეჯიბრებისთვის ადგილობრივ ორიენტირებაზე მზადდება ორი ტრასა: ქალთა და ვაჟთა. მარკირებული ტრასის მომზადება ითხოვს მნიშვნელოვან დროს.

ტრასის შემუშავებისას განიხილება სამედიცინო დახმარების სწრაფი გადაადგილების შესაძლებლობა. რუქების ქსეროკოპიები, რომლებზეც აღნიშნულია მხოლოდ რუქების გაცემის პუნქტები და სტარტი, ურიგდებათ მონაწილეებს. აქედან გამომდინარე შეჯიბრების ორი ტრასის მომზადებას სჭირდება არანაკლებ 2 - 3 კვირა დაუზოგავი შრომა.

შეჯიბრების ჩატარებისას განსაკუთრებული ყურადღება ექცევა მონაწილეთათვის უსაფრთხოების ნორმების უზრუნველყოფას ისეთ ეტაპებზე როგორცაა ჩამოკიდებული გასვლა, წყლის წინააღმდეგობის გადალახვა, პნევმატური შაშხანიდან სროლა და ა.შ.

საკონტროლო კითხვები

1. რა კავშირშია ტურიზმი სპორტთან და რა არის სპორტული ტურიზმის მიზნები?
2. როგორია ტურიზმის აღმზრდელობითი ზემოქმედების ხერხები?
3. ჩამოთვალეთ სპორტული ტურიზმის ტექნიკურად მარტივი და რთული ეტაპები.
4. როგორ ხდება სპორტული ტურიზმის შეჯიბრების ორგანიზება?
5. ჩამოთვალეთ მთავარი გადასაწყვეტი საკითხები ტურისტული შეჯიბრების ორგანიზების დროს.
6. როგორ უნდა შევარჩიოთ შეჯიბრის რაიონი?
7. რაში მდგომარეობს საკონსულტაციო პუნქტის ფუნქცია?
8. ტურისტთა ახალგაზრდული შეჯიბრებების რომელი სახეები იცით?

დოქტორი, პროფესორი ნიკო კვარაცხელია

5. ლაშქრობების ორგანიზაცია სათავგადასვლო ტურიზმში

სათავგადასავლო ტურიზმში მიღებულია ველოსიპედებით მოგზაურობა, გასაბერი ნაგებით მთის მდინარეებზე დაშვება, ცხენებით წინააღმდეგობის გადალახვა, პარაპლანით მთიდან გადმოსტომა (პარაპლაიდიინგი), საჰაერო ბუმბუტებით გადაფრენა და ა.შ., მაგრამ ყველაზე პოპულარული მათ შორის არის ქვეითად ლაშქრობა ბუნების წიაღში, ბუნების ან ისტორიული ძეგლების დათვალიერების მიზნით.

ლაშქრობები ტურისტული მოგზაურობის ერთი ნაწილია და გრძელდება რამდენიმე დღე. სირთულის მიხედვით ისინი შეიძლება იყოს იოლი, საშუალო და რთული. ლაშქრობებს ძირითადად აწყობენ მთებში, ხეობებში, რომლის დროსაც ტურისტებს უხდებათ წინააღმდეგობის დაძლევა; ჯგუფები შესაძლებელია შესდგებოდეს 10–20 კაცისგან; ჯგუფის ხელმძღვანელი უნდა იყოს გამოცდილი სპორტსმენი, ან მთამსვლელი, ორგანიზატორული ნიჭით დაჯილდოვებული, რომელიც პასუხს აგებს ლაშქრობისას ჯგუფის მოქმედებაზე. ტურისტები, რომლებიც მონაწილეობენ ლაშქრობაში, უნდა იყვნენ ჯანმრთელები და ჰქონდეთ მთაში სიარულის გარკვეული გამოცდილება. თუ ლაშქრობა მიმდინარეობს მდინარეზე, ტურისტებმა უნდა იცოდნენ ცურვა; საჭიროა გარდა ხელმძღვანელისა ჯგუფს ჰყავდეს კიდევ 4 დავალების შემსრულებელი: 1. ხელმძღვანელის მოადგილე; ამ თანამდებობას აძლევენ გამოცდილ ტურისტს; 2. პასუხისმგებელი

მეურნეობაზე, რომელიც პასუხს აგებს პროდუქტებზე, მათ შენახვაზე და ხარჯვაზე; 3. სანიტარული ინსპექტორი, ანუ პასუხისმგებელი პირველად სამედიცინო დახმარებაზე, აფთიაქზე და სანიტარულ-ჰიგიენურ მდგომარეობაზე; 4. დღიურის მწარმოებელი.

ზოგად-ფიზიკური და სპეციალური მომზადება ლაშქრობისათვის

უცხოეთში მიღებულია, რომ ლაშქრობის სირთულე ტურისტმა უნდა გაითავისოს მიღებული ინფორმაციის შედეგად და თვითონ მიიღოს გადაწყვეტილება მონაწილეობის შესახებ. რუსეთში და დსთ-ს სხვა ქვეყნებში კი მიღებულია სპეციალური ვარჯიშები და მომზადება ყოველი ლაშქრობის წინ. საქართველოში არ არსებობს ნორმატიული აქტი (კანონი, ან კანონქვემდებარე აქტი), რომელიც არეგულირებს ლაშქრობებს, ან სათავგადასავლო ტურიზმის ცალკეულ ელემენტებს.

სათავგადასავლო ტურიზმი მოიცავს შემდეგ ღონისძიებებს: 1. ლაშქრობას ქვეითად, 2. ლაშქრობას ცხენით, 3. მდინარეზე ნაგებით სწრაფად დაშვებას რაფტინგს), 4. კლდეზე ცოცვას და ალპინიზმს, 5. პარა-და დელტოპლანებით გადმოფრენას (პარაგლაიდინგი), 6. თხილამურებით და სნოუბორდებით სრიალს, 7. ველო- და მოტოციკლებით მოგზაურობას (ველო-და ბაიკტურები), 8. წყალქვეშ ყვინთას და ვინდ-სერფინგს. ამრიგად სათავგადასავლო ტურიზმი შედგება ექსტრემალური ელემენტებისგან, რისთვისაც საჭიროა სპეციალური ინსტრუქტორების და გამყოლების მომზადება და ტურისტებისთვის ახსნა-განმარტების მიცემა.

რუსული კანონმდებლობით ლაშქრობის წინ ტურისტებს უტარებენ ფიზიკური შესაძლებლობების დამდგენ შემოწმებას, ცხრილი 1

ცხრილი 1

ნორმატივი	დამაკმაყოფილებელი	კარგი	საუკეთესო
100 მეტრზე სირბილი, წთ: კაცები ქალები	14,8 17,5	14,6 17	14 16
ერთ ფეხზე ჩაჯდომა: კაცები ქალები	1 10-ჯერ 5-ჯერ	15-ჯერ 10-ჯერ	20-ჯერ 15-ჯერ

ორქელზე აჭიმვა კაცები	8	9	10
აჯიმანია ქალები	4	6	8
კროსი, წთ: კაცები, 3 კმ ქალები, 1 კმ	13 5,5	12,5 4,5	12 4
თხილამურები, წთ: კაცები, 10 კმ ქალები, 3კმ	70 26	65 25	60 24

ასეთი ფიზიკური მონაცემების ადამიანებს შეუძლიათ მიიღონ მონაწილეობა I-III კატეგორიის სირთულის ლაშქრობებში; უცხოეთში მიღებულია ზურგჩანთებით ვარჯიშების ჩატარება, მძიმე ზურგჩანთების გადატანა ერთი ადგილიდან მეორეზე.

5.1 სამედიცინო უზრუნველყოფა.

ლაშქრობაში მონაწილე ტურისტები ჯანმრთელები უნდა იყვნენ და შეეძლოთ იმ წინააღმდეგობის დაძლევა, რომელიც ლაშქრობით არის გათვალისწინებული; გარდა ამისა, თითოეულმა ტურისტმა უნდა მოიყვანოს წესრიგში ფეხები (მოიშოროს მასოლები, მოირჩინოს დაზიანებული კანი) და კბილები; შემდეგი ცხრილის საფუძველზე უნდა დადგინდეს აგრეთვე, რომ ტურისტის მიერ გადატანილი მწვავე დაავადება არ არის მისთვის საზიანო და სხვისთვის გადამდები (ცხრილი 2)

დაავადება	ვადა გამოჯანმრთელების შემდეგ	შენიშვნები
ანგინა	3-4 კვირა	
ბრონქიტი	2-3 კვირა	1 დღიანი ლაშქრობის მონაწილე
ფილტვების ანთება	1-2 თვე	
პლევრიტი	1-2 თვე	
გრიპი	2-4 კვირა	
მწვავე ინფექციური დაავადება	1-2 თვე	
ინფექციური ჰეპატიტი	8-12 თვე	
მწვავე ნეფრიტი	8-12 თვე	აუცილებელია შარდის

		საკონტროლო ანალიზი
კიდურების მოტეხილობა:		
ზედა	1-3 თვე	
ქვედა	3-8 თვე	
ტვინის შერყევა	8-12 თვე	

5.2. მარშრუტის შედგენა ლაშქრობისათვის

სალაშქრო რაიონის დადგენის შემდეგ საჭიროა მისი გაცნობა, რომელიც ითვალისწინებს ლიტერატურის, კარტოგრაფიული მასალის და ადგილობრივი მოსახლეობის გაცნობას. ტურისტული ფირმის ხელმძღვანელი მუშაკი უნდა ჩავიდეს ადგილზე, გაესაუბროს ადგილობრივ მცხოვრებლებს, შეადგინოს კარტოგრაფიული რუკა, რომელშიც იქნება მონაცემები რელიეფის, კლიმატის, მცენარეული საფარის, ჰიდროგრაფიის და ფაუნის შესახებ. გარდა რუქისა, საჭიროა შევადგინოთ გზების აღწერილობა, ორიენტირების დახასიათება და მოსალოდნელი წინაღობების ზუსტი კორდინატების ჩვენება, რაც გაგვიადვილებს ლაშქრობის შეუფერხებლად ჩატარებას, დაგვარწმუნებს ლაშქრობის გადაადგილების სისწორეში. მარშრუტის შერჩევა ხდება გეოგრაფიული მიმზიდველობის გათვალისწინებით, რაც გულისხმობს ღამაზ ლანდშაფტებს, პეიზაჟებს, ტყით დაფარულ ტერიტორიებს, მნიშვნელოვანია აგრეთვე ისტორიული ძეგლების, ციხე-სიმაგრის, ეკლესიის, არქეოლოგიური გათხრების ან ნამოსახლარების არსებობა. დაუშვებელია სპეციალისტების გარეშე დიდი ზომის მღვიმეების დათვალიერება. მღვიმის შეტანა მარშრუტში უნდა მოხდეს სპელეოლოგის დახმარებით; კარგია აგრეთვე, თუ მარშრუტზე მოხდება ადვილი და ძნელი ადგილების მონაცვლეობა. წინასწარ უნდა განისაზღვროს ტურისტების შესვენებისთვის და კვებისთვის ადგილები, ხოლო 2-3 დღიან ლაშქრობაში – ადვილი ღამის თევისთვის. მარშრუტი უნდა იყოს უსაფრთხო და ლოგიკური; აუცილებელია დამატებითი შემცველი ვარიანტის არსებობა; ჩვეულებრივი საფეხმავლო ლაშქრობა არ უნდა აღემატებოდეს დღეში 10-20 კმ-ს; საჭიროა კალენდარული გეგმის შედგენა ისე, რომ რთული და ადვილი მონაკვეთები მონაცვლეობდნენ. თხილამურებით მოგზაურობისას, საწყალოსნო ან ალპინისტური ლაშქრობისას ეს მონაკვეთები შესაბამისად იცვლება; თხილამურებით თავისუფლად შეიძლება დღეში 15-30 კმ-ის გავლა; მაღალმთიან ზონის და კლდეზე ცოცვისას –6-10 კმ-ის გავლა.

მარშრუტის პროფილი. თუნდაც ყველაზე მარტივი სამთო მარშრუტის შედგენისას, იგი უნდა შეიქმნას რაიმე პროფილის მიხედვით. საწყალოსნო

მარშრუტების პროფილზე უნდა ჩანდეს 2 მასშტაბი: წყლის და დასახლებული პუნქტის დონე, განსხვავება საწყის და უკანასკნელ პუნქტს შორის.

5.3 საბზაო დოკუმენტაცია

საბზაო დოკუმენტაცია არის ლაშქრობის გეგმისა და მისი შესრულების შესახებ სპეციალური ჩანაწერები; სამარშრუტო სიაში შედის ძირითადი გაჩერებები სავარაუდო საათების ჩვენებით. ლაშქრობის ერთ-ერთი წევრი ავსებს დღიურს და აკონტროლებს, თუ როგორ სრულდება გეგმა, რაც მოესწრო, ან დაგვიანდა არსებულ გეგმასთან შედარებით. ძირითად კონტროლს ლაშქრობისათვის მომზადებასა და მის ჩატარებაზე ახორციელებს გიდი-გამყოლი-ჯგუფის ხელმძღვანელი. იმისდა მიხედვით, თუ რამდენად რთულია ლაშქრობის მარშრუტი, გათვალისწინებული უნდა იყოს უსაფრთხოების შესაბამისი ზომები, გაფრთხილებულნი უნდა იყვნენ ადგილობრივი ორგანოები და სამაშველო სამსახურები. განსაკუთრებით მძიმე შედეგები მოაქვს ალპინისტურ ლაშქრობებს, თუ ისინი დაგეგმილია ამინდის, რელიეფის სერთულის და შემადგენლობის შესაძლებლობების გათვალისწინების გარეშე. ყოველი ლაშქრობის შემდეგ უნდა შედგეს ჩატარებული ლაშქრობის ანგარიში, რომელიც მოგვცემს საშუალებას ანალიზი გაგუკეთოთ დაგეგმილ ლაშქრობას და შემდგომი ლაშქრობები დაიგეგმოს გამოვლენილი უზუსტობების გამოსწორების გათვალისწინებით. აქ მნიშვნელოვანია მარშრუტის გამართულობა, ალტერნატიული მარშრუტის არსებობა, ჯგუფის ფიზიკური მომზადების შესაბამისობა მარშრუტის სირთულესთან, კვების პროდუქტების საკმარისობა, ალტურვილობისა და ტანსაცმელის სწორად შერჩევა; თითოეულ ამ კითხვაზე ჯგუფის ხელმძღვანელმა უნდა გადმოსცეს როგორც საკუთარი მოსაზრება, ისე ჯგუფის აზრი. მიღებულია, რომ ლაშქრობის შემდეგ ტურისტებზე გაიცეს სერთიფიკატი, მოწმობა, ან ლაშქრობის მონაწილეობის დამადასტურებელი საბუთი, რომელსაც ექნება ორგვარი დატვირთვა: 1) აღნიშნულ ობიექტზე აღნიშნული პიროვნების ყოფნის დადასტურება; 2) პროგრამით გათვალისწინებული სირთულეების დაძლევა აღნიშნული პიროვნების მიერ.

5.4 ალტურვილობა

თითოეულ ლაშქრობას გააჩნია მოთხოვნები ალტურვილობისადმი, ზოგადად კი ალტურვილობა უნდა იყოს მსუბუქი, გამძლე, საიმედო, მოხერხებული და ადვილად მოსახმარი. ეს მოთხოვნები ძირითადად ეხება უნივერსალურ საგნებს,

როგორცაა კარავი, საძილე ტომარა, მაშველი რგოლი ან უილეტი და ა.შ. ლაშქრობისას აღჭურვილობა იყოფა 2 ნაწილად: 1) ტურისტის ძირითად აღჭურვილობად და 2) ჯგუფურ აღჭურვილობად; ჯგუფურ აღჭურვილობაში შედის საერთო მოხმარების საგნები: კარავი, კვების პროდუქტების მოსამზადებლად საჭირო აღჭურვილობა, წამლები. პირად აღჭურვილობაში შედის ტანსაცმელი, ფეხსაცმელი, ზურგჩანთა, საძილე ტომრები, პირადი მოხმარების წვრილმანი საგნები. ლაშქრობის დროს საჭიროა ლაშქრობის ხასიათის მიხედვით სხვადასხვა სახის აღჭურვილობისა და პირადი სახის საგნების ქონა (ცხრილი 3)

პირადი აღჭურვილობა

ცხრილი 3

აღჭურვილობა	ქვეითი	სამთო	საწყალოსნო, ხომალდი	თხილამურები
ზურგჩანთა წყალგაუმტარი	1	1	1	1
საძილე ტომარა	1	1	1	1
გასაბერი ან პოლი-ეთილენის ლეიბი	1	1	1	1
სპორტული ფეხსაცმელი(ბოტასი)	1	1	1	-
შალის წინდა	-	-	-	1
წყალგაუმტარი ქურთუკი	1	1	1	1
სპორტული პიჯამო	1	1	1	1
დათბილული, წყალგაუმტარი ქურთუკი	-	-	-	1
შალის სვიტრი	1	2	1	2
თეთრეული	2	2	2	2
ბამბის და შალის წინდები	3	3	3	3
ხელთათმანები	-	1	-	1
პირსახოცი	1	1	1	1
პირადი ჭურჭელი, ალუმინის ღრმა თე- ფში, ალუმინის ჭი- ქაკოვზი და დანა	1	1	1	1

(ოთხივეს კომპლექტი)				
ცელოფანის პაკეტები	5	5	5	5
დღიურის საწერი კალამი	1	1	1	1
კომპასი	1	1	1	1
საათი წამმზომით	1	1	1	1
მზის სათვალე დამცავი ბუდით	1	1	1	1
ინდივიდუალური სამედიცინო პაკეტი	1	1	1	1
დამცავი ნიღაბი	1	1	-	1
ალპენშტოკი (წერაქვი)	-	1	-	-

პირადი აღჭურვილობა ლაშქრობისას:

ტანსაცმელი. ზაფხულის საშუალო სირთულის ლაშქრობისას ადამიანს უნდა ეცვას მსუბუქად და მოხერხებულად; ტანსაცმელი არ უნდა იყოს ნაოჭიანი, არც განიერი და ვიწრო, რეკომენდირებულია ელასტური ტანსაცმელი, ხოლო შარვლები ჯინსის ან მჭიდრო ქსოვილისაგან. დაუშვებელია ფლანელის, ბაიკის შარვლები, რადგან გვიან შრება და დასვენებისას მძიმდება; ქალებისათვის უმჯობესია ბრიჯები გეტრებთან, შარვალი უნდა იძლეოდეს განიერი ნაბიჯების გაკეთების საშუალებას, ზედა ტანსაცმელი უნდა ფარავდეს წელს, კარგია ,თუ იგი იქნება ზემოთ და ბამბისგან; განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია კლიმატის გათვალისწინება, ხოლო იმ ადგილებში, სადაც ხშირია წვიმები, ტანსაცმელი უნდა იყოს ადვილად გასაშრობი ნაჭრისგან დამზადებული; ძალიან პოპულარულია წყალგაუმტარი, სინთეტური ტანსაცმელი კაპეშონით. თავსაბურავიდან ძალიან კარგია სვანური ქუდი–კაცებისათვის, ქალებისათვის–მანდილი.

ფეხსაცმელი. ლაშქრობაში იყენებენ კოჭებამდე სიმაღლის ბათინკებს, მაგრამ თუ ლაშქრობა ერთდღიანი და მარტივია, უმჯობესია ბოტასები; დაუშვებელია გაუსინჯავი, ახლად ნაყიდი ფეხსაცმელით წასვლა; იგი უნდა იყოს დიდი ხნის გამოცდილი და დარწმუნებული უნდა ვიყოთ, რომ არსად არ გვიტყვრს; ასევე უნდა გამოიცადოს ფეხსაცმელი ჩასაფენის და შალის წინდების შემთხვევაში. თუ

ლაშქრობა 2, ან მეტდლიანია, თან უნდა გვქონდეს შემცველი ფესსაცმელი (კედები). ერთდლიანი ლაშქრობისას დასაშვებია დაჭრილძირებიანი უქუსლო ფესსაცმელით სიარული.

ზურგანთას მოეთხოვება წყალგაუმტარობა და სიმსუბუქე. ის უნდა იყოს მდგრადი, არ უნდა ყირავდებოდეს და რაც მთავარია, უნდა იყოს მორგებული ზურგზე; კარგია, თუ ზურგის მხარეს ექნება დაბამბული გვერდი, რომ სიმძიმე ზურგი არ გვატკინოს; უნდა შევამოწმოთ სამხრეები, რომლებიც ჯობია იყოს ფართო და რბილი და ჰქონდეს კარგი სიგრძე; არსებობს ზურგანთის ჩალაგების წესი, რომელიც ითვალისწინებს მძიმე საგნების ჩალაგებას ძირის და მსუბუქი საგნების მოთავსებას ზევით. მტვრევადი საგნები უნდა მოთავსდეს ზურგანთაში ისეთ ადგილას, რომელიც ნაკლებად კონტაქტურია.

ზურგანთის შერჩევა. ზურგანთის შერჩევა უნდა დავიწყოთ ზურგის მიხედვით. ზურგანთისადმი მთავარი მოთხოვნა ის არის, რომ იგი უნდა იდებდეს ადამიანის ზურგის ფორმას და არცერთ მონაკვეთზე არ უნდა აწვებოდეს. ჩვეულებრივ ზურგანთაში ზურგის მხარეს ათავსებენ რბილ საგნებს, მაგ.: ქურთუკებს, საძილე ტომარას; ზურგანთა უნდა იყოს წყალგაუმტარი და შედგებოდეს სამი განყოფილებისგან. ქვედა პატარა ნაწილში იდება ფესსაცმელი, ზედა, ძირითად ნაწილში—სხვა ძირითადი აღჭურვილობა, ხოლო მესამე, ზედა ნაწილი უნდა იყოს განკუთვნილი ადვილად მტვრევადი ნივთებისათვის; კარგია, თუ ზურგანთას აქვს ბევრი ჯიბეები; დაშვებულია ნივთების ისე ჩალაგება, რომ ისმოდეს ჩხარუნი; ყველაზე მძიმე ნივთებს ალაგებენ ქვევით, რათა მიწაზე დადებისას ზურგანთას ჰქონდეს მყარი დგომის საშუალება. როცა ნივთები არ ეტევა ზურგანთაში, მიღებულია მათი მიბმა და დამაგრება წვრილი თოკებით. ადვილად მტვრევადი ნივთებისთვის სასურველია გვქონდეს შალითები. წამლები და სითხე უნდა იყოს ერთ ადგილას და რეზინის საწოვარაში ჩადებული.

საძილე ტომრები უნდა შეირჩეს სიმსუბუქის და სითბოს პრინციპით. ისინი უმჯობესია იყოს ზმეიკაზე და წყალგაუმტარი, პარალონით. დაახლოვებით იგივეა აღჭურვილობა სამთო მოგზაურობის, საწყალოსნო და სათხილამურო ლაშქრობების დროს. სასწაყალოსნო ლაშქრობა მოითხოვს წყალგაუმტარ ტანსაცმელს და აღჭურვილობას.

გარდა ინდივიდუალური აღჭურვილობისა,

საჭიროა ჯგუფური აღჭურვილობებიც; ეს ეხება ისეთ ნივთებს, რომელიც საერთო სარგებლობისაა მთელი ჯგუფისთვის. მაგალითად, 6-8 კაცზე ჯგუფური მოგზაურობისთვის საჭიროა შემდეგი სახის ჯგუფური აღჭურვილობა (ცხრილი 4)

ცხრილი 4

აღჭურვილობა	საფეხმავლო	სამთო	საწყალოსნო	სათხილამურო
კარავი	2	2	–	2
პოლიეთილენის ტენტი-გადასახურავი	2	2	2	1
სამი ქვაბისაგან შემდგარი ნაკრები: 5-8 და 10 ლიტრიანი	1	1	1	1
საჭრელი დანების და ხერხის კომპლექტი	1	1	1	1
თერმოსი	1	1	1	1
სასრეცხი საშუალებები,საპონი	1	1	1	1
ფანარი და სანთლები	3-4	3-4	3-4	3-4
სამედიცინო აფთიაქი	1	1	1	1
ფოტოაპარატი	1	1	1	1
თოკი, 30-40 მ, კომპლექტი	1	1	1	1
სპორტული აღჭურვილობა(ბურთი, ბადმინტონი)	1	1	1	1
მავთული რკინის	1	1	1	1

კარგები – უნდა იყოს მსუბუქი, გამძლე, წყალგაუმტარი და უნდა უზრუნველყოფდეს მაქსიმალურ მოხერხებულობას, მინიმალურ ზომებში. ისინი იყოფა ორ ძირითად ჯგუფად : ერთფენიანი და ორფენიანი. ერთფენიან კარავში ადამიამს გარე სამყაროსგან იცავს მხოლოდ თხელი, წყალგაუმტარი ქსოვილი, ხოლო ორფენიანი შედგება შიგნიდან - წყალგაუმტარი და გარედან მსუბუქი, მსუნთქავი ქსოვილისგან.

ერთფენიანი კარავის არჩევისას აუცილებლად მიაქციეთ ქსოვილს ყურადღება, თუ ეს წყალგაუმტარი ქსოვილია, რომელიც არ სუნთქავს, მაშინ საჭიროა განიავების სისტემის შემუშავება. ასევე კარავს ყოველი მხრიდან უნდა ახლდეს ქსელური ნახევრეტები, ზევიდანაც და ქვევიდანაც. ერთფენიანი კარავების მწარმოებელი ფირმებიდან ცნობილია ფირმები: VAVDE, MARMOT, BIBLER მათი კარავები შეესაბამება ადამიანთა ფიქრის მწვერვალს, ძალიან მსუბუქია (1800-1900გრ) სუნთქავენ და როგორც ყველაფერი კარგი, ძალიან ძვირადღირებულია.

უფრო მეტად გავრცელებულია მრავალრიცხოვანი სახეობის ორფენიანი კარავები. ფორმის მიხედვით ორფენიანი კარავები იყოფა გუმბათისებურ, ნახევრადკასრისებურ, ორფერდიან და კარვისებურ სახეობებად. გამონაკლისს წარმოადგენს უზარმაზარი კემპინგური კარავი, რომელსაც აქვს მრავალთახიანი სახლის ფორმა ფანჯრებით და კორიდორებით.

გუმბათისებურმა ფორმამ მეტი პოპულარობა მოიპოვა. რითია ასეთი კარგი გუმბათისებური კარავები? პირველ რიგში ასეთი წყობა კარავს სტაბილურობას და ზედმეტად სიმტკიცეს მატებს. უქარობის უამს ასეთი კარავი განაპირა გამჭიმების გარეშე იდგმება და უბრალოდ ხელით შეგვიძლია გადავდგათ ერთი ადგილიდან მეორეზე. მეორეც, შიდა დიდი სივრცე გვაძლევს კარავში ჯდომის საშუალებას და ამ დროს თავს კომფორტულადაც ვგრძნობთ. მესამე- დადგმის სისწრაფე და სიმარტივე.

კარავების მეორე სახეობაა – კასრები. მისი ფორმის უპირატესობაა კომფორტული საძინებელი ადგილები, დიდი სივრცე ნივთების გასანაწილებლად და სხვა შესაძლებლობები. ამ კარავების მთავარი მინუსია ის, რომ მათი დადგმა დამხმარე გამჭიმვების გარეშე არამყარია.

შემდგომ საყურადღებოა ქსოვილების სახეობები, რომლებისაგან შექმნილია კარავის სხვადასხვა ნაწილები.

კარავის ძირი. ქსოვილს რომლისგანაც კარავის ძირი იქმნება სერიოზულად და ზედმეტად მომთხოვნად ვეპყრობით. ის უნდა იყოს ძალიან მტკიცე, არ იხეოდეს, არ სველდებოდეს. ამ მოთხოვნებს აკმაყოფილებს ნახევრადურეტანული შემდგენლობის ქსოვილი. მაგ. 2 UT NYLON_TAFFETA PU; 140 DEN HEA VY NYLON TAFFETA და ა.შ.

ტენტი. ტენტის ქსოვილს თავს ესხმის ამინდის გამოცდა, ასევე მწვავე მზის სხივები, წვიმა, თოვლი, სეტყვა, ამიტომ ტენტის მთავარი მოთხოვნაა გამძლეობა,

წყალგაუმტარობა, სიმსუბუქე და სითხელე. ამ დროისათვის ტენტის ყველაზე გავრცელებული ქსოვილია შთ ღ სპესციალური ფენით დაყოფილი.

კარავის შიდა ნაწილი. კარავის შიდა ნაწილის ქსოვილის ძირითადი მოთხოვნაა განიავება. ასევე ის უნდა ატარებდეს ორთქლს, რომელიც შემდგომ კარავის ზედა ნაწილში ქსელური ნახვრეტებიდან გამოდის. ამ მიზნისთვის დღეისათვის გამოიყენება საკმაოდ მსუბიქი და ძნელად გასახვეი ქსოვილი RIP_STO, რომელიც სილიკონის ფენის წყალობით უძლებს ნებისმიერ ამინდს. ასევე პიპულარულია NYLON RIP_STOP. იშვიათად განსაკუთრებით კემპინგურ მოდელებში გამოიყენება POLYSOTON, ეს ქსოვილი ბრწყინვალედ სუნთქავს, მგრამ მძიმეა, არცთუ გამძლე და ამიტომ გამოიყენება უბრალო, საკმაოდ იაფი კარავებისათვის.

რკალები. კარავის კარკასი არ უნდა დეფორმირდეს მისი პირველი დადგმისას. ხარისხიანი რკალები იმდენად დრეკადი და ელასტიურია, რომ ძლიერი ქარიშხლის დრსაც კი, როცა შეიძლება კარავი წაიქცეს, რკალები არ კარგავენ პირვანდელ სახეს.

გადავიდეთ სხვადასხვა კარავის აღწერაზე ORD FASE – ამერიკული ფირმის კარავი. ყველაზე ცნობილი ექსტრემალური კარავი. ფაქტიურად ყველა ჰიმალაის ექსპედიციების მეგზურია მოდელი VE – 25. ამ კარავს აქვს გუმბათისებური თვითმატარებელი კონსტრუქცია - კარკასზე 4 რკალით. მათზე მაგრდება სუპერგამძლე, მრავალკუთხიანი ფორმის შიდა კარავი, რომელიც უძლებს ნებისმიერ უამინდობას. მის კონსტრუქციაში გამოყენებულია ყველაზე თანამედროვე მასალები.

STILLE II – ამერიკული ფირმა MARMOT – ისა და წარმოადგენს გუმბათის ფორმის თვითმატარებელ კონსტრუქციას, 4 ალიმუნის რკალით.

BANJEE FOX ქარგამძლე კარავი, ალპინიზმის დანიშნულებით. აქვს მაქსიმალურად გამოსადეგი სივრცე - ნახევრადსფეროს ფორმის წყალობით, მაღალხარისხიანი ალუმინის კარკასი გაძლიერებული სიმტკიცით.

ლოტოსის სერიის კარგი კარავები გვხვდება 2 - 3 ოთახიანი. გამოირჩევა შიდა დიდი სივრცით, ორფენიანი კონსტრუქციით, წყალგაუმტარი ტენტითა და ჰაერგამტარი შიდა კარავით, რომელიც შიდა კომფორტულ მიკროკლიმატს ქმნის.

საჭიროა ქვაბების კომპლექტი ისე შეირჩეს, რომ ქვაბები ერთმანეთში კარგად თავსდებოდეს; დანა და ცული უნდა იყოს მრავალფუნქციური; მავთული უნდა იყოს

დრეკადი და ადვილად დასამაგრებელი, თოკი- ალპინისტური, გამძლე, რომელიც უძლებს 500-600 კგ-ს; ჭურჭერლი უნდა იყოს ლითონის და მსუბუქი. საზღვარგარეთ ლაშქრობისთვის მიღებულია ასეთი კომპლექტების გამოშვება სირთულის და ხანგრძლივობის მიხედვით.

კოლექტიური აღჭურვილობა ლაშქრობის დროს, განსაკუთრებით კი სამთო ლაშქრობის დროს, გამოირჩევა თოკების დიდი რაოდენობით და სამაგრებით, ალპინშტოკებით და წერაქვებით; ეს უკამასკნელი სამთო ლაშქრობაში აუცილებელია; თოკის მაქსიმალური სიგრძე ალპინიზმში 60 მეტრს აღწევს, განსაკუთრებით სირთულეს წარმოადგენს მათი ტრანსპორტირება. საწვავად გამოიყენება მშრალი სპირტი და ბენზინი. ალპინისტური ლაშქრობის დროს ყველაზე მნიშვნელოვანია ბივაკი (დამის სათევი ადგილი), რომლის გათბობა და თბოიზოლაცია წინასწარ უნდა იყოს დაგეგმილი .

საწვალოსნო ლაშქრობის დროს (ჯომარდი) ყველაზე ხშირად გამოიყენება დია ნავი-ბაიდარი; ბაიდარი ნიჩბით სამართავი ნავია, ხოლო თუ მდინარე განიერი და უხვწყლიანია, შეიძლება 3 ნავის ერთ ღერძზე შეერთება და მას ტრიმარანს უწოდებენ, რაც საქართველოსთვის არ არის დამახასიათებელი; ჩვენი ქვეყნის ბუნებრივი პირობებიდან გამომდინარე, მთის ჩქარ მდინარეებს ყველაზე მეტად შეეფერება რეზინის გასაბერი ნავეები, რომლებიც იმართება ნიჩბების საშუალებით. ნავის ბოლოს ზის ჯგუფის ხელმძღვანელი, რომელიც იძლევა წინასწარ ცნობილ განკარგულებას; ტურისტები ნაწილდებიან ფიზიკური მდგომარეობის მიხედვით: ყველაზე ძლიერები სხდებიან ნავის წინა ნაწილში; ჯგუფის წევრებს წინასწარ უნდა ჰქონდეთ გეგმები და ქცევის წესები, დამუშავებული სხვადასხვა სიტუაციისთვის; მაგალითად ნავიდან ჯგუფის წევრის გადავარდნის, ნავის გადაყირავების, ნაპირთან, ან კლდეებთან შეჯახების და ა.შ. რაფტინგი ძირითადად გრძელდება 2-დან 1 საათამდე; დაუშვებელია მისი დაგეგმვა 6 საათზე მეტი ხნით; როგორც დსთ-ში, ისე რუსეთში მიღებულია აქტიური ტურიზმის დროს თევზაობის ელემენტის შემოტანა; ტურისტები ამისთვის წინასწარ იხდიან დაწესებულ გადასახადს, ხოლო ფირმა უზრუნველყოფს მათ აღჭურვილობით და ინსტრუქტაჟით.

საკონტროლო კითხვები

1. ვის ირჩევენ ლაშქრობაში ჯგუფის ხელმძღვანელის გარდა და რა ფუნქციები ეკისრებათ მათ?
2. რაში მდგომარეობს ტურისტთა ზოგად-ფიზიკური და სპეციალური მომზადება?

3. რა იგილისხმება ტურისტების სამედიცინო უზრუნველყოფაში?
4. ვინ აღგენს კარტოგრაფიულ რუქას და რის საფუძველზე?
5. რა უნდა მივიღოთ მხედველობაში მარშრუტის შერჩევისას?
6. დაახასიათეთ ტურისტის პირადი და ჯგუფური აღჭურვილობა.
7. რა მოთხოვნები წაყენება ზურგჩანთას? საძილე ტომრებს?
8. რა მოთხოვნები წაყენება კარავს?
9. რა მოთხოვნები წაყენება ფეხსაცმელს? ტანსაცმელს?
10. რა არის ბაიდარი? ტრიმარანი?

პროფ. ნ.კვარაცხელია

თემა 6 სათავგადასავლო ტურიზმის ახალი ფორმები. ჰელისკის განვითარება საქართველოში. სათავგადასავლო ტურების დაპროექტება

ტურიზმის განვითარების XX-XXI საუკუნეების მიჯნაზე წარმოიშვა ახალი ფორმები, რომელიც თანაბრად ვრცელდება როგორც ზამთრის, ისე ზაფხულის სახეობებზე, აგრეთვე ჰაერში, წყალში და ხმელეთზე. ზამთრის სახეობებს შორის განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია ჰელისკი (გაუკვალავ თოვლში თხილამურებით დაშვება), სადაც ტურისტები ჰელი-კობტერის, ანუ შვეულმფრენის საშუალებით ხვდებიან, ე.ი. ჰელისკი შედგება 2 სიტყვისაგან: ჰელი—შვეულმფრენი, სკი—თხილამურები. ამ ტიპის ზამთრის სახეობებს შორის აღსანიშნავია ბიატონი—თხილამურებით სრიალი და სროლა, სლალომი—ციცაბო მთიდან დაშვება თხილამურებით, სნოუბორდინგი (ბრტყელ დაფაზე თოვლში სრიალი) და ა.შ.

40 წლის წინ ჰანც ქმოსერმა კანადაში ექსტრემალური სპორტის სახეობას ჩაუყარა საფუძველი და მას ჰელისკი უწოდა. მას შემდეგ გაუკვალავ თოვლში სრიალი მხოლოდ რამდენიმე ქვეყანაშია დაშვებული. მძაფრ შეგრძნებებს ძირითადად ან კავკასიის მთებში ან კანადასა და აპიმალაიში ეძებენ 5 000 მეტრის სიმაღლიდან დაშვება მხოლოდ ჰიმალაის ფერდობებზეა შესაძლებელი. საქართველოში კი 3000 მეტრის მწვერვალიდან სრიალებენ. ეშვებიან ღრმა თოვლში, სასრიალო, ფართო თხილამურებით, ძირითადად ავსტრიელები, გერმანელები და შვეიცარიელები. კანადას საქართველო ურჩევნიათ, იმიტომ რომ უფრო იაფია. მათი ინსტრუქტორი როლანდ ბეელერია, რომელმაც ჩვენი ქვეყნის შესახებ მეგობრისგან შეიტყო, ჩამოვიდა, ნახა, შეუყვარდა და დარჩა. 18 წლის წინ სიამოვნება სარფიან ბიზნესად აქცია და საქართველოში შვეიცარიული კომპანიის, ალპინტრეველის წარმომადგენლობა გახსნა. ახლა იანვრიდან აპრილამდე დღეში

რამდენჯერმე ღრმა, გაუკვალავ თოვლში ტურისტებს ასრიალებს. კავკასიის მწვერვალების დასაპყრობად.

გუდაური ზაფხულში

თბილისიდან 120 კმ-ში, კავკასიონის ქედის გარემოცვაში, ზღვის დონიდან 2000 მ-ის სიმაღლეზე მდებარე სამთო კურორტი - გუდაური სტუმრებისათვის არაჩვეულებრივ სანახაობას წარმოადგენს მთელი წლის განმავლობაში. გამომდინარე მისი ულამაზესი ადგიმლდებარეობიდან ისტორიული საქართველოს სამხედრო გზის გასწვრივ, სტუმრებს აქვთ შესაძლებლობა იხილონ საუკუნოვანი ქრისტიანულ ტაძრები და სალოცავები, ეწვიონ არქეოლოგიურ თუ ეთნოგრაფიულ ღირსშესანიშნაობებს. ზაფხულის სეზონზე (მაისიდან ოქტომბრამდე) შესაძლებელია მონაწილეობის მიღება ქართულ ხალხურ დღესასწაულებში და მთის ხალხის გამორჩეული ხასიათისა და სტუმართმოყვარეობის გაზიარება. აქტიურ დასვენების მოყვარულთ შეუძლიათ ფეხით, ცხენით გასეირნება და რაფტინგში მონაწილეობის მიღება მარადიული თოვლით დაფარული მწვერვალების ფონზე. ან უბრალოდ დასვენება და მზის აბაზანების მიღება ენდემური ფლორითა და ფაუნით სავსე პირველქმნილ ბუნებაში.

სათხილამურო სეზონი

ნოემბრიდან დაწყებული გუდაური მზის სხივებით გაკაშკაშებული და ქათქათა თოვლით დაფარულ სამთხედ იქცევა მოთხილამურეთათვის. კურორტი თბილისიდან 1.5 სთ-ის მანქანის სავალზეა. მისი რბილი კლიმატი ნოემბრიდან-მაისამდე 1.5 მ-ის თოვლის საფარს ნაკლებადთოვლიან სეზონზეც კი უზრუნველჰყოფს. მოთხილამურეებს ემსახურება დოპკელმაიერის კომფორტული, ჩქაროსნული საბაგრო გზა მთის მწვერვალზე მისაღწევად საიდანაც შესაძლებელია დამრეც ფერდობებზე დაშვება და ტკბობა კავკასიონის დაუვიწყარი ხედებით. თვით სათხილამურო ზონა მრავალფეროვან არჩევანს სთავაზობს სხვადასხვა გამოცდილების მოთხილამურეებს - დამწყებიდან პროფესიონალებამდე (გუდაურს სხვადასხვა საერთაშორისო სათხილამური შეჯიბრებებისათვის უმასპინძლია).

მაშინ როდესაც დამწყებ მოთხილამურეებს შეუძლიათ თხილამურებზე სრიალის და სნოუბორდინგის დაუფლება სანდო ინსტრუქტორებთან, გამოცდილ მოთხილამურეებს 16 კმ-ის სიგრძის სლალომის, გიგანტური სლალომის, სუპერ-გიგანტისა და ჩქაროსნული დაშვებისათვის თანამედროვე თოვლსატკეპნი აპარატურით მომზადებული ტრასები ელოდებათ. ძირითადი სასრიალო ტრასების მახლობლად შესაძლებელია გაუკვალავ თოვლში სნოუბორდით დაშვებაც. განსაკუთრებული სათხილამური თავგადასავალისათვის არსებობს “ჰელი-სკი” ტურის იშვიათი შესაძლებლობა, რომელმაც გუდაურს მსოფლიოში გაუთქვა სახელი. შერჩეული მთის მწვერვალზე 3500 მ-ის სიმაღლეზე ვერტმრენით გამგზავრება და პროფესიონალ ინსტრუქტორებთან ერთად თხილამურებით დაშვება თოვლისა და ყინულის სამყაროს გამოსაკვლევად მართლაც დაუვიწყარი და იშვიათი გამოცდილებაა.

ზაფხულის მთის სახეობებს სათავგადასავლო ტურიზმში განეკუთვნება კლდეზე ცოცვა, გაყინულ ჩანჩქერზე და მყინვარებზე სიარული, მღვიმეების აღმოჩენა და მღვიმეებში ექსპედიციების ჩატარება (სპელეოლოგია). (იხ. დანართი 2)

ჰაერში სათავგადასავლო ტურიზმის სახეებს განეკუთვნება:

- ✠ გასაბერი ბუშტებით ფრენა;
- ✠ პარაბლაიდიზმი (ფრენა პარაპლანებით);
- ✠ დელტო-პლანებით წინასწარ განსაზღვრულ მარშრუტზე გადაფრენა;
- ✠ პარაშუტებით ხტომა.

საწყალოსნო სახეობებია:

- * რაფტინგი;
- * კატამარანითა და ტრიმარანით წყალსაცავებზე და მდინარეებზე ცურვა;
- * წყლის თხილამურებით ვარჯიში ტბებზე და წყალსაცავებზე;
- * დაივინგი–წყლის ქვეშ ყვინთვა, ზღვის, ტბის ფსკერის დათვალიერება' ექსკურსიები წყლისქვეშა მცენარეების და ცხოველების გასაცნობად, ჩაძირული ქალაქებისა და გემების დასათვალიერებლად.

ამრიგად სათავგადასავლო ტურიზმში დაინერგა უაღრესად რთული და ტექნიკურად ძნელად შესასრულებელი სპორტის სახეობები. ამიტომ, ტურისტული ფირმები, რომლებიც დაკავებულნი არიან სათავგადასავლო ტურიზმით, არ არიან ერთგვაროვანნი და მოითხოვენ დარგობლივ სპეციალიზაციას, რადგან სათავგადასავლო ტურიზმის ფორმები ერთმანეთისგან სრულიად განსხვავებულია, შეუძლებელია ერთი და იმავე სპეციალისტმა შეძლოს ასეთი განსხვავებული ფორმების დაუფლება: ხმელეთზე, წყალში და ჰაერში. შესაბამისად ტურისტული ფირმები სპეციალიზირდებიან: საჰაერო, საწყალოსნო, სამთო-სათხილამურო, სპელეოლოგიური და სხვა ფორმების მიხედვით. ასეთ ტურისტულ ფირმებს აარსებენ და ხელმძღვანელობენ ყოფილი სპორტსმენები, ან სპორტით გატაცებული ახალგაზრდები, რომლებსაც კარგი ფიზიკური მონაცემები გააჩნიათ.

6.1. საპასუხისმგებლო ტურიზმი

1997 წელს იტალიის დედაქალაქ რომში შეიკრიბა 11 ტურისტული ასოციაცია, რომელმაც გამოაცხადა დეკლარაცია ახალი ფორმის ტურიზმის–საპასუხისმგებლო ტურიზმის შესახებ. ერთი წლის შემდეგ იტალიაში დაარსდა საპასუხისმგებლო ტურიზმის ეროვნული ასოციაცია. საპასუხისმგებლო ტურიზმი არის დღეს

არსებული ტურიზმის ალტერნატიული (საწინააღმდეგო) ფორმა. მისი დამაარსებლები თვლიან, რომ :

- ✚ ტურისტებმა არუნდა ისარგებლონ ტურისტული ფირმის მომსახურებით;
- ✚ ტურისტებმა თვითონ უნდა დაჯავშნონ ბილეთები ბევრად იაფად და პრომო-აქციების დროს;
- ✚ ტურისტებმა არ უნდა იცხოვრონ სასტუმროში, სადაც ყველაფერი გაკრია-ლებულია და ეროვნულ-ნივერილებული; იმისთვის, რომ ტურისტმა კარგად შეიგრძნოს ქვეყნის რეალური მდგომარეობა, იგი უნდა ცხოვრობდეს ვინმეს ოჯახში, იმავე პირობებით, რითაც მასპინძელი ცხოვრობს;
- ✚ საპასუხისმგებლო ტურიზმის მთავარი დანიშნულებაა ტურისტი ახლოს გაეცნოს სამოგზაურო ქვეყნის ბუნებას, კულტურას, ფოლკლორს, ადათწესებს, მოგზაურობის პერიოდში იცხოვროს ადგილობრივი ხალხის ცხოვრებით.

ნ. აღხანაშვილი

6.2 სათავგადასავლო ტურიზმის დაპროექტება.

სათავგადასავლო ტურიზმი ბიზნესის შედარებით ახალი სახეა. ტურის დაპროექტება არის დამპროექტებელი საწარმოს შესაძლებლობათა შეთანხმება ტურისტების მოთხოვნებთან. დასაპროექტებელი ტურმომსახურებისადმი მოთხოვნები იყოფა სავალდებულოდ და რეკომენდირებულად. სავალდებულო მოთხოვნებია: ტურისტის სიცოცხლის უსაფრთხოების, ჯანმრთელობის, ქონების შენახვა და გარემოს დაცვა. რეკომენდირებული მოთხოვნებია: დანიშნულებისადმი შესაბამისობა, კომპლექტურობა, მომსახურების ეთიკურობა, კომფორტულობა, ესთეტიურობა, ერგონომიულობა.

საპროექტო დოკუმენტაცია უნდა ეფუძნებოდეს ტურისტული ბაზრის მარკეტინგულ კვლევას და მოთხოვნას, ტურისტების მომსახურების ტექნოლოგიების განსაზღვრას და აღწერას, უსაფრთხოებას. ტურის დაპროექტების შედეგია სწორად და სრულად შევსებული შემდეგი დოკუმენტები:

- ☞ ტურისტული მოგზაურობის ტექნოლოგიური რუქა;
- ☞ ტურისტულ მომსახურებათა მიმწოდებელ საწარმოთა დატვირთვის გრაფიკი;
- ☞ საინფორმაციო ფურცელი ტურისტული საგზურისადმი;
- ☞ ტურისტების მომსახურების პროგრამა.

ტურის დაპროექტების ზოგიერთი ეტაპი განვიხილოთ სათავგადასავლო ტურიზმის მაგალითზე, რომელსაც საფუძვლად უდევს გერმანული ფირმების გამოცდილება სამთო ტურიზმის განვითარებაში ალპებში.

ტურის ფორმირების საწყისი წანამძღვრებია:

1. ბუნებრივი ტურისტული რესურსები;
2. მიზნობრივი აუდიტორია;
3. ტურინდუსტრიის საწარმოები (ტრანსპორტი, განთავსება, კვება, გიდი, მაშველები, რეინჯერები (ეგერები) და ა. შ.

პირველ ეტაპზე უნდა შეფასდეს ბუნებრივი რესურსები არჩეულ ტერიტორიაზე. ეს საშუალებას მოგვცემს გამოვყოთ ყველაზე პერსპექტიული ტურისტული საქმიანობა სხვადასხვა სეზონში. მაგ. მდგრადი თოვლის საფარი რელიეფთან შეთანწყობით საშუალებას იძლევა ზამთარში განხორციელდეს სამთო-სათხილამურო ტურები, ზაფხულში კი შესაძლოა კლდეებზე და მყინვარებზე ცოცვა; ბიომრავალფეროვნების მაღალი ხარისხი კი არის საფუძველი ბუნების ისტორიის, ფრინველებსა და ცხოველებზე დაკვირვების ტურების ორგანიზებისათვის. ამ ეტაპის შედეგია ტურისტული საქმიანობის და მარშრუტების რაიონების რუკა-სქემის შედგენა.

ამის შემდეგ ხდება ბუნებრივი რესურსების ფიზიოლოგიური შეფასება: განსაზღვრავენ საშიშ და არახელსაყრელი ამინდის პირობებს, მათი განმეორების ხარისხს; აქვე მუშავდება ტურისტის სიმაღლისადმი აკლიმატიზაციის პროგრამა და დგება მარშრუტის მაღლივი პროფილე; ცალკე მზადდება მოგზაურობისათვის აუცილებელი ჯგუფური და ინდივიდუალური აღჭურვილობის სია.

შემდეგი ეტაპი მოიცავს ტურისტების ფიზიკური მომზადებისადმი მოთხოვნებს; სავარჯიშო ტურების და ბუნების ისტორიის ტურების შემთხვევაში საკმარისია ექიმის თანხლება მთებში და დღეში 8–12 კმ-ის ფეხით გადალახვის უნარი. სათავადასავლო ტურიზმის ექსტრემალური სახეები ითვალისწინებენ უფრო სერიოზულ მოთხოვნებს მონაწილეთა ფიზიკური, ტექნიკური და მორალური მომზადებისადმი.

ტურის ფორმირების მესამე ეტაპი ყველაზე ტევადი და საპასუხისმგებლოა; აქ უკვე იწყება ოპერატორის ჩვეულებრივი მუშაობა ტურმომსახურებათა “ერთ პაკეტში” მოსაქცევად. ტურის პროგრამა უნდა მოიცავდეს არა მარტო მის საერთო ხანგრძლივობას და სიგრძეს, არამედ მოძრაობის გრაფიკს დღეების მიხედვით, რელიეფის სირთულის, სიმაღლის აკრეფის, დასვენების ადგილების ჩვენებით.

მარშრუტზე ტურისტების გადაყვანისთვის ტრანსპორტი შეირჩევა საგზაო-საბილიკო ქსელის განვითარების მხედველობაში მიღებით, სატრანსპორტო ორგანიზაციის შესაძლებლობების, ბუნებისდაცვითი მოთხოვნების მხედველობაში მიღებით. მაგალითად, აშშ-ში ყველა ბუნებრივი რეზერვატი დაკავშირებულია

კარგი ავტოსტრადებით; ჩინეთში, ყენიაში, ნეპალში გამოიყენება ჯიპები, ელბრუსის მისადგომებთან–მიკროავტობუსები, ან ცხენები.

განთავსების საშუალებათა არჩევა ხდება სტუმარმასპინძლობის ინდუსტრიის საწარმოთა განვითარების დონის მხედველობაში მიღებით კონკრეტულ სამთო რაიონში; ეს შეიძლება იყოს სამთო სასტუმრო, ან თავშესაფარი, ან კარვების ბანაკი.

აუცილებელია აგრეთვე გათვალისწინებული იქნას ტურისტების ტვირთის გადატანის შესაძლებლობა ტრანსპორტით, ან მებარგულის დახმარებით, უნდა აირჩეს ტურისტის ფა მისი ქონების დაზღვევის მისაღები სქემა.

ტურის ფორმირების ძალზე მნიშვნელოვანი ეტაპია გიდი-გამცილებლის შერჩევა; პირველ რიგში მან უნდა იცოდეს მარშრუტი და იძლეოდეს ჯგუფის უსაფრთხოების გარანტიას მარშრუტზე; გარდა ამისა გიდი უნდა იყოს კომუნიკაბელური და კარგი ფსიქოლოგი, უნდა შეეძლოს ჯგუფის განწყობის აღქმა, კეთილად, მაღალფარდოვნების გარეშე ექცეოდეს ტურისტებს; ეს გიდის პროფესიული ჩვევებია. მისთვის ძალზე მნიშვნელოვანია ჰქონდეს კარგი დამოკიდებულება ადგილობრივ მოსახლეობასთან, ხოლო უცხოელ ტურისტებთან თანხლებისას უნდა შესძლოს შეასარულოს თარჯიმანის როლიც და რასაკვირველია, მან უნდა იცოდეს ბუნება, ადგილობრივი მოსახლეობის კულტურა და იყოს კარგი მთხრობელი, ექსკურსიამძღოლი.

ევროპის მრავალ ქვეყანაში სამთო გიდი-გამცილებელი ვალდებული არიან სერთიფიკატის მისაღებად დაამთავრონ სასწავლო კურსები, გიდების სკოლა და ჩააბარონ სახელმწიფო გამოცდა (ტესტი) უცხო ენების, რაიონის ფლორის და ფაუნის, კლიმატის, გეოლოგიის ცოდნაზე; მათ უნდა შეეძლოთ ექიმამდელი და პირველი სამედიცინო დახმარების აღმოჩენა, უნდა ფლობდნენ სხვადასხვა ფორმის სამთო რელიეფის გადალახვის ჩვევებს. ერთ გიდზე ტურისტების რაოდენობა განისაზღვრება მარშრუტის სირთულისგან დამოკიდებულებით; ტრეკინგ (საფეხმავლო) ტურებში ის შეიძლება იყოს 5-დან 20 კაცამდე, სათავგადასავლო ტურიზმში ერთ გიდზე ერთი ტურისტი, საშუალოდ კი 1:5; ბუნების ისტორიის ტურებში–1:10-დან 1:20- მდე, ბუნებრივ რეზერვატებში (ეროვნულ პარკებში, ნაკრძალებში) 1:8.

საკონტროლო კითხვები

1. ჩამოთვალეთ სათავგადასავლო ტურიზმის სახეები ჰაერში, წყალში და ხმელეთზე.

2. როდის და სად გამოცხადდა პირველად დეკლარაცია საპასუხისმგებლო ტურიზმის შესახებ?
3. ჩამოთვალეთ საპასუხისმგებლო ტურიზმის ძირითადი მოთხოვნები.
4. რა იგულისხმება სათავგადასავლო ტურის დაპროექტების ქვეშ?
5. რა იგულისხმება სათავგადასავლო ტურის დაპროექტების დროს აუცილებელ მოთხოვნებში?
6. ჩამოთვალეთ და განმარტეთ რეკომენდირებული მოთხოვნები სათავგადასავლო ტურის დაპროექტების დროს.
7. რით იწყება ტურის დაპროექტების პირველი ეტაპი?
8. რას ეძღვნება ტურის დაპროექტების მეორე ეტაპი?
9. რით ხასიათდება ტურის დაპროექტების მესამე ეტაპი?
10. რა მოთხოვნებით ხელმძღვანელობენ გიდის შერჩევას?

პროფ ნ. კვარაცხელია

თემა 7. კვება ძველთაღ ლაშქრობასა და ექსტრემალურ პირობებში

7.1 კვების პროდუქტები

ლაშქრობისთვის კვების პროდუქტების არჩევა ხდება ორი პარამეტრით.

1. ცილების, ცხიმების და ნახშირწყლების კალორიულობის გათვალისწინებით.
2. წონის დახასიათებით

საკვები პროდუქტების არჩევას მხედველობაში უნდა ვიქონიოთ:

- ✘ კვების კალორიულობა იზრდება ლაშქრობის სირთულის ზრდის პარალელურად, ერთ სულზე დღეში 3000-დან 6000-მდე კილოკალორია.
- ✘ საკვებ პროდუქტთა წონის განაწილება 1 სულზე 1,5კგ-დან 0,5კგ-მდე დღეში.
- ✘ ცილების, ცხიმების და ნახშირწყლების ოპტიმალური შერწყმა მნიშვნელოვნად არ იცვლება და შეიძლება მივიღოთ 1:1:4 პროპორციების შესაბამისად.

სიმაღლის დონის მატებასთან ერთად ხდება ჭამის მადის ინდივიდუალური ცვლილება. კვების პროდუქტების ნაკრები უნდა შეირჩეს ოპტიმალური კალორიულობით.

რაციონალური კვების ბალანსი მითითებულია აკადემიკოს ა.პაკროვსკის თეორიაში. იგი ამტკიცებს, რომ ადამიანის ორგანიზმი კვების პროდუქტებთან ერთად უნდა იღებდეს საჭირო ნივთიერებებს- ცილებს, ცხიმებს, ნახშირწყლებს მინერალურ მარილებს, მიკროელემენტებს და ვიტამინებს არა მარტო საჭირო რაოდენობით, არამედ გარემოსთან შეთავსებით ოპტიმალურ რაოდენობებში.

ცილები წარმოადგენს ცოცხალი ორგანიზმის უჯრედებისა და ქსოვილების ფუძეს. ცილების წყალობით ხორციელდება უმთავრესი ფიზიოლოგიური ფუნქციები. ცილებს მნიშვნელოვანი როლი ენიჭებათ ორგანიზმის სიმყარეში- ინფექციური

ავადმყოფობის დროს. ცხოველური ცხიმების მთავარი წყაროა: ყველი, ხაჭო, რძე და რძის პროდუქტები, კვერცხი და ხორცი.

ცხიმები არიან ენერგიას წყარო ადამიანის ორგანიზმში. ცხიმი შედის უჯრედული წარმონაქმნების შემადგენლობაში. ცილებთან ერთად კომპლექსურ ნაერთში, ცხიმი ხელს უწყობს ნივთიერებათა ცვლას.

ცხიმებთან ერთდ ნახშირწყლებიც წარმოადგენენ ენერგიის უმთავრეს წყაროს. ჯანმრთელი ადამიანისთვის დღე-ღამეში აუცილებელია 400 დან 500-გ-მდე ნახშირწყალი. ნახშირწყალი დიდი რაოდენობითაა შაქარში, თაფლში, პურში და შოკოლადში.

ვიტამინებს დიდი როლი აქვთ ქიმიური და ფიზიოლოგიური პროცესების რეგულირებაში, განსაკუთრებით რომელიც დაკავშირებულია ქსოვილებისა და უჯრედების აღდგენასთან და ნივთიერებათა რეგულირებაში.

მინერალური ნივთიერებები (მაკრო- და მიკროელემენტები) აუცილებელია ცვლის პროცესების დასარეგულირებლად. ნატრიუმი, კალციუმი და ქლორი ეხმარება სისხლში მარილშემცველობას. კალიუმის მთავარ წყაროს წარმოადგენს სოიო, ლობიო, მუხუდო, კარტოფილი და ა.შ. კალციუმით მდიდარია ყველი, ჭინჭარი, ოხრახუმი, ბევრი მაგნიუმია სოიოში, ხორბალში, გამშრალ სოკოში. ფოსფორს შეიცავს სოიო, ხაჭო, ყველი. პროდუქტების გადანაწილება მთლიანიბაში უნდა იყოს ერთ ადამიანზე დღეში არა უმეტეს 1000გრამისა. დღე-ღამის საკვების კალორიულობა 3000-3500კილოკალორიას არ უნდა აღემატებოდეს.

მნიშვნელოვანი ადგილი უჭირავს პროდუქტების ტრანსპორტირებასა და შენახვას. პროდუქტების ტრანსპორტირებისას აუცილებელია ვიზრუნოთ რომ ჰიგროსკოპიული პროდუქტები (მარილი, შაქარი, ბურღული) იყოს წყალგაუმტარ პოლიეთილენის შეკვრაში. ასევე უნდა ვიზრუნოთ, რომ ერთ მონაწილეს არ აღმოაჩნდეს ერთი სახეობის პროდუქტი.

7.2. კვების რეჟიმი

ლაშქრობაში კვების რეჟიმი განისაზღვრება მარშრუტის თავისებურებებით და დამოკიდებულია ჰაერის ტემპერატურაზე, სათბობით და თავშესაფარით უზრუნველყოფაზე უამინდობისას და სხვა. მარტივი მოგზაურობისას გათვალისწინებულია სამჯერადი ცხელი კვება. ამ შემთხვევაში სადილზე მოდის კვების დღე-ღამური რაციონის 40%, საუზმეზე – 35%, ვახშამზე – 25%. ორჯერადი ცხელი კვების დროს, მაგალითად სამთო მარშრუტებზე, საუზმეზე სასურველია

ლაიგემოს კვების დღე-ღამური რაციონის კალორიულობის 40%, ვახშამზე კი—35%; დარჩენილი 25% გათვალისწინებულია დიდ და მცირე შესვენებებზე.

საზამთრო მარშრუტებზეც მიზანშეწონილია კარგად საუზმობა და ვახშმობა, სადილი კი მიზანშეწონილია გადაიქცეს მსუბუქ წასაუზმებად ცხელი ჩაის თანხლებით.

ყველა შემთხვევაში დაუშვებელია ხანგრძლივი შესვენებები საკვების მიღებებს შორის. ამისათვის II და III მცირე შესვენებების დროს დილიდან, ან სადილის შესვენებაზე სასარგებლოა ბუტერბროდის მირთმევა, 2 ნაჭერი შაქარი და ერთი ყლუპი წყლის დაღევა. დაღლილობისას ან შიმშილის შეაგრძნობისას შეიძლება სიარულისას მომუავეო კანფეტის, გლუკოზის, ან შავი ქლიავის შეჭმა.

7.3. კვების რაციონის შედგენილობა

მარტივი მოგზაურობის დროს კვების დღე-ღამური რაციონი რეკომენდირებულია იქნეს შემდგარი პროდუქტების შემდეგი საშუალო რაოდენობებით 1 ადამიანზე, გრამებში:

- ☞ თეთრი ან შავი პური, ორცხობილა ან გალეტი – 500, 350-200, 300;
- ☞ ბურღულეული და მაკარონის ნაწარმი: მანანას ბურღული, ჰერკულესი წიწიბურას, ბრინჯის, ბარდის კონცენტრატები, ვერმიშელი, ატრია (лапша) და ა.შ. – 180-200;
- ☞ სუპის კონცენტრატები – 30-40;
- ☞ დაკონსერვებული ხორცი (მოთუშული, შემწვარი, პაშტეტი) – 100-130;
- ☞ ძეხვეული – 50-80;
- ☞ კარაქი, ერბო, ზეთი – 40-50;
- ☞ ყველი – 30-50;
- ☞ რძე, შესქელებული, ან მშრალი – 50-60;
- ☞ შაქარი, კანფეტები მუავე გულსართით – 130-150;
- ☞ მარილი, ხახვი, ნიორი, სანელებლები, სასმელები (ჩაი, ყავა, კომპოტი, კისელი) – 60-80.

ზემოთ ჩამოთვლილი პროდუქტების ნაკრების საერთო კალორიულობა შეადგენს 3000-3500 კკალ-ს, ხოლო შეფუთვასთან ერთად იწონის 1200-1500 გრამს.

მაღალი სირთულის მოგზაურობის დროს რეკომენდირებულია კვების დღე-ღამური რაციონი პროდუქტების შემდეგი რაოდენობით ერთ ადამიანზე, გრამებში:

- * ორცხობილა ან გალექტი – 150–200;
- * ბურღულეული (მანანას ბურღული, ჰერკულესი, წიწიბურას და ბარდის კონცენტრატები, ვერმიშელი) – 30-40;
- * ხორცი დაკონსერვებული – 50–70;
- * ძეხვეული – 50–70;
- * კარაქი, ერბო, შპივი – 80–100;
- * მშრალი ნაღები – 80–100;
- * ყველი – 30–40;
- * შაქარი, გლუკოზა, მუავე კანფეტები – 150-170;
- * ქიშიში, შავი ქლიავი, ნიგოზი, ხახვი, ნიორი – 40–60;
- * მარილი, სანელებლები, სასმელები, ვიტამინები – 30–40.

ზემოთ მოყვანილი ნაკრების საერთო კალორიულობა 4000 კკალ-ია, მასა კი შეფუთვით შეადგენს 1100–1200გრამს.

თუ მარშრუტი გადის დასახლებულ ადგილებში, მაშინ მიზანშეწონილია თავიდან პროდუქტების ნაწილის წადება, ვიდრე დაგეგმილია მთელ მარშრუტზე. გზაში შეიძლება ყიდვა პურის, შაქრის, ბურღულის, ორცხობილას, მარილის და ა.შ. მოგზაურობის დროს პროდუქტების მარაგი ივსება აგრეთვე ახალი ხილით, ბოსტნეულით, რძით, ხაჭოთი, კვერცხით.

წყლით მოგზაურობისას თუ მარშრუტში არ არის ჩართული გრძელი ფეხით სასიარულო მისადგომები, შეიძლება პროდუქტების მასის გაზრდა; ეს საშუალებას იძლევა კვების რაციონში ჩართული იქნას ფქვილი, ზეთი, თევზის და ხორცის კონსერვები, სახამებელი, საფუარი, სოუსები, საკაზმები.

სამთო მოგზაურობისას ზურგჩანთა ზოგჯერ გადამწყვეტ როლს თამაშობს, ამიტომ პროდუქტების ნაკრები მკაცრად ლიმიტირებული უნდა იყოს; ასეთ შემთხვევაში ხორცი უნდა იყოს სუბლიმაციური მეთოდით გამშრალი, ორცხობილას, კარაქის და ბურღულის მასა უნდა შემცირდეს, ხოლო რაციონის შემცირებული კალორიულობის კომპენსირება უნდა მოხდეს მშრალი ნაღებით; სხვა პროდუქტებიდან სამთო მოგზაურობაში რეკომენდირებულია თევზი ნაფოტა (водня), შავი ქლიავი, კურაგა, ქიშიში, გლუკოზა, ჰალვა.

სათხილამურო მოგზაურობისას, ისე როგორც სამთო მოგზაურობისას პროდუქტების მასის და კალორიულობის გადიდება მიიღწევა რაციონში უფრო მეტი, ვიდრე ზაფხულში, ცხიმების (კარაქი, შპივი, მშრალი ნაღები) შეტანით.

საკვების ვიტამინიზაციისთვის რაციონში დამატებით შეაქვთ ნიორი, ხახვი, შავი ქლიავი და ა.შ. ზამთარში ყველის წადება არ არის რეკომენდირებული, რადგან ის იყინება და უგემური ხდება.

კვების რაციონის გაანგარიშებისას მხედველობაში უნდა მივიღოთ ცილების, ცხიმების და ნახშირწყლების საუკეთესო შეთანწყობა: 1:1:4; ეს ნიშნავს, რომ ერთ ნაწილ ცილაზე უნდა მოდიოდეს ერთი ნაწილი ცხიმი და ოთხი ნაწილი ნახშირწყალი. პროდუქტების კალორიულობა წარმოდგენილია ცხრილში 6

ცხრილი 6

პროდუქტები და მათი კალორიულობა 100 გრამზე

პროდუქტები	ცილები, გ	ცხიმები, გ	ნახშირწყლები, გ	კალორია
დაკონსერვებული ხორცი (ძროხა)	25	12,8	0,5	223
დაკონსერვებული ხორცი (ღორი)	13,4	27,8	0,4	315
შესქელებული რძე	7,1	8,6	54,9	334
რძის ფხვნილი	27,1	24,6	25,8	480
შესქელებული ნაღები	8,1	18,5	46,6	396
ჭვავის პური	4,7	0,7	39,2	187
ორცხობილა	10,5	1,2	68,5	335
შაქარი	0	0	98,9	406
წიწიბურა	8,6	2,3	62,4	312
მანანას ბურღული	9,5	0,7	70,4	334
ავსიანკა	8,9	5,9	59,8	336
პერლოვკა	6,3	1,2	66,2	310
ბრინჯი	6,4	0,9	72	330
მაკარონი, ვერმიშელი	9,6	0,8	71,2	338
ბარდა	15,2	2,1	49,3	286
ნახევრად შებოლილი ძეხვი	14,5	31,1	0	349

შებოლილი ძეხვი	18,9	36,4	0	420
ლორი	1,8	78,6	0	739
კარაქი	0,5	79,3	0,5	742
ერბო	0	94,1	0	875
ყველი	19,2	27	3,4	348
კვერცხი	49,9	34,2	0	523

სასმელები.

რაციონალურად შერჩეული და სწორად მომზადებული სასმელები ბევრად სასარგებლო და უმჯობესია უბრალო წყალზე:

- ☺ უკეთესად კლავენ წყურვილს;
- ☺ ამცირებენ მოთხოვნას სითხეზე;

ასეთი თვისებები გააჩნია ხილის, კენკროვან და ბოსტნეულის წვენებს; უმჯობესია ისინი წავიღოთ პლასტმასის ან ალუმინის ქილებით. სამწუხაროდ მათი გამოყენება შესაძლებელია მხოლოდ მოკლევადიან ლაშქრობებში. ხანგრძლივ ლაშქრობებში იყენებენ წყალში გასახსნელ ალუბლის, მოცხარის, ან სხვა კენკრის ექსტრაქტებს. მთებში, აგრეთვე ზამთრის პირობებში მიღებულია მთის მდინარის წყლის დაღევა, აგრეთვე გამდნარი თოვლისა და გამდნარი ყინულისგან მიღებული წყლის დაღევა. ყინულიდან მიღებული წყალი თითქმის არ შეიცავს მინერალურ მარილებს, ამიტომ დიდი ხნით მიღების შემთხვევაში ასუსტებს ორგანიზმს და მასში იწვევს მარილების ნაკლებობას; ალპინისტებს მთაში მიაქვთ გლიცერო-ფოსფატის ტაბლეტები, ან ნატრიუმის, ფოსფორის, მაგნიუმის და კალციუმის შემცველი მარილები. 1-2 ლიტრ წყალზე საკმარისია 2-3 ტაბლეტის გახსნა; შესანიშნავად კლავს წყურვილს ნებისმიერი ჩაი: შავი ბაიხის, ან მწვანე ჩაი, რომელიც ზრდის ნერწყვის გამოყოფას და ამით პირში სიმშრალე ქრება.

7.4 წყალ-მარილის რეჟიმი

წყლის დანახარჯები ტურისტის ორგანიზმში ძალზე დიდია და მაღალი ტემპერატურების, დიდი ფიზიკური დატვირთვის და ჰაერის დაბალი ფარდობითი ტენიანობის დროს აღწევს 3-5 ლიტრს დღე-ღამეში. ამ დანახარჯის შევსებაში გვეხმარება წყალ-მარილის რეჟიმის მკაცრი დაცვა.

სითხის მიღება ლაშქრობისას ძირითადად რეკომენდირებულია საუზმის, სადილის და ვახშმის დროს; მხოლოდ ამ მომენტებში შეუძლიათ ტურისტებს სვან წყალი წყურვილის სრულ დაკმაყოფილებამდე; ცხელ დღეებში დასაშვებია მცირე შესვენებისას პირსა და ყელში წყლის გამოვლება. **მოძრაობისას წყლის დაღვევა არ შეიძლება.** წყურვილის შემთხვევაში დასაშვებია მომუაო კენკრა, ყინულ-კარამელის, მშრალი შავი ქლიავის, ან პატარა (რა თქმა უნდა სუფთა) ქვის წუწვნა

წყლის გაწმენდა

შესაძლებელია ლაშქრობა მოხდეს ისეთ ადგილებში, სადაც არ არის სუფთა წყალი, ან შემდგრეულია. ამ შემთხვევაში უმჯობესია დაველოდოთ წყლის დაწმენდას. ეს პროცედურა გავიმეოროთ 2–3-ჯერ, შემდეგ კი წყალი უნდა ავადულოთ; თუკი ადულების შემდეგ წყალი ისევ შემდგრეული დარჩა, უმჯობესია მასში ჩავყაროთ მცირეოდენი მარილი, ან ძალიან მცირე კალიუმის პერმანგანატი, რომელიც ოდნავ შეუცვლის წყალს ფერს; შესაძლებელია ამის გაკეთება კანდოციტის ტაბლეტებით.

7.5. პროდუქტების მომზადება ლაშქრობის წინ

პროდუქტების დამუშავება ლაშქრობის წინ. დამუშავების მიზანია პროდუქტების მასის შემცირება, იზოლაცია და მოსამზადებელი დროის შემცირება. ამ მიზნით რეკომენდირებულია:

- ორცხობილა ხელახლა გამოვაშროთ და საგულდაგულოდ გავახვიოთ პერგამენტში, ან პოლიეთილენში;
- ჩაი, ყავა, კაკაო ქაღალდის ყუთიდან უნდა გადავიდოთ პოლიეთილენის ყუთებში, რომლებსაც თავი კარგად ეხურებათ, წინააღმდეგ შემთხვევაში სკოჩით მოვუკრთ თავი. ასევე ხელახლა უნდა გავაშროთ მარილი ტაფაზე და წყალგაუმტარ პაკეტში ჩავდოთ;
- პროდუქტები, რომლებიც ადვილად იბნევიან (შაქარი, რძის ფხვნილი უნდა ჩავდოთ პოლიეთილენის პარკებში, ან ნაჭრის წყალგაუმტარ ტომრებში;
- ზეთი უნდა იყოს პოლიეთილენის ბოთლში, რომელსაც კარგად ეჭირება საცობი; კარაქის წადება ძალიან ძნელია, ამიტომ მას აფასოებენ რკინის ყუთში, შემდეგ კი პოლიეთილენის პაკეტში;

- ☛ ერთდღიანი ლაშქრობის დროს შესაძლებელია ხორცის წაღება; ის უნდა წავიდოთ უკვე მომზადებული; შესაძლებელია მხოლოდ მისი გაცხელება. სუბლიმირებული ხორცი აუცილებლად უნდა შევცვალოთ ბუნებრივი ფარშის დამატებით; შესაძლებელია ფარშის გამოშრობა დაბალ ტემპერატურაზე—70-80°;
- ☛ ფქვილი უნდა წავიდოთ მშრალი და გაცრილი; წიწიბურა უმჯობესია წავიდოთ მოხალული;

ლაშქრობისას შესაძლებელია პროდუქტების გზადაგზა შევსება. მაგალითად, თუ ლაშქრობა დაგეგმილია ივლისში და მისი მარშრუტი გადის ისეთ ადგილებში, სადაც ხენდრო იზრდება, შესაძლებელია მოცხარის და ხენდროს მოკრეფა. ივლისში აგრეთვე მწიფდება მოცხარი (შავი), აგვისტოში კი მაცვალი, ასკილი; ძალიან მნიშვნელოვანია ლაშქრობის დაგეგმვა სოკოს შეგროვების მიზნით. ქალაქის მოსახლეობას ხშირად სჭირდება 1-2 დღიანი week-end სოკოს შესაგროვებლად; სოკო არის გემრიელი, კალორიული და ცილების შემცველი პროდუქტი. ლაშქრობისას მიღებულია 20-25 სმ სიღრმის, 1,5 მ ფართობის ორმოს ამოთხრა კოცონის დანთების მიზნით; ასეთი ფართობის ორმოზე კუთხეებში, როგორც წესი, ჩასვამენ ხოლმე ხეებს დიამეტრალურად, შეაერთებენ მავთულებით და ჩამოკიდებენ მასზე სოკოს გასაშრობად; მაცვალზე სოკო შრება სწრაფად და ასეთი წესით გამშრალ სოკოს ჭია არ უჩნდება.

ტურისტული ფირმის მენეჯერმა საჭიროა იცოდეს:

- ☎ ადგილები, სადაც სოკო იზრდება;
- ☎ პერიოდი, როცა სოკოები იზრდება და მათი დაკრეფა დიდი რაოდენობით არის შესაძლებელი;
- ☎ გარდა სოკოებისა, მიღებულია ლაშქრობის ორგანიზება ველური კენკრის და წამლებისათვის სამკურნალო მცენარეების მოგროვების მიზნით. როგორც სოკოებში, ისე სამკურნალო მცენარეებში უნდა ერკვეოდეს ინსტრუქტორი და საჭიროა მისი კვალიფიციური რჩევები.

ტურისტული ფირმის თანამშრომელმა, რომელიც ლაშქრობას ხელმძღვანელობს, უნდა იცოდეს ზოგადკულინარული წესები. ხანგრძლივ ლაშქრობებში, როგორც წესი, საკვებს ტურისტები მორიგეობით ამზადებენ, რისთვისაც საჭიროა გამოცდილება და ზოგიერთი წესების ცოდნა: კარტოფილს მარილი წყლის ადულების მერე მოვაყაროთ; წვნიანი კერძისთვის ხორცი აუცილებლად უნდა იხარშოს ცივ წყალში, ხოლო თევზს რომელიც სწრაფად იხარშება, იღებენ და ბოსტნეულის მოხარშვის შემდეგ აბრუნებენ წყალში. ფაფების მოსამზადებლად

მარილწყალს ადუღებენ, ხოლო ბურღულეულს მარილიან წყალში ჰყრიან. შესაწავი კერძის მოსამზადებლად, საჭიროა ტაფის გაცხელება. ბრინჯის, პერლოვკის და სხვა ბურღულეულის მოსამზადებლად საჭიროა მათი გამდინარე წყალში გარეცხვა; მარილი იხმარება გემოვნების მიხედვით; ერთ ჭიქა ბურღულზე საჭიროა 1 ჩაის კოვზი მარილი; მიღებულია, რომ ფაფა შესქელებამდე მაღალ ცეცხლზე მოვამზადოთ, რისთვისაც უნდა ვურიოთ გამუდმებით, ხოლო შესქელების შემდეგ ხარშვა უნდა გაგრძელდეს დაბალ ცეცხლზე. დაკონსერვებული ხორცი, როგორც წესი, იყრება ადუღებულ სუპში გადმოღებამდე რამდენიმე წუთით ადრე. თევზს ასუფთავებენ კუდიდან თავის მიმართულებით, შემდეგ აცლიან შიგნეულს; იმისთვის რომ თევზს ქერცლი სწრაფად მოეცალოს, საჭიროა რამდენიმე წუთით ჩაეუშვათ ადუღებულ წყალში. შესაწავად თევზი უნდა ამოვავლოთ ჯერ მარილში, შემდეგ—ფქვილში. გამშრალი ბოსტნეული მოხარშვის წინ ერთი საათით ადრე უნდა დავალებოთ. ვერმიშელი, მაკარონი და ბრინჯი რომ არ შეწებდეს, უნდა ვადუღოთ შესაბამისად 8-10, 15-18, 20 წთ და მოხარშვის შემდეგ გადავავლოთ ცივი წყალი. იმ შემთხვევაში, თუ ფაფისთვის დაგვავიწყდა მარილის მოყრა, მაშინ შეიძლება მარილის საჭირო რაოდენობა გაეხსნათ წყალში და დავამატოთ. ლობიო, ბურღული დილით რომ სწრაფად მომზადდეს, საჭიროა საღამოს ჩავალებოთ ცივ წყალში. გამშრალი პური უნდა შევახვიოთ დანამულ ტილოში და რამდენიმე წუთით ჩამოვკიდოთ მაყალზე. თუ კარტოფილი მოიყინა, მაშინ იგი უნდა გავაღლოთ ცეცხლზე და გაფცქვნის შემდეგ ადუღებულ წყალში უნდა მოიხარშოს.

ქვაბი ცეცხლზე რომ არ გაიშუროს, უნდა წავუსვათ საპონი, ან ტალახი. ლაშქრობისას ქვაბის გასარეცხად შეიძლება გამოვიყენოთ ანწლის ნაყოფი.

ლაშქრობისას აგრეთვე მნიშვნელოვანია პროდუქტების მოცულობა და წონა განვსაზღვროთ თვალით ან სხვა საშუალებით. მიღებულია თან გვეტონდეს შემდეგი ცხრილი (ცხრილი 7)

ცხრილი 7

პროდუქტი	ჭიქა	სუფრის კოვზი	ჩაის კოვზი
ფქვილი	300გ	10 გ	5 გ
შაქარი	400 გ	15გ	10გ
ერბო	450 გ	20 გ	10 გ
რძის ფხვნილი	250 გ	10 გ	5 გ
არაუანი	400 გ	15 გ	10 გ
ვერმიშელი	170 გ		
ტომატი	400 გ	18 გ	10 გ

წიწიბურა	300 გ		
პერლოვკა	300 გ		
მანანის ბურღული	335 გ		
ჰერკულესი	300 გ		
ბრინჯი	400 გ		
ღობიო	350 გ		
ბარდა	485 გ		

იმისთვის რომ განესაზღვროთ ჭურჭლის მოცულობა, უნდა გამოვიდეთ შემდეგი მონაცემებიდან: ერთი ჩაის ჭიქის მოცულობაა 250 კუბური სმ, ან 16,5 სუფრის კოვზი, ან 50 ჩაის კოვზი; 1 სუფრის კოვზი=3 ჩაის კოვზს; 1 ლიტრი წყალი=4 ჭიქას= ერთ კგ-ს.

დრო, რომლის განმავლობაში იხარშება პროდუქტები: ჰერკულესი – 3-5 წთ; მანანის ბურღული – 10-12 წთ; წიწიბურა – 35-40 წთ; პერლოვკა – 1 სთ; ბრინჯი – 18-20 წთ; ბარდა – 2-3 სთ; ვერმიშელი –10-15 წთ; კარტოფილი – 20 წთ; ისპანახი, ჭინჭარი – 15-20 წთ; თევზი – 15-20 წთ; ძროხის ხორცი – 2 სთ; ღორის ხორცი –1,5 სთ.

საკონტროლო კითხვები

1. რა უნდა მივიღოთ მხედველობაში სათავედადასავლო ტურიზმში კვების პროდუქტების შერჩევას?
2. რომელი საკვები ნივთიერებების აუცილებლობა უნდა გავითვალისწინოთ კვების დღე-ღამურ რაციონში?
3. რაზეა დამოკიდებული კვების რეჟიმი და როგორ გავანაწილოთ კვების დღე-ღამური რაციონის კაორიულობა საუზმეზე, სადილსა და ვახშამზე?
4. რომელი საკვები ნივთიერებების შემცველობა უნდა გავზარდოთ კვების დღე-ღამურ რაციონში რთული მოგზაურობის დროს?
5. როგორია კვების დღე-ღამური რაციონის კალორიულობა?
6. როგორ დავიცვათ წყალ-მარილის რეჟიმი მოგზაურობისას?
7. როგორ გავწმინდოთ წყალი ლაშქრობაში?
8. რატომ არის საშიში გამდნარი თოვლიდან ან ყინულიდან მიღებული წყლის სმა და როგორ ავიცილოთ ეს საშიშროება?
9. როგორ უნდა დამუშავდეს პროდუქტები ლაშქრობის წინ?
10. ლაშქრობისთვის აუცილებელი რომელი ზოგად-კულინარული ჩვევები იცით?

ნაზი ალხანაშვილი

თემა 8. მოგზაურობის უსაფრთხოება და პირველი დახმარების აღმოჩენა

8.1. სამედიცინო ავთიაჰი

16–18 კაცის ჯგუფური მოგზაურობისას უნდა გვქონდეს სამედიცინო ავთიაჰი ცხრილი 5.

მედიკამენტის დასახელება	რაოდენობა	გამოყენება და დოზები
ბინტი სტერილური	8-10 ც	გადასახვევად
ელასტიური ბინტი	1-2 ც	გადასახვევად
რეზინის ჟგუტი	1 ც	სისხლდენის შესაწყვეტად
სამედიცინო ბამბა	200 გ	სისხლდენის შესაწყვეტად
ლეიკოპლასტირი	10-20 ც	დასაკრობად
თერმომეტრი	1 ც	სიცხის გასაზომად
მაკრატელი	1 ც	
იოდის ნაყენი	1 ბოთლი	ჭრილობის დასამუშავებლად
ზელიონკა	1 ბოთლი	
ბორის მჟავა	50 გ	თვალის სავლები
ნიშადურის სპირტი	1 ბოთლი	სასუნთქებლად
ენტეროლი	20 ტაბლეტი	ფაღარათის საწინააღმდეგო
ნოშპა	20 ტაბლეტი	სპაზმების საწინააღმდეგო
ანტიბიოტიკი		
ერთჯერადი შპრიცი	10 ც	
ქაფურის ზეთი	1 ბოთლი	
ანალგინი ამპულაში	10ც	
კოფეინი ამპულაში	10ც	

ტურისტულ ბილიკებზე შეიძლება შეგვხვდეს სიძნელეები და საშიშროებები; ზოგიერთი მათგანი დაკავშირებულია რეალურ წინააღმდეგობებთან (უღელტეხილების, ჭაობების და სხვათა გავლა), მეორენი შეიძლება დაკავშირებულნი იყვნენ ამინდის ცვლილებასთან და ატარებენ ეპიზოდურ ან საზონურ ხასიათს, მესამე, და ყველაზე მრავალრიცხოვანი კი გამოწვეულია ტურისტების არასწორი მოქმედებებით.

8.2. საშიშროებები, ტრამვები და დაავადებები, განპირობებული ტურისტების არასწორი მოქმედებებით

თერმული დამწვრობები. კოცონთან, პრიმუსთან, საველე გაზქურებთან არაფრთხილი მოქცევა, ცხელ საჭმელიანი ჭურჭლის გადაყირაგება და მდუღარე წყლით დაწვა მოგზაურობებში ტრამვების ძალზე გავრცელებული მიზეზებია.

თერმული სიღამწვრის პროფილაქტიკა. დამწვრობასთან დაკავშირებული ტრამვების თავიდან ასაცილებლად უნდა ვიხელმძღვანელოთ შემდეგი წესებით:

- ❏ კოცონის მორიგეებს უნდა ეცვათ ფეხსაცმელი, თათმანები და გრძელი შარვალი ;
- ❏ კოცონზე ვედროს დასაკიდი ტროსი უნდა იყოს საიმედო;
- ❏ მზა ცხელი საჭმელი უნდა დაიდგას მხოლოდ ისეთ ადგილებში, სადაც მას არავინ შეეხება;
- ❏ ზამთარში ჭურჭელი ცხელი საჭმელით თოვლში არ უნდა ჩაედგათ, რადგან ამ უკანასკნელის დნობისას ის შეიძლება გადაყირავდეს;
- ❏ უნდა ვერიდოთ ნაპერწკლებიან შეშას;
- ❏ არ უნდა დაუშვათ თამაშობები და გართობები ცეცხლთან.

პირველი დახმარება თერმული დამწვრობისას. ალით დამწვრობისას უპირველეს ყოვლისა უნდა ჩავაქროთ დაზარალებულზე ცეცხლმოდებული ტანსაცმელი (გავახვიოთ ის მჭიდრო ქსოვილში, ან ჩავუშვათ წყალში, ან თოვლი მივაცაროთ) და მერე სწრაფად გავხადოთ ეს ტანსაცმელი. მდუღარე წყლით ან ცხელი საჭმელით დამწვრობისას სწრაფად უნდა გავხადოთ ცხელი სითხით გაუღენთილი ტანსაცმელი.

მცირე სიღამწვრის დროს რეკომენდირებულია დაშავებული ადგილის გაწმენდა წყალბადის ზეჟანგში დასველებული ტამპონით, შემდეგ კი უნდა შევუხვიოთ მარგანეცის მჟავა კალიუმის ხსნარში ან სასმელ სოდაში დასველებული სტერილური ბინტით. პირველი და მეორე ხარისხის ლოკალური დამწვრობის შემდგომი მკურნალობა მდგომარეობს კანის დამწვარი მონაკვეთების დამუშავებაში სინტომიცინის (სტრეპტოციდის) ემულსიით ან ვიშნევსკის მაღამოთი, ტურისტების დასახლებულ ადგილებში გამოსვლისას კი მივმართოთ ექიმს. სხეულის მნიშვნელოვანი ზედაპირის დამწვრობისას, ან ქსოვილების დრმა დაზიანებისას (III, IV ხარისხის დამწვრობა) დაზარალებული სწრაფად უნდა გადავიყვანოთ უახლოეს მედპუნქტში; თუ სიღამწვრე შეეხო კანის მონაკვეთს სახსრებთან ახლოს, მაშინ ტრანსპორტირების წინ კიდურზე ადებენ საღტეს ხელთ არსებული მასალიდან; გარდა ამისა რეკომენდირებულია დაზარალებულმა მიიღოს, ანდა უკეთესია გაუკეთდეს ინექცია ტკივილგამაყუჩებლის და გულის საშუალებების (მორფინი, პანტოპონი, ქაფური). წამლების უქონლობისას, ექიმის ჩარევამდე დაზარალებულს შეიძლება მივცეთ მაგარი, ტკბილი ჩაი.

დამწვრობისას პირველი ექიმამდელი დახმარების აღმოჩენისას არ უნდა გაკეთდეს ისეთი რამ, რაც ხელს შეუშლის შემდგომ მკურნალობას; მაგალითად არ შეიძლება დამწვარ კანზე მიკრული ტანსაცმელის მონაკვეთების აძრობა, კანზე გაჩენილი

ბუშტების დარღვევა, დამწვარი ზედაპირის დამოუკიდებლად შეხეთვა ზეთით ან ცხიმებით; არ უნდა გამოვიყენოთ ისეთი “ხალხური საშუალებები”, როგორცაა აბლაბუდა, ან შარდი. ამან შეიძლება გამოიწვიოს დამწვრობის დაჭუჭყიანება, ან გააძლიეროს ქსოვილის დაზიანება.

ჭრილობები მჭრელი ან მხვლეტავი იარაღით. მოუხერხებელი ან არადისციპლინირებული ტურისტის ხელში ნებისმიერი მჭრელი, ან მხვლეტავი იარაღი ხდება პოტენციალურად საშიში და შეიძლება გახდეს მიზეზი ჭრილობის ; ჩვეულებრივ ეს ხდება შეშის დამზადების დროს, ხელიდან ცულის ან დანის დავარდნისას, ან უბრალოდ ცელქობისას.

ბასრი იარაღით ჭრილობების პროფილაქტიკა. ტურისტებმა უნდა დაიცვან შემდეგი წესები:

- ✦ მარშრუტზე ცული, ხერხი, დანები უნდა წავიდეთ მხოლოდ შალითებში;
- ✦ შესვენებაზე ბასრი იარაღი მოვათავსოთ ერთ შეთანხმებულ ადგილზე;
- ✦ ღამით ბასრი იარაღი მოვათავსოთ კარავის ქვეშ;
- ✦ ცულით და ხერხით ვიმუშაოთ თათმანებში;
- ✦ დაუშვებელია ყველანაირი გართობა, დაკავშირებული დანის ან ცულის ხეებზე დარჭობასთან.

პირველი დახმარება ჭრილობების დროს. მცირე ჭრილობის დროს ჭრილობიდან უნდა მოვაცილოთ ჭუჭყი წყალბადის ზეუპნით დასველებული ტამპონით, ჭრილობის ირგვლივ კანი დავამუშაოთ იოდის ნაყენით, ან ბრილიანტის მწვანეთი, მოვაყაროთ ჭრილობას სტრეპტოციდის ფხვნილი და დავადოთ ასეპტიკური ნახვევი.. გაკაწრული ადგილები შეიძლება დავაწებოთ ბაქტერიციდული პლასტირით. წამლების უქონლობისას კანი უნდა მოვბანოთ ბენზინით, წყლით და საპნით. ვენური ან კაპილარული სისხლდენისას, როცა სისხლი ფარავს ჭრილობას, ადებენ დამწნევ ნახვევს ინდივიდუალური პაკეტის გამოყენებით; ამასთან დაზიანებული კიდური უნდა ავწიოთ მაღლა.

არტერიული (პულსირებადი) სისხლდენა შეიძლება შევაჩეროთ ჭრილობის ზევით ძარღვზე დაჭირებით. შეუჩერებადი სისხლდენისას უნდა გამოვიყენოთ ჩალიჩი (უგუტი). ჩალიჩის დადების სისწორე განისაზღვრება სისხლდენის შეჩერებით და პულსის დაკარგვით პერიფერიისკენ; ჩალიჩის ნაცვლად შეიძლება გამოვიყენოთ აგრეთვე ღვედი, თოკი, პირსახოცი, მაგრამ მათ ქვეშ აუცილებლად უნდა ამოვუდოთ რამდენჯერმე დაკეცილი ხელსახოცი, მარლა და ა.შ.. ჩალიჩი უნდა იმყოფებოდეს კიდურზე არაუმეტეს 1–1,5 სთ; ამ დროის გავლის შემდეგ ის

უნდა შევასუსტოთ და თუ სისხლდენა არ შეჩერდა, რამდენიმე წუთის შემდეგ ჩალიჩი კვლავ დავჭიმოთ. რეკომენდირებულია დაზარალებულისთვის ტკივილგამაყუჩებელი შრატის ინექცია და მისი მდგომარეობისგან დამოკიდებულებით უახლოეს მედპუნქტში გადაყვანა.

ჩირქოვანი ჭრილობების მკურნალობა პირველ რიგში ითვალისწინებს ჭრილობის განთავისუფლებას ჩირქისგან; ამას ხელს უწყობს სუფრის მარილის მაგარი ხსნარის (1 ჩაის კოვზი მარილი 0,5 ჭიქა წყალზე) ნახვევი; რაც ძლიერაა დაჩირქებული ჭრილობა, მით ხშირად უნდა გაკეთდეს შეხვევები, მაგრამ არა უმეტეს 2-3-ჯერ დღეში. მას შემდეგ რაც ჭრილობა გაიწმინდება ჩირქისგან და მისი ზედაპირი გახდება ვარდისფერი, უნდა გადავიდეთ მალამოთი შეხვევებზე (სინტომიცინის ემულსია, ტეტრაციკლინის მალამო და სხვა) და ვცვალოთ ის არა უმეტეს ერთხელ დღეში.

8.2.1. ჭრილობები ცეცხლსასროლი იარაღით

მეზავრობისას ზოგიერთ ტურისტს თან მიაქვს სანადირო თოფი. მასთან არაფრთხილ მოპყრობასა და ნადირობისას უსაფრთხოების წესების იგნორირებას შეიძლება მოჰყვეს მძიმე ტრამეები ჭრილობებით და დამწვრობით.

ცეცხლსასროლი იარაღიდან ტრამეების პროფილაქტიკა. მარშრუტზე

გასვლამდე წესად უნდა მივიღოთ. რომ

- ⊗ თოფს ეხება მხოლოდ მისი პატრონი;
- ⊗ მოგზაურობისას დაუშვებელია იარაღთან თამაში, მისი ღულის ხალხისკენ მიშვერა;
- ⊗ დაუშვებელია თოფის გამოყენება არა დანიშნულებისებრ, მაგალითად საყრდენად, ან ბერკეტად;
- ⊗ დასახლებულ პუნქტებში თოფი უნდა იყოს დაცლილი (განმუხტული) და შეფუთული;
- ⊗ ჩახმახის შემართვა შეიძლება მხოლოდ გასროლის წინ;
- ⊗ არ შეიძლება სროლა ხმაურზე სიბნელეში, ან არანათელი მიზნის დროს

ნადირობის დრო და ცეცხლის მიმართულება ისე უნდა იყოს შერჩეული, რომ არავის ჯგუფის სხვა მონაწილეებიდან არ შეეძლოს შემთხვევით მოხვედრა სროლის არეში.

პირველი დახმარება ცეცხლსასროლი ჭრილობების დროს. დაზარალებულს

უნდა შეუჩერდეს სისხლის დენა (იხ. ზემოთ) და ჭრილობაზე დაედოს სტერილური

ნახვევი. შესაძლებლობის შემთხვევაში დაჭრილს უკეთებენ შოკისსაწინააღმდეგო საშუალებებს, რომელნიც იმყოფებიან საველე აფთიაქში და გადაჰყავთ ის ექიმთან. დამოუკიდებლად საფანტის მოცილება ან მკურნალობა სხვა საშუალებებით არ შეიძლება.

8.2.2. კვების პროდუქტებით მოწამლვა და ნაწლავური დაავადებები

არაკეთილხარისხოვანი პროდუქტების მოხმარებამ შეიძლება გამოიწვიოს საკვებით მოწამლვა, ან კუჭის მწვავე გაღიზიანება. დაავადების სიმპტომებია შეტევითი ტკივილები მუცლის არეში, კუჭის აშლა, გულისრევა, ტემპერატურის ამაღლება. რადგან საჭმელი მზადდება ყველა ტურისტისთვის, მოწამლვამ შეიძლება დაახარალოს ჯგუფის დიდი ნაწილი ყველაზე მოულოდნელ მომენტში. (მხედველობაში უნდა ვიქონიოთ, რომ საკვებით მოწამლის ფარული პერიოდი რამდენიმე საათს გრძელდება).

კუჭის დაავადებები შეიძლება გამოიწვიოს აგრეთვე კვების რეჟიმის დარღვევამ, მათ რიცხვში საკვების მიღებამ დიდი დაგვიანებით, მშრალმა კვებამ, ძალიან ცხელმა, ან მსუქანმა საჭმელმა, ცუდმა წყალმა. განსაკუთრებით ხშირად ავადდებიან ახალბედა ტურისტები, რომელთაც არ შეუძლიათ წყურვილთან ბრძოლა, იკლავენ წყურვილს გაჭუჭყიანებული ნაკადულიდან, ჭაობიდან ან გუბიდან და ამით ორგანიზმში შეაქვთ საშიში მიკრობები, ან ქიმიური ნივთიერებები.

კვების პროდუქტებით მოწამლის პროფილაქტიკა. ასეთი მოწამლვის თავიდან ასაცილებლად საჭიროა მარტივი ჰიგიენური წესების დაცვა; სალაშქრო პირობებში არ შეიძლება მოხარშული ძეხვის, სახლში დამზადებული შეუმოწმებელი ხორცის და რძის პროდუქტების მოხმარება, ამობურცული სახურავის მქონე (ბომბაჟიან) ქილებში არსებული კონსერვების გამოყენება; სასმელი წყალი მხოლოდ სუფთა წყაროებიდან უნდა იქნას აღებული და აღუდდეს; არ შეიძლება გახსნილი დაკონსერვებული პროდუქტების მეორეჯერ მოხმარება, განსაკუთრებით რომლებიც იმყოფებიან ლითონის გახსნილ ქილებში; არ შეიძლება მძაფე სუნის, არადამახასიათებელი ფერის და სახის პროდუქტების ჭამა.

პირველი დახმარება კვების პროდუქტებით მოწამლისას. პირველ რიგში უნდა გაიწმინდოს კუჭი რამდენიმე ჭიქა სოდიანი თბილი წყლის მიღებით. სანამ არ დაიწყება გულის რევა კუჭის გარეცხვა გავიმეოროთ რამდენჯერმე, შემდეგ მივცეთ დაზარალებულს სასაქმებელი, ღია ვარდისფერი კალიუმმარგანცოვკის 0,5 ჭიქა ხსნარი და ტეტრაციკლინი. შემდეგ საჭიროა დიეტის მკაცრი დაცვა, მაგარი ცხელი

ჩაის მიღება. ავადმყოფის მდგომარეობიდან გამომდინარე ის უნდა გადაყვანილი იქნას ექიმთან. ტკივილების შემთხვევაში რეკომენდირებულია გულის და ტკივილგამაყუჩებელი საშუალებების მიცემა.

კუჭის წვის (ძმარვის), ტკივილების და აშლილობისას პირველი დახმარება.

მკურნალობა ითვალისწინებს კვების რეჟიმის დაცვას. კუჭის ძმარვისას უნდა გამოირიცხოს ან შეიზღუდოს მუავე პროდუქტები, შავი პურის ორცობილა, კისელი, კომპოტი, ტკბილეულობა, აგრეთვე შემწვარი ფრინველი და სანელებლები, მათ რიცხვში მარილიც; უნდა მივიღოთ რძე, ბრინჯის, წიწიბურას, მანანას ფაფები; ძმარვას ამცირებს აგრეთვე სოდა, ან დაფქული ნახშირი (კარბოლენი). მუცელში ტკივილის დროს კარგია ცხელი სათბური (გრელკა, ქვიშა, ქვა), პრეპარატებიდან კი – 1 ტაბლეტი ბესალოლი 2-3-ჯერ დღეში, ანესტეზინი 1 ტაბლეტი.

კუჭის აშლილობისას ავადმყოფმა უნდა მიიღოს ბესალოლი 1 ტაბლეტი 2-3-ჯერ დღეში, ენტეროსეპტოლი 0,5-1 ტაბლეტი 4-6-ჯერ დღე-ღამეში..

8.3. ქირურგიული დაავადებანი

კუჭ-ნაწლავური მწვავე დაავადებები არ უნდა შეგვეშალოს მუცლის დრუს მწვავე ქირურგიულ დაავადებებთან (აპენდიციტი, გაუვალობა, წყლული და სხვა). აპენდიციტის ყველაზე დამახასიათებელი გამოვლენაა მუცლის ზედა არეში სუსტი ტკივილები, გულის რევა, იშვიათად 1-2-ჯერ ღებინება. რამდენიმე საათის შემდეგ, (ზოგჯერ კი მაშინვე) ტკივილები გადაადგილდება მუცლის მარჯვენა ნახევარში, დაბლა; შეტვეითი ტკივილები და ფაღარათი აპენდიციტისთვის დამახასიათებელი არ არის. ექიმის დახმარებამდე უნდა გამოვიყენოთ სიცივე მუცლის მარჯვენა მხარეზე (თოვლი, ცივი წყალი), წამლებიდან უნდა მივცეთ ლევომიციტინი, როგორც ტკივილგამაყუჩებელი, კანქვეშ – კოფეინი. აუტანელი ტკივილის და ხანგრძლივი ტრანსპორტირების დროს რეკომენდირებულია პრომიდოლის ხსნარის ინექცია. მწვავე ქირურგიულ დაავადებებზე ვარაუდის დროს აუცილებელია აბსოლუტური შიმშილი, არ შეიძლება ავადმყოფს მივცეთ სასაქმებელი საშუალებები, არ შეიძლება სმა; ავადმყოფი სასწრაფოდ უნდა გაიგზავნოს საავადმყოფოში.

8.4. კოშკები (მოზოლეები), კანის დაზიანება.

აღჭურვილობისადმი, განსაკუთრებით კი ფეხსაცმლისა და ტანსაცმლისადმი სანიტარულ-ჰიგიენური მოთხოვნების დაუცველობა შეიძლება გახდეს ლაშქრობაში კოჟრების, კანის გაყვლეფის, გაცრეცის მიზეზი. უფრო ხშირად ამით ზარალდებიან ის ტურისტები, რომელნიც ატარებენ ძალიან ვიწრო შარვალს, ვიწრო ტუფლებს მაღალ ქუსლებზე (მოდის მოტრფიალენი), ან უქუსლო ტუფლებს, ან სხვა, ლაშქრობისთვის მოუხერხებელ ტანსაცმელს. ასეთ პირობებში ადვილად წარმოიქმნება მტკივნეული გაცრეცვები; ეს შეიძლება შეემთხვას მათაც, ვინც არ იცავს ლაშქრობაში სხეულის სისუფთავეს, ცუდად აწყობს ზურგჩანთას, დაუდევრად იცვამს წინდებს, ან იცვამს დაუკემსავ წინდებს, , შიშველ ფეხებზე იცვამს ფეხსაცმელს.

კოჟრების, გაყვლეფის პროფილაქტიკა. ყველაზე მთავარია მოგზაურობის პირობების შესაბამისად სწორად შევარჩიოთ აღჭურვილობა, მოვირგოთ და შევამოწმოთ ის მარშრუტზე გასვლამდე. მოგზაურობის დროს უნდა მოვახდინოთ სწრაფი რეაგირება ამინდსა და სხვა პირობებზე და შესაბამისად გვეალოთ ტანსაცმელი და მოძრაობის ტემპი; არ უნდა დავუშვათ სხეულის ხანგრძლივი გადახურება, მოძრაობა სველ ტანსაცმელში. ფეხსაცმელში, ან ტანსაცმელში მცირე უხერხულობის შენიშვნისთანავე უნდა შევეცადოთ გამოვრიცხოთ მისი გამომწვევი მიზეზი. ამისთვის მიზანშეწონილია ტანსაცმლის, ფეხსაცმლის წინდების გამოცვლა; ზოგჯერ შეიძლება გამოვიყენოთ ელასტური ბინტით ფეხების დაბინტვა. ნავში ნიჩბის მოსმისას აუცილებელია ხელთათმანების ტარება, ზურგჩანთასა და ზურგს შორის რბილი საგნის დადება და ა.შ. პროფილაქტიკის საუკეთესო საშუალებაა რეგულარული ჰიგიენური პროცედურები და სხეულის სისუფთავის დაცვა.

პირველი დახმარება კოჟრების, გაყვლეფის, გაცრეცვის დროს. თუ გაყვლეფა დროულად შევნიშნეთ, საკმარისია ავიცილოთ მისი გამომწვევი მიზეზი და წავისვათ კანზე დამარბილებელი, ანტისეპტიკური კრემი. კანის გაწითლების შემთხვევაში ის უნდა გავიპოხოთ იოდის ნაყენით, ან ბრილიანტის მწვანეთი, ან სპირტით, შემდეგი დატვირთვის დროს შემოვიხვიოთ ბამბა. თუ ეპიდერმისის განშრევებისა და მის ქვეშ სითხის დაგროვების გამო წარმოიქმნა მტკივნეული ბუშტები, შეიძლება ბუშტების ჩხვლეტა გამოწროთობილი (წინასწარ გავარვაებული) ნემსით – და სინტომიცინის ემულსიით შეხვევა.

8.5. დაბეჭდილობა, ღრძობა, მოტმხილობა, ტვინის შერყევა

მრავალი ტრამვის მიზეზი დაკავშირებულია ტურისტის არასწორ ყოფაქცევასთან, მის უდისციპლინობასთან. **მოგზაურობაში ყველაზე დიდი საშიშროება არის ტურისტის უდისციპლინობა.**

ტრამვატიზმის პროფილაქტიკა. უდისციპლინობით გამოწვეული ტრამვები მოიცავს საკითხთა წრეს, დაკავშირებულს მოგზაურობის მომზადებასა და ჩატარებასთან; ამაში იგულისხმება შეკავშირებული კოლექტივი, ამხანაგებისადმი პასუხისმგებლობა, თავისთავისადმი მომთხოვნელობა და უსაფრთხოების ნებისმიერი წესის დარღვევისადმი შეურიგებლობა. მარშრუტზე პროფილაქტიკის ღონისძიებებს ეკუთვნის: ჯგუფის უდისციპლინო წევრის დასჯა (მაგალითად არარიგითი მორიგეობა), უკიდურეს შემთხვევაში დისციპლინეს დამრღვევი შეიძლება მოიხსნას მარშრუტიდან.

პირველი დახმარება დაუქვილობის დროს. დაუქვილობა ხასიათდება რბილი ქსოვილების დაზიანებით და შიგა სისხლჩაქცევებით. დაუქვილობისას რეკომენდირებულია დაზიანებულ ადგილას კანზე იოდის ნაყენის წასმა და მცირე დროით ცივი კომპრესის დადება, შემდეგ კი შეხვევა; ტრამვის მეორე დღეს უკვე სითბო უნდა გამოვიყენოთ. თავში, მკერდში, მუცელში დარტყმისას აუცილებელია დაზარალებულის სრული სიმშვიდის უზრუნველყოფა, უნდა მივცეთ შოკის საწინააღმდეგო საშუალებები და გადავიყვანოთ მედპუნქტში.

პირველი დახმარება ნაღრძობის დროს. საჭიროა სალტის (არტაშანის) დადება და ტკივილგამაყუჩებლის მიცემა. სახსრების დამოუკიდებლად გასწორება არაა რეკომენდირებული, რადგან მუხლის, იდაყვის და სახსრების ღრძობა ხშირად შეთანწყობილია ძვლების წანაზარდების მოტეხილობასთან. აუცილებელია დაზარალებულის ტრანსპორტირება მედპუნქტში.

პირველი დახმარება მოტეხილობის დროს მდგომარეობს ხელთ არსებული მასალიდან სალტის (არტაშანის) დადებაში, რათა მოვახდინოთ გადატეხის ადგილის ფიქსირება; ავადმყოფს აძლევენ ანალგინს და გადაჰყავთ მედპუნქტში. უტყეო ადგილას შეიძლება მოხდეს, რომ არტაშანისთვის არაფერი (ჯოხიცკი) არ იშოვება; მაშინ დაზიანებული ხელი უნდა მივაბინტოთ სხეულს, ფეხი კი—ჯანმრთელ ფეხს. ღია მოტეხილობის დროს არტაშანის დადებასთან ერთად ჭრილობის გარშემო კანი უნდა დავამუშაოთ იოდის ნაყენით, შევუხვიოთ ბინტით და შეძლებისგარეშად შევუშხაპუნოთ ტკივილგამაყუჩებელი შრავი.

განსაკუთრებით საშიშია ხერხემლის, თავის ქალის, მენჯის დაზიანება; აქ აუცილებელია ექიმის სასწრაფო ჩარევა, მაგრამ დაზარალებულის ტრანსპორტირება სამკურნალო დაწესებულებაში შეიძლება მხოლოდ სრული სიმშვიდის პირობებში (სპეციალურ საკაცეზე, ხის ფარზე და ა.შ.).

პირველი დახმარება ტვინის შერყევისას. ტვინის შერყევის დამახასიათებელი ნიშნებია: გონების დაკარგვა (მოკლევადიანიც) და ღებინება, შემდეგ – ძლიერი თავისტკივილი. დახმარების აღმოჩენა მდგომარეობს დაზარალებულისთვის სრული სიმშვიდის შექმნაში, ავადმყოფს თავს წამოუწევენ და ადებენ ცივ კომპრესს თავზე; უნდა შეიზღუდოს სითხის მიღება, კარგია ტკბილი ჩაი; უნდა მივცეთ ანალგინი 1 ტაბლეტი 2-4-ჯერ დღე-ღამეში და გადავიყვანოთ საავადმყოფოში.

8.6. გულის შეწყვეტა, გულსისხლძარღვოვანი უკმარისობა

ნაკლებნაჯარჯიშევი ტურისტების დიდმა ფიზიკურმა დატვირთვამ შეიძლება გამოიწვიოს გულსისხლძარღვოვანი უკმარისობა, რაც გამოიხატება მკვეთრ სისუსტეში, გახშირებულ გულისცემაში, გულის არეში ტკივილში; ადამიანს უღურჯდება ტუჩები, ცხვირი, თითის წვერები, უხშირდება პულსი. იგი გრძნობს ჰაერის უკმარისობას.

გულის წასვლის მიზეზი შეიძლება იყოს ორგანიზმის გადახურება საღაშქრო რეჟიმის დარღვევის გამო და საკვების მიღებამდე დიდი ინტერვალი; გულის წასვლა შეიძლება გამოწვეული იქნას აგრეთვე შიშის, სისხლის დაკარგვის, ძლიერი ტკივილის, ან მოტეხილობის გამო.

გულსისხლძარღვოვანი უკმარისობის პროფილაქტიკისთვის აუცილებელია ტურისტის კარგი ფიზიკური მომზადება ლაშქრობისათვის, ტურისტის მიერ თავისი ჯანმრთელობის შემოწმება სპეციალისტებთან და მათი რეკომენდაციების დაცვა, კარგი აკლიმატიზაცია, მუშაობის და დასვენების რეჟიმის დაცვა მარშრუტზე.

პირველი დახმარება სისხლძარღვოვანი უკმარისობის დროს. დაზარალებული უნდა მოვიყვანოთ ნახევრად მჯდომარე მდგომარეობაში, უზრუნველყოთ მისი ფიზიკური და სულიერი სიმშვიდე, გავანთავისუფლოთ უხერხული ტანსაცმლისაგან, მივცეთ კოფეინი, კარდამონი, ვალიდოლი (ენის ქვეშ); ტურისტი უნდა გავათბოთ და ფრთხილად გადავიყვანოთ სამკურნალო პუნქტში მჯდომარე ან მწოლარე მდგომარეობაში, მაგრამ აწეული თავით.

პირველი დახმარება გულის შეწყვეტისას. გულის შეწყვეტის მდგომარეობაში (მკვეთრი გაფითრება, ცივი ოფლი შუბლზე, თვალის დაბნელება, ყურებში ხმაური, გონების დაკარგვა) დაზარალებული ისე უნდა დავაწვინოთ, რომ თავი ფეხებზე დაბლა ჰქონდეს, ტანსაცმელი უნდა შევუხსნათ, მკერდსა და სახეზე მივასხუროთ ცივი წყალი, ვასუნებინოთ ბამბა ნიშადურის სპირტით. გონზე მოსვლის შემდეგ დაზარალებულს მივცეთ მაგარი ჩაი, ყავა, გულის საშუალებები. ხანგრძლივი გულის შეწყვეტისას შეჰყავთ კოფეინის ხსნარი, ქაფურის ზეთი.

საკონტროლო კითხვები

1. რაში მდგომარეობს თერმული დამწვრობის პროფილაქტიკა და პირველი დახმარება?
2. როგორ ხდება ბასრი იარაღით მიყენებული ჭრილობების პროფილაქტიკა და პირველი დახმარება?
3. რა იცით ცეცხლსასროლი იარაღით მიყენებული ჭრილობების პროფილაქტიკის და პირველი დახმარების აღმოჩენის შესახებ?
4. რა იწვევს კვების პროდუქტებით მოწამლვას?
5. როგორ ხდება კვების პროდუქტებით მოწამლვის პროფილაქტიკა და პირველი დახმარების აღმოჩენა?
6. რომელი ქირურგიული დაავადებები გვხვდება ყველაზე ხშირად ლაშქრობაში?
7. ჩამოთვალეთ აპენდიციტის სიმპტომები და პირველი დახმარების საშუალებები.
8. როგორ გავუწიოთ პირველი დახმარება დაზარალებულ ტურისტს დაუეჟილობის, ღრძობის, მოტეხილობის დროს?
9. ტვინის შერყევის რომელი სიმპტომები და პირველი დახმარების ღონისძიებები იცით?
10. ჩამოთვალეთ გულის შეწყვეტის სიმპტომები და პირველი დახმარების აღმოჩენის ღონისძიებები.

პროფ. ნ. კვარაცხელია

თემა 9. მოძრაობა ლაშქრობისას და ღინალოების გადალახვა

ნებისმიერი ლაშქრობის დროს, იქნება ეს ერთდღიანი თუ მრავალდღიანი, წინასწარ უნდა დაიგეგმოს დღის რეჟიმი და ლაშქრობის შინაგანაწესი. სალაშქრო დღის რეჟიმი ხელს უნდა უწყობდეს დატვირთვის და დასვენების რითმულ შეხამებას. მიღებულია, რომ ლაშქრობა დაიგეგმოს დატვირთვის და შესვენების გარკვეული წესის მონაცვლეობით. ყოველი 40-50 წთ ფეხით სიარულის შემდეგ უნდა დაიგეგმოს 10 წთ შესვენება, თუმცა დღის რეჟიმი დამოკიდებულია სამოგზაურო რაიონის სირთულეზე, სეზონზე, ტემპერატურაზე და სხვა ფაქტორებზე. თუ დღეს პირობითად ორ ნაწილად გავყოფთ, მაშინ დღის პირველ

ნახევარში უნდა დაგეგმოს სავალი გზის 2/3 –ის გავლა, რაც შეადგენს 5 სთ-მდე სასიარულო დროს. რეკომენდირებულია ლაშქრობა დავიწყოთ ადრე და ადრე დავბინავდეთ ღამის სათევად. შუადღისას აუცილებელია ხანგრძლივი შესვენება და ცხელი სადილი. წვიმიან ამინდში შესაძლებელია სადილის შეცვლა მშრალი ულუფით, მაგრამ ცხელი ჩაით ან სასმელით.

სანიმუშო დღის რეჟიმი. 7,0-8,0 საათამდე ადგომა, ვარჯიში, პირის დაბანა და მოწესრიგება; 8-დან 8,30 სთ-მდე საუზმე და მომზადება ლაშქრობისათვის; 6,30–12,30 სთ-მდე აქტიური ლაშქრობა მარშრუტზე; 2,30-16 სთ-მდე დიდი შესვენება (სადილი, მკვდარი საათი, დასვენება, მსუბუქი თამაშები); 16-18 სთ-მდე აქტიური ლაშქრობა; 18- 22 სთ-მდე მომზადება ღამის თევისთვის და ვახშამი; 20-23 სთ-მდე თავისუფალი დრო და გართობა; 23-07 სთ-მდე –ძილი.

მოძრაობის ტემპი. მოძრაობის ტემპი დამოკიდებულია სამოგზაურო რელიეფზე, საშუალოდ მიღებულია 4-5 კმ-ის გავლა საათში. როგორც წესი, პირველი მიდის ჯგუფის ხელმძღვანელი, რომელიც იძლევა ტემპს; ლაშქრობისას გამოიკვეთება ყველაზე სუსტი, რომელზეც ჯგუფის ხელმძღვანელი ტემპს აწვობს. თუ ჯგუფი ფიზიკური მონაცემებით ჭრელია, რაც არ არის სასურველი, უნდა ვეცადოთ, რომ ზურგჩანთის ან სატარებელი ნივთების მეშვეობით ტურისტების მონაცემები ერთმანეთს დაუუახლოვოთ.

მოძრაობის რითმი. მოძრაობის რითმი უმთავრესი საშუალებაა ტურისტების ძალისა და ენერჯის, მათი შრომისუნარიანობის შესანარჩუნებლად; ადვილად გასავლელ გზაზე უნდა შენარჩუნებულ იქნას ერთი და იგივე სიჩქარე; ძნელად სასიარულო გზაზე უნდა ვეცადოთ, რომ ჯგუფმა სალაშქრო მონაკვეთი ერთსა და იგივე დროში დაფაროს; ამასთანავე მინიმალური სიჩქარე არ უნდა იყოს 2 კმ/სთ-ზე ნაკლები და 6 კმ/სთ-ზე მეტი. რითმის შეცვლა მოქმედებს ადამიანის ჯანმრთელობაზე, განსაკუთრებით გულზე და სასუნთქ ორგანოებზე.

მოძრაობის წესი და სამოგზაურო მარშრუტი. ტურისტებმა უნდა იმოძრაონ კოლონებად, ანუ ერთმანეთის მიყოლებით; კოლონის თავში დგება ჯგუფის ხელმძღვანელი, რომელიც ირჩევს მარშრუტს და აწესებს ნორმებს; ჯგუფის ბოლოში უნდა იარონ ყველაზე გამოცდილმა ტურისტებმა. მათი მოვალეობაა დაეხმარონ ჩამორჩენილ ტურისტებს და არავინ დატოვონ ჯგუფის მიღმა, ჩამორჩენილი ტურისტი შეპირებული სიგნალით (სტვენით) აცნობებს ჯგუფის დანარჩენ წევრებს, რომ საჭიროა ტემპის შენელება, ხოლო დანარჩენი ტურისტები არჩევენ ადგილს კოლონის შესაგროვებლად.

თუ სალაშქრო მარშრუტი ძალიან რთულია, ტურისტები ერთმანეთს არ უნდა დაშორდნენ 10 მეტრით. გამოცდილმა ტურისტმა დახმარება უნდა გაუწიოს გამოუცდელებს და იზრუნოს მათ შორის დისტანციის შემცირებაზე; გზის არჩევა მოძრაობისას დამოკიდებულია რელიეფზე, მცენარეულ საფარზე და ბილიკების არსებობაზე. თუ ლაშქრობა მიმდინარეობს ისეთ ადგილას, სადაც იშვიათად გვხვდება ხეები და სხვა მცენარეები, მაშინ ორიენტირება შესაძლებელია აზიმუტის მეშვეობით, ანუ ნიშნულად უნდა ავიღოთ რომელიმე შორეული საგანი, რომელიც კარგად ჩანს, მაგ.: ხე, გორაკი, შენობა. უფრო რთულია სიარული დანაწევრებულ რელიეფზე, ან ძნელად გასავლელ, ბარდებით დაფარულ ადგილას, სადაც ბილიკები დაფარულია, ან რამდენიმე ბილიკი ერთმანეთს კვეთს; ასევე რთულია ტყეში სიარული, სადაც შესაძლებელია ბილიკები არ იყოს; კარგია, თუ შევარჩევთ მარშრუტს მდინარის გაყოლებით. ლაშქრობისას შეძლებისდაგვარად თავი უნდა ავარიდოთ ჭაობების გავლას, თუ გვაქვს არჩევანის საშუალება. ვიწრო ხეობებს ყოველთვის უნდა ვამჯობინოთ გორაკებზე სიარული.

ლაშქრობა რთულ მთის ფერდობებზე. ასეთი ლაშქრობისთვის პირველ რიგში საჭიროა ფეხსაცმლის მოწესრიგება; ფეხსაცმელს უნდა ჰქონდეს სქელი დაჭრილი ძირი, არ უნდა ცურავდეს და არ უნდა გვაჭერდეს არცერთ მონაკვეთზე. მეორე მნიშვნელოვანი მოთხოვნა არის მთაში სიარულისთვის საჭირო ხერხების ცოდნა და დაუფლება. მთის ფერდობზე ასვლისას ფეხი უნდა დავდვათ მთელი ძირის გამოყენებით და არავითარ შემთხვევაში – ცხვირით; უნდა ვცადოთ, რომ ფეხის ტერფი მუდმივად ჰორიზონტალურ მდგომარეობაში იყოს, რისთვისაც უნდა გამოვიყენოთ ციცაბო მთის ამობურცული ადგილები, ან ქვები, რომლებზეც უნდა დავდვათ ქუსლი. მთის ფერდის დახრილობის შესაბამისად უნდა ავირჩიოთ ფეხსაცმლის ცხვირი: თუ კლდე ციცაბოა, მაშინ არსებობს ე.წ. “სერპატინგი” ასვლის წესი, რაც იმას ნიშნავს, რომ ფეხს ვდგამთ გვერდულად, ჯერ ერთს, მერე მეორეს (ფეხის ცხვირი ამ დროს გადაწეულია მარცხნივ, ან მარჯვნივ).

ლაშქრობის წინ ტურისტმა უნდა დააზუსტოს რომელ ფეხში, ან რომელ ხელში აქვს მეტი ძალა; ასევე მნიშვნელოვანია ვიცოდეთ მთიდან ჩამოსვლის წესები; თუ ფერდობი ციცაბო არ არის და ზურგჩანთაც მსუბუქია, მაშინ გამოცდილი ტურისტი სირბილით ჩამოსვლას არჩევს.

ლაშქრობა ტყის ბარდებით დაფარულ ადგილას. თუ სალაშქრო მარშრუტი გადის ისეთ ადგილას, სადაც გაუვალი ბუჩქებია, მაშინ ჯგუფმა უნდა იაროს კომპაქტურად, მცირე ინტერვალით. თითოეული ტურისტი ყურადღებით უნდა ადევნებდეს თვალს წინას და გაიმეოროს მისი მოძრაობები. აუცილებელია

დავიჭიროთ ბუჩქის ტოტები ისე, რომ არ მოხვდეს უკან მოსიარულე ტურისტს; ასეთ ადგილებში უკეთესია ჯინსის, ან მჭიდრო ნაჭრის ქვედა და ზედა ტანსაცმელი. თუ ბუჩქები მაღალია, უნდა ვეცადოთ, რომ ერთი ხელი მუდმივად თავისუფალი გვქონდეს სახის, ან თვალის დასაცავად. თუ მარშრუტი ჩახერგილია ხეებით, მაშინ უმჯობესია მათ ნელა გადავაბიჯოთ, ან გადავბობდეთ და არავითარ შემთხვევაში არ გადავხტეთ. ხშირად ტურისტებს ავიწყდებათ, რომ ხეებს გააჩნიათ ტოტები, რომელიც გადახტომისას წამოედება შარვლის ტოტს, რაც ხდება მოტეხილობის მიზეზი. ასეთ ადგილებში უნდა გვქონდეს პატარა ნაჯახი, რათა გაუვალი ადგილები გავჩეხოთ.

მეწყერი და ჭაობიანი ადგილების გავლა. აუცილებლად უნდა მივიღოთ კონსულტაციები ადგილობრივი მოსახლეობისგან ჭაობის სიღრმის შესახებ და თითოეულ ტურისტს თან უნდა ჰქონდეს ჭოკი, რომელიც ერთდროულად არის საყრდენი, სიღრმის საზომი და თავდაცვის საშუალება. ჭაობიან ადგილას არ შეიძლება კომპაქტურად სიარული; ტურისტებს შორის დაშორება უნდა იყოს 5-8 მეტრი; ხშირად ტურისტები იყენებენ დაწნულ დაფებს, რომლებსაც ამაგრებენ ფეხსაცმელზე.

მდინარეზე გადასვლა ხის მორის საშუალებით, ან ხიდის გარეშე ერთმანეთის მიყოლებით. თუ მდინარეზე გადაბულია ხის მორი და მას არა აქვს ხელის მოსაკიდი, მაშინ თითოეულ ტურისტს უნდა ჰქონდეს გრძელი ჭოკი, რომლითაც იგი დაიცავს წონასწორობას; უფრო რთულია შემთხვევა, თუ მორი ქანაობს, მაშინ უმჯობესია ჩაცუცქულმა გავიაროთ, ან გადავჯდეთ. თუ მდინარეზე არ არის ხიდი, ან მორი, მასზე გადასვლა შესაძლებელია ჭოკით, ან ტაჯიკური წესით ორ-ორად; ამისთვის ტურისტები დგებიან ერთმანეთის პირისპირ, მხრებზე ადებენ ხელს და გვერდულად გადადიან მდინარეზე; შესაძლებელია რამდენიმე კაცისგან წრის გაკეთება, სუსტი და ძლიერი ტურისტის მონაცვლეობით, გადალახვის წინ მდინარე კარგად უნდა დაგათვალიეროთ და გადავლახოთ ყველაზე განიერ ადგილას; თუ მდინარე დიდი და წყალი ღრმაა, არსებობს კიდევ ერთი ხერხი-თოკით მდინარის გადალახვა: ჯგუფის ყველაზე ძლიერი ტურისტი გადავა მეორე ნაპირზე, თან წაიღებს თოკის გორგალს და მიაბამს ხეს; ეს ყველაზე მარტივ შემთხვევაში; თუ გვაქვს მეორე თოკი და მდინარე ღრმაა, მაშინ შესაძლებელია მეორე მოძრავი თოკის გაბმა, რომლის საშუალებითაც პირველად გადასული ტურისტი გამოიყვანს სუსტ და გამოუცდელ ტურისტებს.

9.1 . ორიენტირება მოგზაურობის დროს

ლაშქრობაში ორიენტირება ნიშნავს ჰორიზონტის მეშვეობით მიმართულების და ლაშქრობისთვის აუცილებელი ადგილმდებარეობის პოვნას. უცნობ ადგილებში ლაშქრობისას განსაზღვრული უნდა იქნას მანძილი და საჭირო მიმართულება. ტურისტმა ლაშქრობისას უნდა გამოიყენოს სხვადასხვა ხერხები და საშუალებები: რუკა, კომპასი, საათი, ცის მანათობელი, რელიეფის მოხაზულობა, ადგილობრივი საგნები და სამახსოვრო ობიექტები. გამოცდილ ტურისტებს გამომუშავებული აქვთ სივრცეში მოძრაობის ინტუიცია; ისინი ქვეცნობიერად გრძნობენ საჭირო მიმართულებას. გამოუცდელი ტურისტი, რომელიც არ ფლობს უნარ-ჩვევებს, მათ იძენს რუქისა და კომპასის მეშვეობით. რუქისა და კომპასის გარეშე არ უნდა ჩატარდეს ლაშქრობა.

რუკა არის დედამიწის ზედაპირის შემცირებული გამოსახულება, შესრულებული გარკვეულ მასშტაბში. ტურისტები ლაშქრობისას უმეტეს წილად იყენებენ დიდ მასშტაბიან რუქებს და ტურისტულ სქემებს. ტურიზმის განვითარების ხელშეწყობის მიზნით ადგილობრივმა ორგანოებმა და რკინიგზის სამმართველოებმა ტოპოგრაფიულად უნდა მისცენ განსაკუთრებით პოპულარული რაიონების რუქები, რაც ხელს შეუწყობს ლაშქრობების პოპულიზაციას და მოსახლეობის დაინტერესებას. ასეთი ტურისტული სქემები არ გამოირჩევიან ზედმეტი დეტალიზაციით და სიზუსტით, როგორც ნამდვილი ტოპოგრაფიული რუქები, მაგრამ ტოპოგრაფიული რუქებისგან განსხვავებით შეიცავენ ისეთ მონაცემებს, როგორცაა ტურისტული ბაზების და ბანაკების მდებარეობა, განსაკუთრებით ლამაზი ლანდშაფტები და მნიშვნელოვანი საექსკურსიო ადგილმდებარეობა. შესაძლებელია ასეთ სქემაზე დატანილი იყოს ლაშქრობის მარშრუტი, ან სამოგზაურო ადგილის დეტალური აღწერა. პრაქტიკული მოგზაურობისთვის სასურველია მსხვილმასშტაბიანი გეგმის არსებობა.

ადგილის სქემა იქმნება, როგორც წესი. რუქის საფუძველზე, ან რუქაზე კალკის დადების შედეგად ხდება გადმოხაზვა საჭირო მონაკვეთისა, რომელზეც შემდეგ დაიტანენ ლაშქრობისათვის საჭირო პირობით ნიშნებს. ლაშქრობის სქემის შესადგენად ძირითადად იყენებენ უბრალო ქაღალდს, რომელზეც კალკის მეშვეობით გადმოაქვთ საჭირო ადგილის რუკა. კალკის არქონის შემთხვევაში რუქას ათავსებენ შუშაზე, რუქის ზემოთ ქაღალდს, ხოლო შუშის ქვეშ ნათურას და გადაიხაზავენ საჭირო მონაკვეთს რუქიდან. ასეთი სქემა ლაშქრობისათვის მიზანშეწონილია დავაწებოთ მუყაოზე, რათა ქაღალდი ადვილად არ დაიხეს, ან ლეიკოპლასტირზე, რომ ადვილად დაგვეცოთ. ლეიკოპლასტირისა და თხელი

მუყაოს შემთხვევაში იგი შეიძლება ადვილად გადაკვეცოთ, მაგ.: მარაოსავით. რუქის ზედა ნაწილი თავისუფალი უნდა იყოს, რათა მასზე აღნიშვნები გაკეთდეს ლაშქრობისას.

მასშტაბი არის ბუნებაში არსებული ადგილის შეფარდება რუქაზე დატანილ ადგილთან. რუქაზე დატანილი ადგილის სიზუსტე დამოკიდებულია იმაზე, თუ რამდენად სწორად არის დაცული მასშტაბი; მასშტაბი არის ორი სახის: რიცხობრივი და ხაზობრივი. რიცხობრივი მასშტაბი გამოისახება წილადის სახით, რომლის მრიცხველი ყოველთვის უდრის ერთს, ხოლო მნიშვნელი მიუთითებს იმაზე, თუ რამდენადაა შემცირებული რუქაზე დატანილი ფართობი, მაგ.: 1/25000, 1/50000. ხაზობრივი მასშტაბი გამოისახება სწორი ხაზით, რომელიც დაყოფილია მონაკვეთებად; შესაძლებელია ერთი სმ შეესაბამებოდეს 1 სმ-ს ან სხვა რაიმე ზომას ; მთავარი ის არის, რომ პირობითად აღებული მონაკვეთი აღნიშნავს მეტრს ან კილომეტრს; ვითვლით რა მონაკვეთებს, ვამრავლებთ მას ნაგულისხმევ სიდიდეზე; მასშტაბის შემცირებისას რუქა რომ არ გადავტვირთოთ ყველაფერს არ ავღნიშნავთ, რაც იწვევს იმას, რომ გზის ან მდინარის ხვეულები არ გამოჩნდება, რაც შესაბამისად მოგზაურობის დროს უნდა იქნას გათვალისწინებული. რუქაზე დატანილი ადგილი უფრო მცირე გვეჩვენება, ვიდრე რეალობა. რაც უფრო გაგზრდით რუქის მასშტაბს, მით უფრო დეტალური იქნება ადგილმდებარეობა.

რუქის წაკითხვისას აუცილებელია ვიცოდეთ რუქის ნიშნები

საკონტროლო კითხვები

1. რაზეა დამოკიდებული ლაშქრობის დღის რეჟიმი და დღის რომელ ნაწილში უნდა დაგვეგმოს მანძილის 2/3-ის გავლა?
2. ვინ განსაზღვრავს მოძრაობის ტემპს ლაშქრობაში?
3. რა მოთხოვნები წაეყენება მოძრაობის რითმს ლაშქრობაში?
4. როგორია მარშრუტზე მოძრაობის წესი?
5. რა არის საჭირო რთულ მთის ფერდობებზე ლაშქრობის დროს?
6. რა მოეთხოვებათ ტურისტებს ბარდებით დაფარულ ადგილებში მოძრაობისას?
7. როგორ უნდა ვიმოძრაოთ მეწყერ დაჭაობიან ადგილებში?
8. როგორ ხდება ორიენტირება მოგზაურობის დროს?
9. როგორი მასშტაბები იცით?

თემა 10. საცხენოსნო ტურიზმი

სათავგადასავლო ტურიზმის ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი ფორმაა საცხენოსნო ტურიზმი, რომელიც ტურისტული ფორმისგან მოითხოვს შემდეგ პირობებს:

1. ცხენის ანატომიის, ქცევის, აღნაგობის, ხასიათის, ნიშან-თვისებების, სახეობების, მოვლისა და შენახვის პირობების ცოდნას;
2. ცხენზე ჯდომის წესების, აღჭურვილობის, ცხენის შეკაზმვის, ცხენზე ჯდომისა და მართვის ტექნიკის, უსაფრთხოების ტექნიკის დაუფლებას;
3. საცხენოსნო მარშრუტების შედგენას, ლაშქრობებში მონაწილეობის, ეკიპაჟით მოძრაობის, საპალნით ბარგის გადატანის, ლაშქრობაში ცხენის მოვლის ტექნიკის დაუფლებას.

ცხენის ანატომია. ცხენის ორგანიზმი უაღრესად რთულია და იგი შედგება სხვადასხვა ორგანოებისგან: 1. მოძრაობის, 2. საჭმელის მომწოდებელი, 3. სისხლის მიმოქცევის, 4. სასუნთქი, 5. შარდსადენი, 6. გამრავლების, 7. კანის, 8. გრძნობის (ანალიზატორული), 9. ნერვული სისტემის, 10. შინაგანი სეკრეციის ჯირკვლებისაგან და სხვა. ეს ორგანოები ურთიერთკავშირშია ერთმანეთთან.

ცხენის ჩონჩხი შედგება სხვადასხვა რაოდენობისა და ზომის ძვლებისაგან, რომლებიც ერთმანეთთან დაკავშირებულია სახსრებითა და ხრტილებით. ჩონჩხი განსაზღვრავს ცხენის ფორმას. ძვლების შენაერთები ჩონჩხში შეიძლება იყოს უძრავი, მოძრავი, ან მცირედ მოძრავი; ცხენისთვის სახიფათოა ძვლის ან სახსრების ღრძობა, ან ტრამვა. ცხენის ჩონჩხი იყოფა თავის, ტანის, წინა (მკერდის), უკანა (მენჯის) კიდურებისგან; აქტიურ ორგანოებს განეკუთვნება კუნთები, რომლებიც ნერვული ბოჭკოების სიგნალების მეშვეობით იკუმშებიან გრძივი მიმართულებით და მოძრაობაში მოჰყავთ კიდურები, კისერი, ტანი. კუნთის კუმშვადობა ცხენის ცხოველმყოფელობის მნიშვნელოვანი ფაქტორია; ცხენის ნორმალური ტემპერატურა მერყეობს 37,5-დან 38,5 °-მდე; ტემპერატურის მომატება 38,5⁰-ის ზევით ცხენის ავადმყოფობის მაჩვენებელია. ცხენის ჯანმრთელობას განსაზღვრავს: ტემპერატურა, პულსი და სუნთქვა. პულსი: 30-70 დარტყმა წუთში, სუნთქვა: 5-10-ჯერ წუთში. ცხენის საჭმელის მომწოდებელი აპარატი შედგება პირის ღრუს, საყლაპავი მილის, კუჭის, მსხვილი და წვრილი ნაწლავებისგან. ლაგამის არასწორი (ცუდი) ხმარების შედეგად ცხენს შეიძლება დაუზიანდეს პირის ნაპირები, ლორწოვანი გარსი, ღრძილების უკბილო ნაწილები და ა.შ., რასაც მოჰყვება ცხენის მტკივნეული რეაქცია, განსაკუთრებით— მართვის დროს დაუმორჩილებლობა. კვების რეჟიმის და რაციონის დარღვევა იწვევს ცხენის დაავადებას. სისხლის მიმოქცევის ორგანოები

აწვდიან ცხენის ორგანიზმის უჯრედებს ცილებს, ცხიმებს და ნახშირწყლებს. ცხენის გული მდებარეობს III–VI ნეკნებს შორის. ჯანმრთელი ცხენი შიმშილს უძლებს 2 კვირის განმავლობაში, წყურვილს–2-4 დღეს, უუხანგბადოდ კი – მხოლოდ რამდენიმე წუთს.

საცხენოსნო ტურიზმში გამოყენებისთვის ცხენს საჭიროა ჰქონდეს კარგი ანალიზატორები (მხედველობა, სმენა, გემოს, სუნის, ყნოსვის და შეხების შეგრძნება), ვინაიდან იგი მუდმივ კონტაქტშია გარე სამყაროსთან. ნერვული სისტემის მოქმედების ძირითად ფორმას ცხენში წარმოადგენს რეფლექსი-გალიზიანების საწინააღმდეგო რეაქცია, მაგალითად მათრახის დარტყმაზე, არასაკვები პროდუქტის მიწოდებაზე. რეფლექსები არის ორი სახის: მემკვიდრეობითი და შექენილი. ცხენის კანი (სუფთა) გამოყოფს განსაკუთრებულ ნივთიერებებს, რომელნიც სპობენ მიკროორგანიზმებს, ე.ი ცხენის კანი მონაწილეობს ნივთიერებათა ცვლაში.

ცხენის ხასიათი (ტემპერამენტი), ზნე. ფიზიოლოგები ცხენებს ორ ნაწილად ყოფენ: ფიცხ და ფლეგმატურ ცხენებად. ფიცხი ალურის ცხენებია ახალთექის, არაბული, წმინდა სისხლის ინგლისური და სხვა. ისინი განსხვავდებიან ცოცხალი ტემპერამენტით, მოუსვენრობით, სწრაფი რეაქციით; მათ იშვიათად ნახავთ ერთ ადგილზე გაშეშებულს; ფიცხი ალურის ცხენები გამუდმებით ცმუკავენ.

მოსიარულე, საპალნე ცხენები არიან ფლეგმატურები. მათ აქვთ ნელი სიარული და წყნარად პასუხობენ გარეგან გამღიზიანებლებზე. აღზრდის მიხედვით ცხენები იყოფიან კეთილ და ავიზნის (ჯიუტ) ცხენებად. კეთილი ზნის ცხენებს აქვთ ღია გამოსხედავა, ხშირად ამოძრავებენ ყურებს, წყნარი რეაქცია, მათ შეიძლება ადამიანი მიუახლოვდეს, მოეფეროს, ხელი გადაუსვას, ან დაუთვალიეროს კდურები. ავი ზნის და ჯიუტი ცხენები ასეთად არ იბადებიან, ავი ზნე აღზრდის შედეგია. განსხვავებით სხვა ცხოველებისგან, ცხენი მშვენივრად არჩევს მის მიმართ ცუდ და კარგ მოპყრობას, შორიდანვე გრძნობს მოფერებას და მზრუნველობას. კეთილი ზნის ცხენი ხდება მომფერებლის მიმართ მიმნდობი, გამგონე და ასრულებს მის მოთხოვნებს; უხეში მოპყრობისას ცხენი ავლენს დაუმორჩილებლობას, გაურბის ასეთ ადამიანს. ცხენი სცნობს პატრონს არა მარტო ხმაზე, არამედ ძაღლის მსგავსად არჩევს სიტყვების ინტონაციას, რეაგირებს ყვირილსა და მოფერებაზე, როცა ცხენი რაიმეზე დაფრთხება, მას აუცილებლად უნდა მოეფეროთ, ზურგზე ხელი უნდა გადაგუსვათ, რომ დაწყნარდეს.

საკონტროლო კითხვები

1. რა სპეციფიკური ცოდნა უნდა გააჩნდეს ფირმას, რომელიც დაკავებულია საცხენოსნო ტურიზმით?
2. ჩამოთვალეთ ცხენის ორგანიზმის 10 ძირითადი ორგანო.
3. რომელია ცხენის აქტიური ორგანოები?
4. რას იწვევს ლაგამის არასწორი ხმარება?
5. რას გულისხმობენ ცხენის ანალიზატორებში?
6. დაახასიათეთ ფიცხი და ფლეგმატური ცხენები.
7. როგორ განვასხვავოთ კეთილი და ავი ზნის მქონე ცხენები?
8. როგორ უნდა მოვიქცეთ, როცა ცხენი დაფრთხება?

ნაზი ალხანაშვილი

თემა 11. სპელეოლოგიური ტურიზმი

სპელეოლოგიური ტურიზმი არის ტურიზმის სახეობა, რომლის დროსაც ხორციელდება სხვადასხვა კატეგორიის მოგზაურობები გამოქვაბულებსა და მღვიმეებში. სპელეოტურიზმის სპეციფიკას განსაზღვრავს კარსტული⁸ მღვიმეების მდებარეობა ძნელად მისადგომ ადგილებში და ის პირობები, რომლებშიც ხვდებიან ტურისტები მიწის ქვეშ. სპელეოტურიზმის წესების დაცვასთან ერთად მიწის ქვეშ გამოიყენება ალპინიზმის და წყალქვეშ ცურვის წესები. სპელეოლოგიის საქმიანობას ართულებს სრული სიბნელე, ჰაერის დაბალი ტემპერატურა ($-4-0^{\circ}$)-დან ($+8-10^{\circ}$)-მდე თითქმის 100%-იანი ფარდობითი ტენიანობის დროს. ყოველივე ეს სპელეოლოგიის ჯანმრთელობას, მის ტექნიკურ და ტაქტიკურ მომზადებას უყენებს განსაკუთრებულ მოთხოვნებს. ამიტომ, აღუჭურველი მღვიმეების მონახულების უფლება ეძლევათ მხოლოდ იმ ტურისტებს, რომელთაც გაიარეს წვრთნა წინასაბანაკო მომზადების სკოლებში, შემდეგი—სპელეობანაკებსა და სასწავლო შეკრებებზე. სპელეო-მოგზაურობის მონაწილეებს უნდა ჰქონდეთ ინდივიდუალური დაზღვევის პოლისები; მოგზაურობის რაიონში ჩასვლისას მათ უნდა მოახდინონ მარშრუტის რეგისტრაცია საკონტროლო-სამაშველო სამსახურში, შემდეგ კი მუდმივად მიაწოდონ ინფორმაცია ამ სამსახურს მოგზაურობის მიმდინარეობის შესახებ.

კარსტული მღვიმეები წარმოიქმნება კირქვის, დოლომიტის, თაბაშირის, ქვამარილის და სხვა მთის ქანებში ზედაპირული წყლებით მათი გახსნისა და ჩამორეცხვის შედეგად.

⁸ კარსტი-რელიეფის თავისებური ფორმები იმ ადგილებში, სადაც ნიადაგი შედგება მსხვილმარ-ცვლოვანი სსნადი ქანებისგან (კირქვების, თაბაშირების, ქვამარილების და მისთანათგან); კარსტული რელიეფისთვის დამახასიათებელია ძაბრისებური ჩაღრმავებები, გამოქვაბულები და სხვა.

სპელეოტურიზმის განვითარების რესურსებია მღვიმეები და მღვიმეთა კომპლექსები. ყველაზე მეტად გავრცელებულია კარსტული მღვიმეები, რომელთა სახელი წარმოსდგება მთის პლატო კარსტისაგან სლოვენიაში, სადაც ძაბრები, რელიეფის დადაბლებები, ჩავარდნები, მიწაში მოულოდნელად მალვადი მდინარეები და ნაკადულები, მიწის წიაღიდან ამომავალი ძლიერი წყაროები ძალიან ხშირად გვხვდებიან. კარსტული მოვლენები დაკავშირებულია მთის ქანების ხსნადობასა და გამოტუტვასთან ნახშირორჟანგით გამდიდრებული წყლით. ნახშირორჟანგის აირის შემცველი წყალი აქტიურად ურთიერთქმედებს კირქვასთან; ამ რეაქციის შედეგად წარმოიქმნება ნახშირმჟავაკალციუმის ხსნარი, საიდანაც ფორმირდება სტალაქტიტები და სტალაგმიტები—კარსტული მღვიმეების მთავარი მშენებლები..

სტალაქტიტები წარმოიქმნება იმ შემთხვევაში, როცა მღვიმის ჭერიდან მწვეთავი წყალი კარგავს ნახშირორჟანგის აირს და მასში გახსნილი კალციუმი გამოიყოფა მღვიმის ჭერიდან ჩამომავალი კირის ნაჟონის სახით. შემხვედრი კირქვის კონუსები—სტალაგმიტები კი წარმოიქმნება მღვიმის იატაკზე იმ ადგილას, სადაც სწვეთავს სტალაქტიტიდან ჩამონადენი წყალი.

უნიკალურ კარსტულ მღვიმეებს ეკუთვნის ახალი ათონის მღვიმე აფხაზეთში—ბუნების ერთ-ერთი საკვირველი ძეგლი. რომელიც გაიხსნა 1961 წელს

მალე წყალტუბოში მწყობრში ჩადგება მღვიმე “ოქროს საწმისი”. ფრანგი ექსპერტების შეფასებით “ეს მღვიმე ევროპაში ერთ-ერთი უმდიდრესია განზომილებით, გამკვრივების მრავალსახეობით, მიწისქვეშა მდინარის მნიშვნელობითა და პეიზაჟის მრავალფეროვნებით. იგი შეესაბამება დიდი მღვიმეების საერთაშორისო ტურისტულ დონეს. თანამედროვე სტანდარტების შესაბამისად დაგეგმარების შემთხვევაში იგი საქართველოს ტურიზმში უდიდეს როლს შეასრულებს”. ეს მღვიმე, რომელიც წყალტუბოდან სოფელ ყუმისთავის მიმართულებით 5–6 კმ-ში მდებარეობს შეიძლება დასავლეთ საქართველოში ყველაზე მნიშვნელოვან ტურისტულ ობიექტად იქცეს. “ოქროს საწმისი” მთელი წლის განმავლობაში თვისობრივად ახალ ტურისტულ პროდუქტს შესთავაზებს უცხოელ. თუ ადგილობრივ ტურისტებს. ქვეყნის ამ რეგიონში ისტორიული ძეგლების, საზღვაო კურორტებისა და სხვა ტურისტული ცენტრების სიახლოვე შესაძლებლობას ხდის მღვიმის ჩართვას ყველა ტურისტულ თუ საექსკურსიო მარშრუტში. მღვიმე 2008 წლის ბოლოს შესძლებს ტურისტების მიღებას და ის მსოფლიოში ამ ტიპის საუკეთესო ობიექტი იქნება. “ოქროს საწმისის” ინვესტორები წელიწადში 300 000-ზე მეტ ტურისტს ელოდებიან. ასათვისებელია აგრეთვე ყუმისთავისგან არც თუ მოშორებული მღვიმეები.

სათაფლიის სახელმწიფო ნაკრძალის ადმინისტრაციის დირექტორის ცნობით 2007 წლის 22 ნოემბერს მიღებული კანონით “იმერეთის მღვიმეების დაცული ტერიტორიების შექმნისა და მართვის შესახებ”, საზედამხედველო ობიექტების ჩამონათვალში სათაფლიის გარდა შევიდა ყუმისთავის, თეთრი წყაროს, ხომულის, ცუცხვათისა და ნავენახევის მღვიმეები, იაზონის, წყალწითელას ხეობები, ოკატის კანიონი, ოკატის ჩანჩქერი, ნაგარევის მღვიმე, თეთრი მღვიმე და მღვიმისთავი..

2007 წლის სტატისტიკური მონაცემებით ქვეყანაში ტურისტების სიმრავლის მხრივ სათაფლიის ნაკრძალი პირველ ადგილზე გავიდა; ნაკრძალმა 11900 ტურისტს უმასპინძლა; ეს იმ დროს, როცა უგზოობის გამო ზამთარში იქ მისვლა შეუძლებელი იყო.

11.1 კარსტული მღვიმეების კლასიფიკაცია წარმოშობის მიხედვით

კარსტული მღვიმეები შეიძლება იყოს ჰორიზონტალური, დახრილი და ვერტიკალური (ჭები, შახტები). გამოქვაბულად ითვლება მღვიმე, რომლის სიგრძე მეტია სიგანესა და სიმაღლეზე, გროტის სიგანე და სიმაღლე კი მეტია სიგრძეზე; ვერტიკალური ღრმული, რომლის სიღრმე 20 მეტრზე ნაკლებია ჭად იწოდება, 20 მეტრზე მეტი კი—შახტად.

წარმოშობის მიხედვით კარსტული მღვიმეები 3 კლასად იყოფა:

- ✱ **კოროზიულ-გრავიტაციული მღვიმეები** განლაგებულნი არიან 10-150 მეტრის სიღრმეზე პლატოდან და მდინარის ხეობის ციცაბო ფერდობებიდან. მათ სოლისებური ფორმა აქვთ, თანდითანობით ვიწროვდებიან სიღრმის მიხედვით, აღწევენ 40-100 მეტრს; მათში ხშირად ადგილი აქვს ქვების ცვევნას.
- ✱ **ნაყარ-კოროზიული მღვიმეები** მდებარეობენ ისეთ ადგილებში, რომელნიც ხელსაყრელია თოვლის დასაგროვებლად—კარსტული ძაბრების ფსკერზე. მათი ფორმირება ხდება თოვლის დნობის შედეგად წარმოშობილი წყლის ხსნადი ზემოქმედების შედეგად და ძირითადად ჭებით არიან წარმოდგენილნი, იშვიათდ კი—შახტებით, რომელნიც აღწევენ 50–70 მ სიღრმეს; ზოგიერთი შახტის ფსკერზე მოელი ზაფხულის განმავლობაში შენარჩუნებულია თოვლის გროვები 4-12 მ სიმაღლით;
- ✱ **კოროზიულ-ეროზიული მღვიმეები** დაკავშირებულნი არიან ძველ, ან თანამედროვე ეროზიულ რელიეფთან, მდებარეობენ კარსტული ქვაბულების ფსკერზე და ხეობებში; ხშირად წარმოქმნიან მსხვილ წყალმატარებელ სისტემებს ღია გამოქვაბულებისა და გამოქვაბული-წყაროების სახით. ღია გამოქვაბულები წარმოადგენენ წყალმატარებელი სისტემის ძირითად რგოლს;

მათში სპელეოლოგს შეუძლია მოხვედრა მხოლოდ მაშინ, როცა მიწისქვეშა არხები “გახსნილია” კოროზიული ღრუებით, კარსტული ძაბრებით, ან თაღის ჩანგრევით. გამოქვაბული-წყაროები განლაგებულია მთის მასივების ფერდობებზე და აძლევენ დასაწყისს (სათავეს) მუდმივ, ან პერიოდულ კარსტულ წყაროებს; ზოგჯერ ისინი რამდენიმე სართულისგან შედგებიან.

გალერეის (გრძელი ვიწრო გასასვლელის) გადაფარვის გამო სხვადასხვა ნალექებით (თოვლი, თიხა, ქვიშა და სხვა) ან წყლით, როგორც წესი, კარსტული მღვიმეების ბოლომდე გავლა ვერ ხერხდება, მაგრამ სპელეოლოგისათვის მისაწვდომ მონაკვეთებშიც მათ აქვთ უზარმაზარი ზომები, მნიშვნელოვანი სიგრძე და სიღრმე; მსხვილი კარსტული მღვიმეები ჩვეულებრივ გაწყლიანებულია და გალამაზებულია ნალევნით (სტალაქტიტებით და სტალაგმიტებით) და წარმოადგენენ არა მარტო ტურისტულ, არამედ სამეცნიერო ინტერესსაც.

11.2. მღვიმეში გადაადგილება.

მღვიმის შიგნით კლდის მონაკვეთების ზედაპირი თითქმის ყოველთვის სველია წყლის ორთქლის კონდენსაციის გამო და ხშირად დაფარულია თიხის თხელი ფენით. ამიტომ მღვიმეში სპელეოლოგის მოძრაობები უნდა იყოს რბილი; ტერფის არასწორმა დადგამამ სველ ზედაპირზე შეიძლება გამოიწვიოს ტრამვა; ქვიდან ქვაზე და შვერილიდან შვერილზე ხტომა ძალიან ფრთხილად უნდა მოხდეს, რადგან სიბნელეში ძნელია სწორად შევაფასოთ მანძილი და ქვების მდგრადობა ლოდების ნაყარში. მასიურ კირქვებში მდებარე მღვიმეებში გადაადგილების ტექნიკა ისეთივეა, როგორც ზედაპირზე: აქ შეიძლება გამოყენებული იყოს კლდეებზე გადაადგილების ყველა ხერხი, მაგრამ ჩვეულებრივად სპელეოლოგს არა აქვს შესაძლებლობა მთლიანად განჭვრიტოს მოძრაობის მარშრუტი, ამიტომ მას უნდა ჰქონდეს უფრო მეტად ნავარჯიშევი “საყრდენის საიმედოობის გრძნობა”.

წყლით დაფარულ გამოქვაბულებში სპელეოლოგი უნდა გადაადგილდეს ჰიდროკოსტუმში, რაც იწვევს მნიშვნელოვან სიძნელეებს სველი რეზინის სველ კედლებზე ხახუნის დაბალი კოეფიციენტის გამო და ჰიდროკოსტუმის დახვეის საშიშროებას; ამიტომ საჭიროა გამოყენებული იქნას ფეხების მყარი საყრდენები, ხელებმა კი უნდა შეგვინარჩუნოს წონასწორობა.

წყლის წინაღობები შეიძლება გადალახული იქნას ცურვით ან ფონით; ამ დროს ნელა უნდა ვიმოძრაოთ , მოძრაობები კი უნდა იყოს რბილი, რადგანაც წყლის მაღალი წინაღობის გამო შეიძლება ვერ ვიგრძნოთ წამოდება და ჰიდროკოსტუმი დავხიოთ. მშრალი მონაკვეთიდან სველზე გადასვლის წინ უნდა გამოვუშვათ მოძრაობისას ჰიდროკოსტუმში შესული ჰაერი: ჩავეჯდეთ და

გადავლუნოთ შლემის კიდეები, წინააღმდეგ შემთხვევაში მოუხერხებელი მოძრაობის დროს ჰაერი შეიძლება გადაადგილდეს ჰიდროკოსტუმის ჩექმებში და გადააბრუნოს სპელეოლოგი თავდაყირა.

ვიწრო, გრძელ მიწისქვეშა გასასვლელებში სტალაქტიტების ქვეშ ჩაყვინთის ცდისას სპელეოლოგი შეიძლება მიწვდეს და წმოედოს მათ ისე, რომ სხვების დახმარების გარეშე ვერ განთავისუფლდეს. ღრმა ტბები და მდინარეები მიწის ქვეშ უნდა გადაილახოს ნავით, ზოგჯერ კი ნაპირიდან თოკით დაზღვევით. ნავში ჩაჯდომა მოითხოვს ყურადღებას, ის შეიძლება ადვილად გადაყირავდეს, ან გაირღვეს სტალაგმიტების შვერილებზე.

კარსტული მღვიმეების ტაქტიკური გამოკვლევა. ტაქტიკურმა სქემამ უნდა უზრუნველყოს ჯგუფის უსაფრთხოება მღვიმეში მოძრაობისას. ამ შემთხვევაში ჯგუფის ხელმძღვანელის მოვალეობაა განსაზღვროს რაიონის სპელეოლოგიური პერსპექტიულობა; აუცილებელია ყურადღებით გაეცნოს ლიტერატურას და გამოჰკითხოს ადგილობრივი მოსახლეობა.

კონკრეტულ მღვიმეში მუშაობის ტაქტიკური სქემა დამოკიდებულია მღვიმის სირთულეზე, კვლევის ამოცანებზე, აღჭურვილობით უზრუნველყოფაზე, ჯგუფის მომზადებაზე, აგრეთვე წლის სეზონზე და ამინდის პირობებზე; ყველაზე უსაფრთხოა მღვიმეების მონახულება მშრალ ამინდში. სამუშაო შედგება რამდენიმე ეტაპისაგან: ჩაშვების ორგანიზება (იკიდება ძირითადი და დამზღვევი თოკები), ამოსვლის ორგანიზება (იკიდება კიბე, მაგრდება ბლოკი გაორებული თოკებით), მთელი ჯგუფის და აღჭურვილობის ამოტანის ორგანიზება, უკანასკნელი მონაწილის ამოსვლა (ყველა ზედმეტი აღჭურვილობა იხსნება, რჩება მხოლოდ კიბე და თოკი), აღჭურვილობის მოხსნა. სპელეოლოგის უსაფრთხოებას უზრუნველყოფს ჯგუფის მაღალი მობილურობა, რაც ეხმარება მას შევიდეს გადარჩენის ზონაში, აღჭურვილობა და პროდუქტის მარაგი იძულებითი ბივაკის შესაქმნელად 2–5 დღის განმავლობაში.

11.3. საფრთხეები გამოწვეული საელეოტურიზმის სპეციფიკით

ბუნებრივი ჩამოზვავება და ქვის ცვევნა უფრო მეტად მოსალოდნელია ფენოვან კირქვებში მდებარე მღვიმეების კოროზიულ-გრავიტაციულ ნაპრალებში; ზოგიერთ მღვიმეში ტექტონიკური რღვევების ახლოს და მათ თანმხლებ ნაპრალიან ზონებში არის საშიში მონაკვეთები, რომელთა გავლა საჭიროა სწრაფად და უხმაუროდ.

მღვიმეების დაგაზიანება. თითქმის ყველა კარსტულ მღვიმეში ნახშირორჟანგის აირის შემცველობა შეადგენს 0,3–0,5 %-ს, რაც პრაქტიკულად არ აღიქმება

ადამიანის მიერ; მღვიმის ქვედა, არაგაქრევად მონაკვეთებსა და ტექტონიკური რღვევების ახლოს შესაძლებელია ნახშირორჟანგის აირის შემცველობის გადიდება 6–7 %-მდე, რაც ძალზე საშიშია. ნახშირორჟანგის აირით მოწამვლის სიმპტომებია: ოფლიანობა, თავისტივილი, თავბრუსხვევა, გულისრევა; ასეთ დროს საჭიროა საშიში მონაკვეთიდან სწრაფად გამოსვლა, შესაძლებლობის შემთხვევაში უკეთესია ზედაპირზე ამოსვლა.

ვერტიკალურ მღვიმეებში შესაძლებელია სეზონური დაგაზიანება (უფრო მეტად ზაფხულში, სუსტი ბუნებრივი ვენტილაციის დროს) ტექტონიკური ნაპრალების ზონებში ზოგჯერ შეინიშნება მეთანის და სხვა უჯერი ნახშირწყალბადების დაგროვება. თუ მათი კონცენტრაცია არ აღემატება 1–1,5%-ს, ისინი საშიშროებას არ წარმოადგენენ.

წყალთან დაკავშირებული საშიშროება არსებობს როგორც მუდმივად წყლიან, ისე პერიოდულად გაწყლოვანებად მღვიმეებში. წყლის დონის მოულოდნელმა აწევამ ძლიერი ნიაღვრის, ან თოვლის დნობის შემდეგ შეიძლება მიაღწიოს 10–15 მეტრს, ზოგჯერკი 50 მეტრსაც. საშიშროება განსაკუთრებით იზრდება როცა სპელეოლოგს ზედაპირიდან ჰყოფს ვიწრო, ძნელად გასასვლელი ხერხელები და ვერტიკალური შახტები, სადაც წყალმოვარდნების ნაკადის და მის მიერ წატაცებული ქვების დამრტყმელი ძალა თითქმის ათიათასჯერ იზრდება. აღნიშნულის თავიდან ასაცილებლად სიფრთხილის ზომებია: მღვიმეში შესვლა ამინდის კარგი პროგნოზის პირობებში (თუმცა მთიან რაიონში ნიაღვრები ვერ პროგნოზირდება), ზედაპირთან ტელეფონით კავშირი, წყალმოვარდნის პირველი ნიშნებისთანავე სწრაფი ევაკუაცია.

11.4. საფრთხეები, გამომწვეული საელეოლოგის სუსტი მოგზაფხობით.

ხელოვნური ჩამონგრევები და ქვების ცვევნა . თავიდან რომ ავიცილოთ გარეშე პირთა მიერ შემთხვევით ნასროლი ქვები, ზევით მიწის ზედაპირზე უნდა დავტოვოთ ადამიანი, მიწის ქვეშ კი დავიცვათ გადაადგილების წესები.

არასაიმედო ხელოვნური, ან ბუნებრივი საყრდენები. საყრდენების შერჩევასა უნდა ვიყოთ ყურადღებით. ყველაზე დიდ საშიშროებას სტალაგმიტები წარმოადგენენ თიხოვან საფუძველზე და თხელი ჩამონაჟონი ქერქი. უმნიშვნელო ციცაბოს დროსაც კი აუცილებელია დაზღვევის ორგანიზება.

ვიწრო საძრომები საშიშია მათი გადალახვის წესების არ ცოდნის შემთხვევაში და შეუფერებელი ტანსაცმელის დროს. ვიწრო საძრომების წარმატებით გადასალახად აუცილებელია სპელეოკომბინეზონი, მოძრაობის სწორი

ტექნიკა (უნარი დავიკავოთ სწორი პოზა: გვერდზე, ზურგზე, გართხმული და ა.შ.) . ზოგჯერ საჭირო ხდება საძრომის გაწმენდა თიხისა და ნაშაღისგან, ან მისი გაგანიერება.

წყალთან დაკავშირებული საშიშროება აღიძვრება ჰიდროკოსტუმის გარეშე მუშაობისას. ასეთ დროს ორგანიზმი პირველ ხანებში ახდენს სითბოს დანაკარგების კომპენსაციას ჟანგვითი პროცესების გაძლიერებით, შემდეგ იწყება ორგანიზმის გადაცივება. მისი სიმპტომებია: "ბატის კანი", კანკალი, პულსის შენელება, კუნთებში ტკივილი, ხმის იოგების პარალიზი. ღია წყალში ჩაყვინთვა ჰიდროკოსტუმის გარეშე დასაშვებია მხოლოდ მაშინ, როცა წყლის ტემპერატურა 17⁰-ზე მეტია.

ვიწრო ჰიდროკოსტუმში გადაადგილებისას მშრალ მღვიმეებსი და ვიწრო საძრომებში აღიძვრება გადახურების საშიშროება, რადგან კუნთების ინტენსიური მუშაობისას გამოყოფილი სითბოს ართმევა ვერ ესწრება; წარმოიქმნება წყურვილის გრძნობა, სისუსტე, თავისტკივილი, თავბრუსხვევა. ასეთ შემთხვევაში უსაფრთხოების ზომებია: ჰიდროკოსტუმში მუშაობა მხოლოდ მღვიმის გაწყლიანებულ მონაკვეთებზე, ან კოსტუმის პერიოდული ვენტილაცია. ჰიდროკოსტუმში მუშაობის ყველა შემთხვევაში აუცილებელია შეგვეძლოს ცურვა.

გზის აბნევა რეალურად დამწყებ ტურისტებს ემუქრებათ ლაბირინთებში; ორიენტაციისთვის უმჯობესია შპაგატის, ან მაგარი ძაფის გორგალთ მოძრაობა, რომელიც უკან დაბრუნებისას უნდა ავახვიოთ. არ შეიძლება საღებავით, ნახშირით ან სხვა საშუალებებით მღვიმის კედლების მარკირება.

საკონტროლო კითხვები

1. რა ართულებს სპელეოლოგის მუშაობას აღუჭურველ მღვიმეებში?
2. რა ევალება სპელეოლოგს მოგზაურობის რაიონში ჩასვლისას?
3. რა არის კარსტული მღვიმე და როგორ წარმოიქმნებიან ისინი?
4. როგორ ფორმირდებიან სტალაქტიტები და სტალაგმიტები?
5. რომელი კარსტული მღვიმეები იცით წარმოშობის მიხედვით?
6. რა არის აუცილებელი სპელეოლოგისთვის წყლით დაფარულ მღვიმეებში გადაადგილებისას?
7. რა არის მღვიმეების გამოკვლევის ტაქტიკური სქემის მიზანი?
8. რაზეა დამოკიდებული კონკრეტულ მღვიმეში მუშაობის ტაქტიკური სქემა?
9. ჩამოთვალეთ მღვიმეების გამოკვლევისას ტაქტიკური სქემის ძირითადი ეტაპები.
10. ჩამოთვალეთ საფრთხეები, გამოწვეული სპელეოტურიზმის სპეციფიკით.

**ნ. კვარაცხელია
ნ ალხანაშვილი**

თემა 12. ექსტრემალური ტურიზმის საწყალონო სახეობი.

12.1. ღაიზიზმი

საწყალონო ტურები განსხვავდებიან როგორც გადაადგილება ხერხით, ისე მარშრუტების სირთულით. ტურები ბაიდარებით, მარშრუტები კატამარანით და ტივით, იალქნიანი გემებით და სხვა დიდი პოპულარობით სარგებლობენ. საწყალონო ტურიზმის ნეგატიური შედეგები დაკავშირებულია ძირითადად წყლის დაჭუჭყიანებასთან საყოფაცხოვრებო ნარჩენებით..

ეგზოტიკურ და მსოფლიოში ცნობილ სამდინარო ტურებს ეკუთვნის: ნავებით მდინარეებზე ტაქშენშინზე და ალექსზე დაშვება (ალიასკა და იუკონი, აშშ და კანადა), რთული ლაშქრობა III და IV სირთულის ზღუდეების მქონე ბობოქარ მდინარეზე სიერა-ნევედას მთისწინეთში, კალიფორნიაში 360 კმ-ის სიგრძის და 70 ზღუდის მქონე მდინარე ტოლუმზე და აშშ-ის არაზონის შტატში მდებარე მდინარე კოლორადოზე; მარშრუტები ნავებით და ბაიდარებით ტროპიკულ მდინარე პაკუარეზე (კოსტა-რიკა), კრუიზი მანაუსიდან ტროპიკული წვიმიანი ტყეების გავლით ბრაზილიაში მდინარე ამაზონკაზე, თბომავალით ან ნავებით ლაშქრობა პაკუა ახალ გვინეაში მდინარე სეპიკზე, ლაშქრობა ბობოქარ მდინარე ფრანკლინზე ტასმანიის ველურ ადგილებში (ავსტრალია, კუნძული ტასმანია) და სხვა.

საზღვაო ტურები ხანგრძლივ საზღვაო მოგზაურობებში გამოიყენება. თანამედროვე თბომავლებზე, რომელთა ზომები გაცილებით მცირეა ვიდრე ჩვეულებრივი საოკეანო ლაინერების, ტურისტებთან ერთად იმყოფებიან ნატურალისტები, ექსკურსიის მძღოლები და სხვა. ხანმოკლე საზღვაო მოგზაურობებში, როცა ტურისტები ნაპირზე ცხოვრობენ და ასრულებენ ხანმოკლე საზღვაო ექსკურსიებს, წარმატებით გამოიყენება ზღვის ბაიდარები, რომლებიც განსხვავდებიან სამდინარო ბაიდარებისგან დიდი ზომებით და მდგრადობით; მათ შეუძლიათ შესვლა ისეთ ადგილებში, სადაც ვერ მოხვდება ვერცერთი გემი.. ზღვის ბაიდარები უხმაუროა, გამჭვირვალე ფსკერიანი ნავები კი ველურ ზღვის ცხოველებზე დაკვირვების საშუალებას იძლევიან მეჩხერ წყლებში.

საზღვაო მოგზაურობებს შორის განსაკუთრებული გავრცელება ჰპოვა **დაივინგმა**, რომელიც იყენებს ძალზე მყიფე ბუნებრივ რესურსებს და დაკავშირებულია მრავალრიცხოვან საშიშროებებთან. დაივინგი არის ცურვა ნიღაბით და ჩაძირვა აკვალანგით. დაივინგის მიმდევართათვის საუკეთესო

ადგილებია მარჯნის რიფები, რომელნიც წარმოადგენენ ბუნების ულამაზეს და ამავე დროს მყაიფე ქმნილებებს.

სპეციალისტების შეფასებით მარჯნის რიფების საერთო ფართობი 600 000 კმ²-ია; მისი 60% მოდის ინდოეთის ოკეანეზე და წითელ ზღვაზე, 25% – წყნარ ოკეანეზე, 15% კი–კარიბის ზღვაზე. დიდი ბარიერული რიფი ავსტრალიის აღმოსავლეთ სანაპიროს გასწვრივ 2000 კმ-ზე მეტ სიგრძეზე ვრცელდება და ყველაზე დიდი ნაგებობაა, რომელიც კი შეუქმნია ცოცხალ არსებებს დედამიწის არსებობის ისტორიაში .

განასხვავებენ მარჯნის რიფების 4 ტიპს:

- * **სანაპირო, ანუ შემოქობილი (მოარშობილი) რიფები** ნაპირთან ახლოს იმყოფებიან, იმეორებენ რამ მის მოხაზულობას. ისინი წარმოიქმნებიან ისეთ ადგილებში, სადაც მეჩხი (თავთხელი) ქვისებურია და შეიძლება სუბსტრატის როლი შეასრულოს მარჯნების მისამაგრებლად.
- * **ბარიერული რიფები** არიან ნაპირის გასწვრივ გაჭიმული სტრუქტურები, რომლებიც ხშირად წარმოიქმნებიან შემოქობილი რიფებისგან, მაგრამ ისინი ხმელეთისაგან გამოყოფილნი არიან თავისებური ყურეთი–ლაგუნათი.
- * **წრიულ რიფებს** ჩვეულებრივ ატოლებს უწოდებენ; ეს მარჯნების ზოლებია, რომლებიც გარს არტყია შიგა ლაგუნას; ისინი აკვალანგების საყვარელი ადგილებია;
- * **ქუსლოვანი რიფები (მათ აგრეთვე უწოდებენ მარჯნის ქილებს)** ხმელეთთან დაუკავშირებელი სტრუქტურებია, რომლებიც წარმოიქმნებიან მაგარი მთის ქანების წყალქვეშა შვერილებზე, ან სხვა ანალოგიურ სუბსტრატზე სიღრმის და წყლის ტემპერატურის შესაფერის დიაპაზონში.

წყალქვეშ ცურვის სახეები მოიცავს შემდეგ მიმართულებებს:

- ✗ მიწისქვეშა “არქეოლოგია” და ჩაძირული გემების გამოკვლევა. ჩაძირული გემების ერთ-ერთი ყველაზე მსხვილი სასაფლაო მდებარეობს ორკნეისკის კუნძილების რაიონში, შოტლანდიის ჩრდილოეთ სანაპიროსთან;
- ✗ წყალქვეშ ცურვა გამოქვაბულებში;
- ✗ სამეცნიერო ექსპედიციებში მონაწილეობა;
- ✗ ვიდეო-და ფოტოგადაღება წყალქვეშ;
- ✗ წყალქვეშ ცივ წყალში ცურვა. ზოგიერთი მოყვარული ამტკიცებს, რომ ზღვის და ოკეანის ცივ წყლებში ბინადრობენ ღრმა წყალქვეშა სამყაროს ყველაზე საინტერესო წარმომადგენლები;

ა) წყალქვეშ ცურვა ყინულის საფარის ქვეშ ძალიან საშიში და საინტერესო საქმიანობაა; იგი ჩვეილებრივ ხორციელდება მტკნარ წყალსაცავებში, ან იმ განედებზე სადაც ზღვა იყინება.

წყალქვეშ ცურვა ზიანს აყენებს რეკრეაციული ტერიტორიების ბუნებას; ნეგატიურ როლს ასრულებს აგრეთვე მარჯნებით, ნიჟარებით, კუს ჯავშნებით, ცოცხალი ტროპიკული თევზებით, აგრეთვე სხვადასხვა ზღვის ორგანიზმების ფიტულებით ვაჭრობა. ზღვის რესურსებს ზიანს აყენებს თვით წყალქვეშ ცურვა, ანდა ჩაშვებული მარჯნებზე, მყვინთაგები გამოუცდელიობის, ან გაუფრთხილებლობის გამო ეჯახებიან მარჯნებს და აზიანებენ მათ ნაზ რიფებს.

აკვალანგისტების ქცევის წესების თანახმად ისინი უნდა დარჩნენ შეუმჩნეველნი წყალქვეშა სამყაროში, თავშეკავებულად და აუჩქარებლად იმოძრაონ, ისუნთქონ ნელა და თანაბრად.

საზღვაო ტურიზმის პოპულარული ტერიტორიებია პრინს ვილიამის ყურე (ალიასკა, აშშ) – კრუიზი და ცურვა ზღვის ბაიდარებზე, წითელი ზღვა (ეგვიპტე, ისრაელი) – წყალქვეშ ცურვა მარჯნებს შორის ნაპირთან ახლოს და სხვა.

საფეხმავლოსგან განსხვავებით საწყალოსნო ტურიზმი უფრო რთულია. ტურისტმა-წყალქვეშეთელმა კარგად უნდა იცოდეს დაბრკოლებები, რომლებიც გვხვდება წყალქვეშ, უნდა შეეძლოს მათი გადალახვა. ტურისტის წყალში ჩავარდნას შეიძლება მოჰყვეს სხეულის გადაცივება, წყალში სხვადასხვა საგნებზე დარტყმა. ამიტომ ტურისტმა უნდა იცოდეს და იყენებდეს თვითდაზღვევის ხერხებს და შეეძლოს პირველი დახმარების აღმოჩენა.

წყალქვეშა ცურვა- დაივინგი - წყალქვეშა ტურიზმის ერთ-ერთი აქტიური სახეობაა. საქართველოში დაივინგი საკმაოდ პოპულარული და განვითარებულია. არსებობს დაივინგის ანუ წყალქვეშა ცურვის საზოგადოება, რომელიც დაგეხმარებათ დაათვალიეროთ ზღვის ფსკერი. რაც უფრო ღრმად ჩადიხარ, მით უფრო საინტერესოა ზღვა და მით მეტი ადრენალინი გამოიყოფა. ამასთანავე, მეტია საფრთხეც.

დაივინგის დროს ძირითადად საფრთხეს ქმნიან თევზთა საშიში სახეობები, რომელთაც თუ გინდათ თავი აარიდოთ, არ უნდა გააბრაზოთ, არ უნდა დაურღვიოთ მყუდროება. ისინი უხეშად შეხებისას აგრესიულნი ხდებიან. საშიშია ასევე კიბოსნაირები, ლოდები, კლდეები, წყალმცენარეები, ამიტომ დაივინგის საზოგადოება გიდის გარეშე ამ ტურებს არ აწყობს. წყალქვეშა ცურვისას განსაკუთრებით საინტერესოა ჩამირული გემებისა და თვითმფრინავების დათვალიერება. ზღვის მცენარეები და საერთოდ, მისი სამყარო

ამოუცნობი საიდუმლოა და ძალიან საინტერესო. ძალიან საინტერესოა შავ ზღვაში "ფილოფლორას მინდორი", 36 მეტრის მანძილზეა გადაჭიმული.

დაივინგის საზოგადოება გთავაზობთ ცურვას სარფში, კვარიათში, ციხისძირსა და პალიასტომის ტბაზე. 20 მეტრის სიღრმეზე ჩასვლის შემდეგ, თანდათან იზღრება სირთულეები და რაც უფრო ღრმად ჩადიხარ, მით უფრო ძნელია, რადგან ცუდია მხედველობა და არის ბუნებრივი მღვიმეები. თუ გადაწყვეტთ დაათვალიეროთ შავი ზღვის სამყარო, ოთხი ჩაძირული გემი და სამი თვითმფრინავი და დიოსკურიას კედლის ნარჩენები ფარავნის ტბაზე, აუცილებლად უნდა გაიაროთ დაივინგის საზოგადოებასთან არსებული კურსები, რის შემდეგაც მიიღებთ სერთიფიკატს. 10 წლიდან შესაძლებელია წყალქვეშ ცურვა აკვალანგით, რომელიც იბერება ჰაერით და უსაფრთხოა. თუ დაინტერესდებით, შეგიძლიათ დაუკავშირდეთ დაივინგის საზოგადოებას:

დაივინგი მოითხოვს გარკვეულ დაძაბულობას; გულზე დატვირთვის გადიდება შეიძლება მოჰყვეს გულის შეტევა და უეცარი სიკვდილი. სანამ დაიწყებენ წყალქვეშ ცურვას, აკვალანგისტებმა უნდა გაიარონ ექიმთან სრული სამედიცინო დათვალიერება. წყალქვეშ ცურვის უსაფრთხოება ბევრადაა დამოკიდებული ბუნების ძირითადი კანონების ცოდნასა და მათ დაცვაზე; ამიტომ კარგმა აკვალანგისტმა უნდა იცოდეს წყალქვეშ ცურვის წესები ისე, როგორც მლოლმა, უნდა ისწავლოს და დაიმახსოვროს საგზაო მოძრაობის წესები.

თუ ტურიზმის ზოგიერთ სახეობაში შეგვიძლია შევიძინოთ ჩვევები პრაქტიკით და ექსპერიმენტით, წყალქვეშ ცურვის დროს ერთადერთი შეცდომა შეიძლება საბედისწერო აღმოჩნდეს აკვალანგისტისთვის.

დაივინგის დროს გარკვეული საშიშროება დაკავშირებულია კესონურ დაავადებასთან. ამ დაავადების პირველ სიმპტომებს წააწყდნენ მშენებლები, რომლებიც მუშაობდნენ წყალქვეშ კესონებში. დაავადებას სახელი "კესონკა" მისცეს ბრუკლინის ხიდის მშენებლებმა ნიუ-იორკში. 1878 წელს კესონური დაავადება შესწავლილი იქნა ფრანგი ფიზიოლოგის პოლ ბერის მიერ, რომელმაც დაადგინა, რომ მაღალი წნევის ქვეშ ჰაერის ჩასუნთქვისას ხდება აზოტის გახსნა სისხლსა და ქსოვილებში; წნევის სწრაფი დაცემისას აზოტი ძალიან სწრაფად ბრუნდება აირა მდგომარეობაში და ვერ ასწრებს ჩვეულებრივი წესით სხეულიდან გამოსვლას, რის შედეგად სხეულზე წარმოიქმნება ჰაერის ბუშტულები, რომლებიც იწვევენ ტკივილს; ეს ტკივილი მაშინ ხალხს რევმატიზმად მიაჩნდათ.

კესონური დაავადების სიმპტომებია კანის ქავილი, კუნთების და სახსრების ტკივილი, ცენტრალური ნერვული სისტემის დაზიანება, ასფიქსია. ბერის რეკომენდაციით ამ დაავადების თავიდან ასაცილებლად საჭიროა კესონური მუშების ზედაპირზე ამოსვლის სიჩქარის შენელება. მან აგრეთვე შენიშნა, რომ კესონური დაავადების ზემოქმედება შეიძლება მთლიანად განეიტრალოს წნევის ჩვეულებრივი ამადლებით. ამ აღმოჩენის შედეგად 1893 წელს ამერიკაში შეიქმნა პირველი რეკომპრესიული კამერა. წყალქვეშ ცურვის უსაფრთხოების უზრუნველსაყოფად საჭიროა ჩაყინთვის სიღრმის, წყალქვეშ ყოფნის ხანგრძლივობის და ზედაპირზე ამოსვლის სიჩქარის კონტროლი. შედარებით უსაფრთხოა დაივინგი ლაგუნებში, როცა ნაპირი საიმედოდ არის დაცული ბარიერული რიფით; მაგრამ ლაგუნებში არ შეიძლება ცურვა იმ არხის ახლოს, რომელიც ლაგუნას აერთებს ზღვასთან. საშიშია აგრეთვე დინებები, რომლებიც მოულოდნელად აღიძვრებიან; ასეთ დინებათა წარმოქმნის ერთ-ერთი მიზეზია კოკისპირული ტროპიკული ნიაღვრები. დაივინგის მიმდევარი ტურისტებისთვის საშიშია აგრეთვე ზღვის ზოგიერთი ბინადარი: ზღვის ზღარბი, ზღვის ვარსკვლავები, მედუზები, მარჯნები, მოლუსკები, ზღვის გველები, ზოგიერთი თევზი. რადგანაც დაივინგი საშიშია, დაივცენტრები არ უშვებენ ახალბედების ჩაშვებას, თუ არა აქვთ გავილილი სწავლების სპეციალური კურსი და თუ არა აქვთ სპეციალური ლიცენზია.

პროფ. ნ. კვარაცხელია

12.2. რაფტინგი

ტურიზმის ეს სახეობა ითვალისწინებს მდინარეზე დაშვებას რამდენიმე სექციიანი გასაბერი ნაგებობით; თანამედროვე ნაგებობს აქვთ 7-8 დამოუკიდებელი სექცია; უსაფრთხოების მიზნით ნავის ფსკერზე მიმაგრებულია ფეხის გასაყრდები, რათა ტურისტები დაშვების დროს არ გადმოვარდნენ ნავიდან. აუცილებელია ყველა ტურისტს ჰქონდეს სამაშველო ჟილეტი და ჩაფხუტი. სასურველია ჰიდროკოსტუმის ტარებაც, რაც ორგანიზმს დაიცავს გაცივებისგან ტურისტის წყალში გადავარდნის შემთხვევაში. ყველა ნავში უნდა იყოს ერთი კვალიფიციური ინსტრუქტორი. მდინარეზე დაშვების წინ ტურისტებს უტარდებათ დაწვრილებითი ინსტრუქტაჟი ექსტრემალურ სიტუაციებში ქცევის წესების შესახებ.

საქართველოში რაფტინგი პოპულარ-ული გახდა XX საუკუნის 60-იანი წლებიდან; ტურიზმის ამ სახეობისთვის პოპულარული მდინარეები იყო რიონი,

მტკვარი, თეთრი არაგვი, ცხენისწყალი; 2001 წლიდან დაიწყო ტურიზმის ამ სახეობის აღდგენა; მისი ქართული სახელია ჯომარდი, რაც სულხან-საბას ლექსიკონის მიხედვით ნიშნავს მხნეს და ცქვიტს. ტურისტის ამ სახეობით ჯერ-ჯერობით ძირითადად შიდა ტურისტები სარგებლობენ.

2003 წელს შეიქმნა ფირმა “სათავგადასავლო კლუბი “ჯომარდი”. ამ ფირმის მიერ შეთავაზებული ტურები საკმაოდ პოპულარული გახდა. 2005 წელს შეიქმნა კიდევ ერთი ფირმა “ჯორჯიან ადვენტურს ანდ ტოურს,” ხოლო 2007 წელს – ფირმა “რაფტინგი”. ძირითადი ტურები ტარდება შემდეგ მდინარეებზე: მთიულეთის არაგვი, ფშავის არაგვი, მტკვარი, რიონი.

საკონტროლო კითხვები

1. რა არის დაივინგი?
 2. როგორია მარჯნის რიფების საერთო ფართობი მსოფლიოში და როგორ არის ის განაწილებული?
 3. მარჯნის რიფების რომელი ტიპები იცით? დაახასიათეთ ისინი.
 4. ჩამოთვალეთ წყალქვეშ ცურვის სახეები.
 5. რა ძირითადი მოთხოვნა წაყენება აკვალანგისტს და რატომ?
 6. რა იცით კესონური დაავადების შესახებ?
 7. რა არის საჭირო წყალქვეშ ცურვის უსაფრთხოების უზრუნველსაყოფად?
 8. რა იცით რაფტინგის შესახებ?
 9. რომელი ფირმები სთავაზობენ საქართველოში მომხმარებელს საჯომარდო ტურებს?
-

ლიტერატურა

1. ბირჟაკოვი მ. ტურიზმის თეორია, თბილისი, 2004 წ.
 2. გოცირიძე მ, მელაძე მ. შესავალი სპეციალობაში. ლექციების კურსი ტურიზმის კომერციისა და სარეკლამო ბიზნესის სპეციალობის სტუდენტებისთვის, თსუ, თბილისი, 2003 წ.
 3. მეტრეველი მ. ტურიზმი და გარემოს დაცვა. თბილისი, 2004 წ.
 4. მეტრეველი მ. ტურიზმი. თბილისი, 2003 წ.
 5. მეტრეველი მ. ტურიზმის და სტუმარ-მასპინძლობის საფუძვლები. თბილისი, 2008 წ.
 6. შუბლაძე ვ. საქართველო და ტურიზმი. თბილისი, 2004 წ.
 7. ეკონომიკური პალიტრა. სათავგადასავლო ტურიზმი იმერეთის უნიკალურ მღვიმეებში.
 8. Сергеева Т.К, Экологический туризм, М, .Финансы и статистика. 2004г
-

დანართები

პროფ. ნ კვარაცხელია

??? თემა 5. ტურისტული ლაშქრობის ორგანიზება სპორტულ ტურიზმში

ტურისტთა ლაშქრობის ორგანიზება იწყება მიზნისა და ამოცანის განსაზღვრით, მის მისაღწევად და გადასაჭრელად საშუალებების მოძიებით. მაგ. ტურისტთა ლაშქრობა შეიძლება იყოს რეკრეაციული ან სპორტული მიმართულების. პირველ შემთხვევაში ლაშქრობის მიზანი მიმართულია აქტიური დასვენებისკენ, ხოლო მიზნის მისაღწევად ამოცანები -- განისაზღვრება ტურიზმის საშუალების ამორჩევით. მეორე შემთხვევაში დომინირებს სპორტული ლაშქრობა, რომლის დროსაც საჭიროა ფსიქოლოგიური ძალების მობილიზება ტექნიკურად რთული მონაკვეთების გადასალახავად. სწორად ორგანიზებულ ტურისტთა ლაშქრობაზე დამოკიდებული, რამდენად აღდგება და განვითარდება ტურისტის შრომისუნარიანობა, ფსიქოლოგიური ძალები, რამდენად დაქვეითდება აღგზნებადობა და აგრესია, და ზოგადად რამდენად გამაჯანსაღებელ კვალს დატოვებს ადამიანში. სპორტული და აქტიური დასვენების გარკვეული დონის შერწყმა ერთ ტურისტულ ლაშქრობაში პრაქტიკულად შესაძლებელია, მარტივი სპორტული ლაშქრობის დროსაც. ამისათვის უდიდესი მნიშვნელობა აქვს ლაშქრობის ორგანიზატორთა გამოცდილებას. სპორტულ-გამაჯანსაღებელი ტურიზმის ორგანიზატორთათვის, დასახული მიზნის მისაღწევად პირველ პლანზე დგას ანალიზის და არსებული ინფორმაციის შერწყმა. მაგ. პრობლემის გადასაჭრელად მცირედ დასახლებულ რეგიონში ქვეითი ტურიზმი შეიძლება საუკეთესო საშუალებად გამოდგეს.

????? ტურისტთა სპორტულ-გამაჯანსაღებელი ლაშქრობის ორგანიზების სქემა შეიძლება გამოვსახოთ სისტემატიზირებული სახით ქსელური ცხრილის ფორმით, რომელიც ორიენტირებულია მოვლენებზე. უმთავრეს მოვლენას წარმოადგენს მომენტი როცა მიღებულია გადაწყვეტილება ტურისტთა ლაშქრობის ჩატარების შესახებ.

ტურისტთა ლაშქრობის ორგანიზების ქსელური გრაფიკი. ქსელური გრაფიკი აერთიანებს შემდეგ ქმედებებს:

1. განსაზღვრულია ჯგუფების შემადგენლობა და განაწილებულია მოვალეობები;
2. განსაზღვრულია ჯგუფის ხელმძღვანელი (ირჩევა ჯგუფის წევრების მიერ ან ინიშნება);

3. ჩატარებულია ანალიზი და შეჯამებულია არსებული ინფორმაცია - მიღებულია რეკომენდაციები და კონკრეტული ღონისძიებები;
4. შერჩეულია რაიონი და ლაშქრობის ჩატარების ვადა;
5. შემუშავებულია ჯგუფის ძირითადი მარშრუტი;
6. შემუშავებულია სათადარიგო და ავარიული მარშრუტის ვარიანტი;
7. შედგენილია ლაშქრობის კალენდარული გრაფიკი, განსაზღვრულია საკონტროლო პუნქტები და ვადები;
8. მიღებულია ადმინისტრაციული რაიონიდან თანხმობა, ლაშქრობის ჩატარების შესახებ;
9. შედგენილია ჩამონათვალი ჯგუფური აღჭურვილობისთვის;
10. შედგენილია ჩამონათვალი პირადი აღჭურვილობისთვის;
11. შედგენილია კვების პროდუქტების ჩამონათვალი ;
12. მომზადებულია და შემოწმებულია ჯგუფური აღჭურვილობა;
13. მომზადებულია და შემოწმებულია პირადი აღჭურვილობა;
14. მომზადებულია და შემოწმებულია კვების პროდუქტები;
15. დასრულებულია ჯგუფის წევრ-ტურისტთა საერთო მომზადება;
16. დასრულებულია ტექნიკური მომზადება;
17. დასრულებულია ტაქტიკური მომზადება;
18. დასრულებულია უსაფრთხოების დაცვის ტექნიკის მომზადება;
19. დასრულებულია ტოპოგრაფიული მომზადება;
20. დასრულებულია ფიზიკური მომზადება;
21. დასრულებულია სპეციალური მომზადება;
22. დასრულებულია ფსიქოლოგიური მომზადება;
23. დასრულებულია ინტეგრალური მომზადება (შეჯიბრებებში მონაწილეობა, სავარჯიშო ლაშქრობები);
24. დასრულებულია საექიმო - პედაგოგიური კონტროლი ;
25. შემუშავებულია სამარშრუტო დოკუმენტაცია – შევსებულია სამარშრუტო წიგნი;
26. მიღებულია სამარშრუტო-კვალიფიციური კომისიის დასტური;
27. ჯგუფი გამგზავრებულია ლაშქრობის რაიონში.

ქსელურ ცხრილში გამოყოფილია კრიტიკული გზა, გამავალი ტაქტიკო-ტექნიკურ მომზადებისა და უსაფრთხოების დაცვის შემთხვევებზე (15-18) ტურისტით ლაშქრობის ორგანიზების პროცესში. ამ დროს კრიტიკული გზა ხშირად დაკავშირებულია მატერიალურ-ტექნიკურ მომზადებასთან.

განვიხილოთ ძირითადი სამუშაოები, რომელიც თან სდევს გარკვეულ შემთხვევებს.

სამუშაო 1 დაკავშირებულია ჯგუფის ფორმირებასთან. აქ შეგვიძლია გამოვეყნოთ 4 პრობლემა. პირველი პრობლემა დაკავშირებულია სპორტულ ლაშქრობებში შეჯიბრების ჩატარების წესების დაცვის მოთხოვნასთან, ასევე მოგზაურობის და სპორტული ტურების ორგანიზებასთან. მეორე პრობლემა – ლაშქრობის მიზნის მისაღწევად თანამოაზრეთა ჯგუფის დაკომპლექტება; მესამე პრობლემა- ჯგუფის წევრების ფსიქოლოგიური შეთავსება. მეოთხე პრობლემა – დაახლოებით თანაბარი ფიზიკური შეასძლებლობის და მომზადების მიხედვით მონაწილეთა ჯგუფის ფორმირება.

პირველი პრობლემის გადაწყვეტისას განსაზღვრავენ ჯგუფის რაოდენობით შემადგენლობას, რომელიც დამოკიდებულია ტურიზმის სახეობასთან და ლაშქრობის სირთულესთან. მაგ. უმაღლესი კატეგორიის სირთულის ლაშქრობისას ჯგუფის მინიმალური რაოდენობა შეადგენს 6 ადამიანს, ხოლო 1-2 კატეგორიის სირთულის ლაშქრობისას შესაძლებელია რაოდენობა შემცირდეს 2 კაცამდე, კონკრეტული მარშრუტის და რაიონის გათვალისწინებით. ჯგუფის მაქსიმალური რაოდენობა წესით მიღებული არ არის, ეს ორიენტირებულია ჯგუფის ხელმძღვანელის საღ გადაწყვეტილებაზე. ჩვეულებისამებრ სპორტული ჯგუფი უსაფრთხოების წესთა დაცვის გათვალისწინებით არ აღმატება 20 ადამიანს. პირველი კატეგორიის სირთულის ლაშქრობისას საკმარისია დასვენების დღეებში ჩატარებულ ლაშქრობაში მონაწილეობის გამოცდილება. უფრო რთული ლაშქრობისას აუცილებელია მეტი გამოცდილება.

მეორე პრობლემის გადაწყვეტისას, როდესაც კომპლექტდება თანამოაზრეთა ჯგუფი, შესაძლებელია გადაწყვეტილება მივიღოთ ფორმალური ანკეტებისა და არაფორმალური გასაუბრების საფუძველზე, დახასიათებებისა და წინა ლაშქრობებში მონაწილეთა აზრის გათვალისწინებით, (თუ როგორ იქცეოდა ესა თუ ის ადამიანი წინა ლაშქრობებისას). საჭიროების შემთხვევაში შეიძლება მოვიწვიოთ ფსიქოლოგი, რომელიც პროფესიონალურ დონეზე მოგვაწოდებს პიროვნების დახასიათებას და აზრს მისი მოტივაციის სფეროების შესახებ.

მესამე პრობლემა- ფსიქოლოგიური შეთავსებისა, ყველაზე ადვილი გადასაწყვეტია– ინტეგრალური მომზადებისას მონაწილეთა მოქმედების ანალიზი. ამ შემთხვევაშიც შეგვიძლია პროფესიონალი ფსიქოლოგების დახმარება, რომლებიც ინტეგრირებულები არიან შიდა ჯგუფური ურთიერთობის მეთოდოლოგიაზე და ინდივიდუალური ხასიათის დიაგნოსტიკაზე.

მეოთხე პრობლემა- ჯგუფის ფორმირება დაახლოვებით ერთნაირი დონის ფუნქციონალურ-ფიზიკურად მომზადებული ადამიანებისგან-წყდება სხვადა-სხვაგვარი ტესტების გამოყენებით, რომლებიც მიმართულია მონაწილეთა ფუნქციონალურ-ფიზიკური მომზადების დონის გარკვევისაკენ.

ძირითადად ტურისტთა ჯგუფის დაკომპლექტება ხდება შედარებით ერთნაირად მომზადებული მონაწილეებისაგან, ასევე საყურადღებოა ანტაგონიზმის არსებობა ურთიერთობაში. სპორტულ ტურისტთა ჯგუფების ჩამოყალიბებისას სხვა დანარჩენი პირობები ასაკობრივი, სქესობრივი, სოციალური და ა.შ. მეორეხარისხოვანია.

ჯგუფის დაკომპლექტება სრულდება მოვალეობების გადანაწილებით. გვჭირდება ჯგუფის ხელმძღვანელი, მისი მოადგილე, აღჭურვილობაზე პასუხისმგებელი, პასუხისმგებელი საკვებზე, ასევე პასუხისმგებელი ფოტოგადაღებასა და დღიურზე. სამუშაოები 1-3, 3-4, 4-5, 5-6, 5-7 დაკავშირებულია ლაშქრობის მარშრუტის გეგმის ამორჩევასთან და ასევე სათადარიგო და ავარიული მარშრუტების დაგეგმვასთან.

ლაშქრობის ამორჩეული გეგმა, მიზიდულობის მაჩვენებლით, ხანგრძლივობით, ტურისტთა რაოდენობით და წინააღმდეგობების ხარისხით, უნდა შეესაბამებოდეს ტურისტთა გარკვეულ მზადყოფნას და მომზადებას. ლაშქრობის მარშრუტი თავისი სქემით შეიძლება იყოს სწორხაზოვანი, წრიული, რადიალური და კომბინირებული. თითოეულ ვარიანტს აქვს თავისი დადებითი და უარყოფითი მხარეები. სწორხაზოვანი და წრიული ვარიანტები პრაქტიკულად ერთნაირია, იმის გამოკლებით, რომ სწორხაზოვან ვარიანტში როგორც წესი იზრდება ლაშქრობის შემეცნებითი მნიშვნელობა, მაგრამ ასევე მატულობს საორგანიზაციო სირთულეებიც- დაკავშირებული სატრანსპორტო პრობლემებთან (სხვადასხვა ადგილებამდე მისვლა და იქიდან გამგზავრება) და პროდუქტისა და სხვადასხვა აღჭურვილობის მიტანა გარკვეულ პუნქტებამდე. მარშრუტის რადიალური სისტემის შექმნა ეყრდნობა ტურისტთა ტვირთის მინიმალურ წონას და ამის გამო სპორტული ლაშქრობა შეიძლება გადაიქცეს მარტივი ლაშქრობის სახეობად, მიუხედავად იმისა, რომ ტერიტორიის გარკვეული უბნები შეიძლება ტექნიკურად რთულ კატეგორიას ეკუთვნოდეს. კომბინირებული ვარიანტი შეიცავს ყველა სხვა ტიპის მარშრუტის დადებით და უარყოფით მხარეებს გარკვეული შეთავსების მიხედვით. ყველა ეს ვარიანტი გამოიყენება სპორტულ- გამაჯანსაღებელ ტურიზმში, თუმცა ხშირად უპირატესობა წრიული და რადიალური ვარიანტების კომბინირებას ენიჭება.

სათადარიგო და ავარიული ვარიანტები თან სდევს ლაშქრობის ძირითადი გეგმის მთელ სქემას. სათადარიგო ვარიანტები იგეგმება იმ შემთხვევისთვის თუ გაფუჭდა ლაშქრობის პირობები, დამძიმდა და იმატა უღელტეხილზე გადასვლის საშიშროებამ, ასევე სხვა მოტივებით რომლებიც არ უკავშირდება საგანგებო გარემოებებს. სათადარიგო მარშრუტები, როგორც წესი არ აქვეითებენ ძირითადი გეგმით დასახულ სირთულეებს.

მატერიალურ-ტექნიკური უზრუნველყოფისთვის აღჭურვილობის შერჩევას უდიდესი მნიშვნელობა აქვს. პირადი ნივთების ჩამონათვალი უნდა შეესაბამებოდეს ჯგუფური აღჭურვილობის ჩამონათვალს ხარისხითაც და რაოდენობითაც. ტურისტთა აღჭურვილობის საერთო მოთხოვნაა რომ ნივთები ფუნქციონალური მნიშვნელობით, გამძლეობით, სიმსუბუქით შეესაბამებოდეს ლაშქრობის სახეობას. ძირითადად სამთო ლაშქრობებში პირადი აღჭურვილობა, რომელსაც ატარებენ ზურგჩანთით (საძილე ტომარა, გამოსაცვლელი ტანსაცმელი და ა.შ) არ აღემატება 5 კილოგრამს. მთელი ჯგუფური აღჭურვილობის წონა შეიძლება 1 ადამიანზე აღწევდეს 10 კილოგრამს. (კარგები, თოკები, საწვავი და ა.შ.). კარგად დაგეგმილი მარშრუტისთვის მატერიალურ-ტექნიკური აღჭურვილობის ოპტიმალური ვარიანტია, თუ მარშრუტის ძირითად ნაწილში მამაკაცის ზურგჩანთის წონა 25-კგ-მს, ხოლო ქალის – 20-კგ-მს არ აღემატება. ლაშქრობებში გამოსაყენებელი აღჭურვილობა იყოფა პირად, ჯგუფურ აღჭურვილობად და პირად ნივთებად.

პირადი აღჭურვილობა- ეს სატარებელი ნივთებია, საძილე საშუალებები, პირადი ჰიგიენის ნივთები და ზოგიერთი სხვა ინდივიდუალური მოხმარებისთვის (ჭიქა, კოფი, თეფში და სხვა).

ჯგუფური აღჭურვილობა- ეს არის კარგები, სადილის მოსამზადებელი ჭურჭელი, ნაჯახი, ხერხი, და სხვა ნივთები კოლექტიური მოხმარებისთვის.

სპეციალურ აღჭურვილობას შეიძლება მივაკუთვნოთ ნივთები როგორც ჯგუფური ასევე პირადი ხმარების, რომელთა გამოყენების აუცილებლობა შეიძლება იყოს გამოწვეული გადაადგილების სახეობასთან (მაშველი ჟილეტი, თოკები, ყინულმჭრელი და ა.შ).

მოკლედ განვიხილოთ სხვადასხვა სახეობის ლაშქრობისას გამოსაყენებელი აღჭურვილობა და მოთხოვნები რომელთაც მათ უყენებენ.

5.1. პირადი აღჭურვილობა.

ზურგჩანთა გახლავთ ძირითადი გადამტანი საშუალება. ზურგჩანთები არსებობს

რბილი და ფოლადის კარკასით. ძნელად მისასვლელ რეგიონებში ხანგრძლივი მოგზაურობისას სასურველია რბილი ზურგჩანთის წაღება. ფოლადის კარკასი შეიძლება გატყდეს და მისი შეკეთება სირთულეს წარმოადგენს.

არსებობს ზურგჩანთის შეუზღუდავი ვარიანტები, მათ შორის ისეთებიც რომლებშიც მარშრუტის დასაწყისამდე მისატანად ბაილარიც კი ეტევა. ტურისტთა ზურგჩანთები, რომლებიც გათვალისწინებულია სხვადასხვა სახის დასვენებაზე შეიძლება იყოს ერთ დღიანი ასევე რამოდენიმე თვიანი. ზურგჩანთების მოცულობა იზომება ლიტრებში. ერთი დღით ტყეში გამოდგება 18-25 ლიტრიანი ზურგჩანთა. სამხრე თასმები უნდა იყოს რბილი და ადვილად რეგულირებადი, უნდა ჰქონდეს ანატომიური მომრგვალებული ფორმა. შემდეგ მოდის 30-დან 55 ლიტრამდე მოცულობის ზურგჩანთების ტიპი. 60-დან 90 ლიტრამდე მოცულობის ზურგჩანთები შეგვიძლია მივაკუთვნოთ სერიოზული ლაშქრობის სახეობას ხანგრძლივი დროით. ასევე 100 ლიტრიდან 140 ლიტრამდე ზურგჩანთები გამოიყენება ზამთრის ექსპედიციებში. ზურგჩანთის არჩევისას ასევე უმთავრესი კრიტერიუმია მისი საზურგე ნაწილი. 50 ლიტრიან კარგ ზურგჩანთას არ უნდა ჰქონდეს უხეში ნაკერები ზურგის ნაწილში; უნდა ჰქონდეს სპეციალური პლასტიკები ან კარკასი, რომელიც ზურგჩანთის ზურგს ანიჭებს სიმყარეს და ტარებისას ხერხემალი არ ზიანდება. აუცილებელია ყურადღება მივაქციოთ წელის და მკერდის არეში მიმაგრებულ თასმების რაოდენობას იმისათვის, რომ შევძლოთ საჭირო ადჭურვილობის მიმაგრება. ასევე ძალიან მნიშვნელოვანია ზურგჩანთისთვის შიდა და გარე ჯიბეები, ასევე ქვედა განყოფილება, რომელიც გამოიყენება სველი ან დასვრილი ნივთების სატარებლად.

არსებობს სხვადასხვა ფორმის ზურგჩანთები, რომლებიც უფრო ფართოდ გამოიყენება. მაგ. SHERP 75– ფრანგული წარმოების , ალპინიზმისთვის სამთო ლაშქრობებისა და მრავალდღიანი ექსპედიციებისათვის; დამზადებულია ქსოვილისაგან წყალგაუმტარი ორმაგი საფარით. მაქსიმალური კომფორტისათვის ზურგჩანთა ადჭურვილია ზურგის სპეციალური ფორმით, რომელიც ითავსებს დურალუმინის კარკასს, მოხრილია ანატომიურად, რეგულირდება 4 დონის სიმაღლისთვის, სპეციალურ შემწოვ სისტემას, რომელიც აძლევს ზურგის საშუალებას იყოს სულ მშრალ მდგომარეობაში, აქვს უამრავი თასმები წელსა და მკერდის არეში და ასევე უამრავი საჭირო წვრილმანი.

საძილე ტომარა- საველე პირობებში, კომფორტული ძილისათვის აუცილებელია საძილე ტომარა. მასში მეორეხარისხოვანი დეტალი არ არსებობს.

მნიშვნელოვანია ქსოვილიც, რისგანაც შეკერილია და როგორი გამოჭრილია, საფარი და ყველა დეტალი. გამოჭრისა და შეკერვის მიხედვით არსებობს ორი სახეობის საძილე ტომარა: 1. საძილე ტომარა- საბანი, 2. საძილე ტომარა-კოკონი, რომელსაც აქვს უფრო ანატომიური ფორმა- შევიწროვებულია ფეხებთან. სერიოზული ტურისტთა ლაშქრობებისას გამოიყენება კოკონი (მთაში), მასში სითბო მეტად შენარჩუნდება, იმდენად რამდენადაც ჩამკეტი ელვა უფრო მოკლეა. ექსტრემალურ სიტუაციებში გამოიყენება მოკლე საძილე ტომარა- წელამდე. რომელსაც ეძახიან ფეხს, ზემოთ კი იცვამენ ქურთუკს. ყველა თანამედროვე საძილე ტომარას, როგორც წესი გარედან აქვს სინთეტიკური ქსოვილი, ხოლო შიგნიდან- ნატურალური.

საძილე ტომრისათვის ნატურალურ ქსოვილად ძირითადად გამოიყენებენ სუფთა ბამბას ან ბამბანარვე ქსოვილს. ასეთი ტომრები უფრო მძიმეა, ადვილად ნესტიანდება, მაგრამ მაინც უფრო გამოსადეგია მანქანით მოკლენიანი მოგზაურობისათვის, იმდენად რამდენადაც ისინი ესთეტიურად საწოლს მოგვაგონებენ, რბილია, სასიამოვნო დასაწოლია, არ შრიალებენ და ასევე აუცილებელია, ადამიანებისათვის, ვისაც სინთეტიკაზე, ალერგია აქვთ.

საძილე ტომრების მთავარი გამყოფი დამოკიდებულია შემადგენლობაზე თუ რისგან არის საგნე. პირველი ჯგუფი- ბუმბულის საძილე ტომარაა. აუცილებელია, რომ ბუმბული იყოს წყალში მცურავი ფრინველის, რამდენადაც ასეთ ბუმბულს აქვს ბუნებრივი შეზეთვა, რომელიც ნესტის აღებას უშლის ხელს. ყველაზე თბილ და მსუბუქ ბუმბულის საძილე ტომარად შეიძლება ჩაითვალოს 900-დან 1200-გრამამდე წონის ტომარა. მისი ხმარება შეუძლებელია მაღალი ნესტის პირობებში, იმიტომ რომ მიუხედავად მისი ბუნებრივი შეზეთვისა ბუმბული მაინც ადვილად იწოვს ყველაფერს და ძნელად შრება.

ფეხსაცმელი- დამოკიდებულია გადაადგილების სახეობასთან, სწორედ იმის მიხედვით საჭიროა ავარჩიოთ გამძლე და სასურველია წყალგაუმტარი ფეხსაცმელი. ძველ ან დახეულ ფეხსაცმელს შეუძლია გამოიწვიოს ტრამვა.

აუცილებელია ფეხსაცმელში ჩავდოთ სათადარიგო ქეჩის საფენი-დაახლოებით 3მმ. სისქის. გარდა სალაშქრო ფეხსაცმელისა, აუცილებელია ვიქონიოთ საბანაკო მორიგი ფეხსაცმელი-ფეხების დასასვენებლად. ეს შეიძლება იყოს სპორტული ფეხსაცმელი. მთაში სამოგზაუროდ ფეხსაცმელს განსაკუთრებული მოთხოვნა აქვს.

ტანსაცმელი-უმთავრესი მოთხოვნაა რომ ტანსაცმელმა არ გამოიწვიოს სხეულის გადახურება მოძრაობის დროს და ასევე არ მოხდეს გაციება ღამის

მონაკვეთში, შეჩერებისას და სადგომებზე. მისი მთავარი საიდუმლოა- სწორად შეირჩეს ნაჭრები, რომლისგანაც შედგება ესა თუ ის ტანსაცმელი.

აუცილებელია, რომ ყველაზე პირველმა ფენამ გაიტანოს ნესტი სხეულიდან, მეორემ- გამოტანილი ნესტი გაატაროს და შეუნარჩუნოს სხეულს სითბო, ხოლო მესამემ- მოახდინოს კონდენსირება, არ დასველდეს და ჰაერს არ აპარებდეს.

პირადი წვრილმანები – ჭიქა, კოფი, თეფში, დანა, ჰიგიენის ინდივიდუალური საშუალებებია. ტუალეტის აღჭურვილობები, კომპასი, ფოტოაპარატი, სათვალე, საძილე და დასაჯდომი პატარა ნოხი და სხვა მრავალი. წვრილმანების რაოდენობა, როგორც წესი უკუპროპორციულია მოგზაურობის სირთულისა და ხანგრძლივობისა. როდესაც ჯგუფი ცდილობს მაქსიმალურად შეამციროს ზურგჩასნთებისწონა, მაშინ ზოგიერთი ნივთი შეიძლება გადავიდეს ჯგუფურ აღჭურვილობაში (ფოტოაპარატი, კომპასი და ა.შ.) და კონტროლირდება ხელმძღვანელის მიერ.

5.2. ჯგუფური აღჭურვილობა.

კარგები – უნდა იყოს მსუბუქი, გამძლე, წყალგაუმტარი და უნდა უზრუნველყოფდეს მაქსიმალურ მოხერხებულობას, მინიმალურ ზომებში. ისინი იყოფა ორ ძირითად ჯგუფად : ერთფენიანი და ორფენიანი. ერთფენიან კარავში ადამიამს გარე სამყაროსგან იცავს მხოლოდ თხელი, წყალგაუმტარი ქსოვილი, ხოლო ორფენიანი შედგება შიგნიდან - წყალგაუმტარი და გარედან მსუბუქი, მსუნთქავი ქსოვილისგან.

ერთფენიანი კარავის არჩევისას აუცილებლად მიაქციეთ ქსოვილს ყურადღება, თუ ეს წყალგაუმტარი ქსოვილია, რომელიც არ სუნთქავს, მაშინ საჭიროა განიავების სისტემის შემუშავება. ასევე კარავს ყოველი მხრიდან უნდა ახლდეს ქსელური ნახვრეტები, ზევიდანაც და ქვევიდანაც. ერთფენიანი კარავების მწარმოებელი ფირმებიდან ცნობილია ფირმები: VAVDE, MARMOT, BIBLER მათი კარგები შეესაბამება ადამიანთა ფიქრის მწვერვალს, ძალიან მსუბუქია (1800-1900გრ) სუნთქავენ და როგორც ყველაფერი კარგი, ძალიან ძვირადღირებულია.

უფრო მეტად გავრცელებულია მრავალრიცხოვანი სახეობის ორფენიანი კარგები. ფორმის მიხედვით ორფენიანი კარგები იყოფა გუმბათისებურ, ნახევრადკასრისებურ, ორფერდიან და კარვისებურ სახეობებად. გამონაკლისს წარმოადგენს უზარმაზარი კემპინგური კარავი, რომელსაც აქვს მრავალთახიანი სახლის ფორმა ფანჯრებით და კორიდორებით.

გუმბათისებურმა ფორმამ მეტი პოპულარობა მოიპოვა. რითია ასეთი კარგი გუმბათისებური კარვები? პირველ რიგში ასეთი წყობა კარვს სტაბილურობას და ზედმეტად სიმტკიცეს მატებს. უქარობის უამს ასეთი კარავი განაპირა გამჭიმების გარეშე იდგმება და უბრალოდ ხელით შეგვიძლია გადავდგათ ერთი ადგილიდან მეორეზე. მეორეც, შიდა დიდი სივრცე გვაძლევს კარავში ჯდომის საშუალებას და ამ დროს თავს კომფორტულადაც ვგრძნობთ. მესამე- დადგმის სისწრაფე და სიმარტივე.

კარვების მეორე სახეობაა – კასრები. მისი ფორმის უპირატესობაა კომფორტული საძინებელი ადგილები, დიდი სივრცე ნივთების გასანაწილებლად და სხვა შესაძლებლობები. ამ კარვების მთავარი მინუსია ის, რომ მათი დადგმა დამხმარე გამჭიმვების გარეშე არამყარია.

შემდგომ საყურადღებოა ქსოვილების სახეობები, რომლებისაგან შექმნილია კარვის სხვადასხვა ნაწილები.

კარვის ძირი. ქსოვილს რომლისგანაც კარვის ძირი იქმნება სერიოზულად და ზედმეტად მომთხოვნად ვეპყრობით. ის უნდა იყოს ძალიან მტკიცე, არ იხეოდეს, არ სველდებოდეს. ამ მოთხოვნებს აკმაყოფილებს ნახევრადურეტანული შემდგენლობის ქსოვილი. მაგ. 2 UT NYLON_TAFFETA PU; 140 DEN HEA VY NYLON TAFFETA და ა.შ.

ტენტის. ტენტის ქსოვილს თავს ესხმის ამინდის გამოცდა, ასევე მწვავე მზის სხივები, წვიმა, თოვლი, სეტყვა, ამიტომ ტენტის მთავარი მოთხოვნაა გამძლეობა, წყალგაუმტარობა, სიმსუბუქე და სითხელე. ამ დროისათვის ტენტის ყველაზე გავრცელებული ქსოვილია შთ ღ სპესციალური ფენით დაყოფილი.

კარავის შიდა ნაწილი. კარავის შიდა ნაწილის ქსოვილის ძირითადი მოთხოვნაა განიავება. ასევე ის უნდა ატარებდეს ორთქლს, რომელიც შემდგომ კარავის ზედა ნაწილში ქსელური ნახვრეტებიდან გამოდის. ამ მიზნისთვის დღეისათვის გამოიყენება საკმაოდ მსუბიქი და ძნელად გასახვევი ქსოვილი ღI – შთ , რომელიც სილიკონის ფენის წყალობით უძლებს ნებისმიერ ამინდს. ასევე პოპულარულია NYLON RIP_STOP. იშვიათად განსაკუთრებით კემპინგურ მოდელებში გამოიყენება POLYSOTON, ეს ქსოვილი ბრწყინვალედ სუნთქავს, მგრამ მძიმეა, არცთუ გამძლე და ამიტომ გამოიყენება უბრალო, საკმაოდ იაფი კარვებისათვის.

რკალები. კარვის კარკასი არ უნდა დეფორმირდეს მისი პირველი დადგმისას. ხარისხიანი რკალები იმდენად დრეკადი და ელასტიურია, რომ ძლიერი ქარიშხლის

დრსაც კი, როცა შეიძლება კარავი წაიქცეს, რკალები არ კარგავენ პირვანდელ სახეს.

გადავიდეთ სხვადასხვა კარვის აღწერაზე ORD FASE – ამერიკული ფირმის კარავი. ყველაზე ცნობილი ექსტრემალური კარავი. ფაქტიურად ყველა ჰიმალაის ექსპედიციების მეგზურია მოდელი VE – 25. ამ კარავს აქვს გუმბათისებური თვითმატარებელი კონსტრუქცია - კარკასზე 4 რკალით. მათზე მაგრდება სუპერგამძლე, მრავალკუთხიანი ფორმის შიდა კარავი, რომელიც უძლებს ნებისმიერ უამინდობას. მის კონსტრუქციაში გამოყენებულია ყველაზე თანამედროვე მასალები.

STILLE II – ამერიკული ფირმა MARMOT – ისა და წარმოადგენს გუმბათის ფორმის თვითმატარებელ კონსტრუქციას, 4 ალიუმინის რკალით.

BANJEE FOX ქარგამძლე კარავი, ალპინიზმის დანიშნულებით. აქვს მაქსიმალურად გამოსადეგი სივრცე - ნახევრადსფეროს ფორმის წყალობით, მაღალხარისხიანი ალუმინის კარკასი გაძლიერებული სიმტკიცით.

ლოტოსის სერიის კარგი კარგები გვხვდება 2 - 3 ოთახიანი. გამოირჩევა შიდა დიდი სივრცით, ორფენიანი კონსტრუქციით, წყალგაუმტარი ტენტითა და ჰაერგამტარი შიდა კარვით, რომელიც შიდა კომფორტულ მიკროკლიმატს ქმნის.

ჭურჭელი და ცეცხლთან მეურნეობა – ეს გახლავთ ქვაბების ნაკრები, რომელიც როგორც წვესი 4, 6, 8, ლიტრზეა და ერთმანეთში იდგმება. საუკეთესოა თუ ისინი უჟანგავი ფოლადისაგანაა დამზადებული. არატყიან ზონებში გამოიყენებენ ბენზინის ქურების ან გაზის სანთურებს, როგორც წვესი იმპორტულს. დროთა განმავლობაში სანთურების მოდელი დაიხვეწა. გაზის სანთურები ბენზინისაგან განსხვავებით მეტად მოსახერხებელია, არ საჭიროებს ამოქარვას არ აქვს სუნი, ადუღბისთვის სჭირდება 3 - 4 წთ. მაგრამ ყველასათვის ვისთვისაც სულერთი არ არის ეკოლოგიური ასპექტი, ცნობილია, რომ ბუტანი და პროპანი არ უქმნის საფრთხეს გარემოს, ამ საწვავში არ არის ტყისათვის არასასურველი ნივთიერება.

მულტისაწვავიანი სანთურებს შორის მეტი პოპულარობით სარგებლობს შვეციური ფირმის PRIMUS – ის MULTI FUEL SISTEM. ეს გახლავთ საიმედო, წელიწადის ყველა დროისთვის გამოსადეგი, არ საჭიროებს მაღალხარისხიან საწვავს, სწრაფად იწყობა და იშლება. გრძელი მოგზაურობისას და ექსპედიციების დროს უმჯობესია ვიხმართ ბენზინზე მომუშავე სანთური ან ცეცხლი.

ჯგუფური აღჭურვილობის ჩამონათვალში ჩვეულებებისამებრ შედის სამედიცინო სააფთიაქო ყუთი და სამგზავრო სარემონტო იარაღის ნაკრები, კონკრეტულად ნემსები, ძაფი, მაკრატელი, პლოსკო, ჭანჭიკები, სათადარიგო ნაწილები და სხვა. ასევე ჯგუფურ აღჭურვილობას ეკუთვნის სამარშრუტო რუკები ელექტრო სანათები, ანკესები და სხვა ნივთები საერთო ხმარებისათვის.

5.3. სპეციალური აღჭურვილობა.

როგორც პირადი ასევე ჯგუფური სპეციალური აღჭურვილობა განკუთვნილია სხვადასხვა სახეობის ტურისტთა სამოქმედოდ. ასე მაგალითად, მთაში საჭიროა დამზღვევი თოკები. ისინი გვხვდება ძირითადი (სისქით 10-12 მმ) და დამხმარე (სისქით 4-6 მმ). თოკები მზადდება ნეილონისა და კაპრონისგან და უნდა უძლებდეს ნახტომში 1500-2000 კგ-მს. ასევე აუცილებელია ყინულმჭრელი, სპეციალური ფეხსაცმელი სქელი ძირით.

შუშის, მზისგან დმცავი სათვალე, ხოლო უფრო რთულ აღმავალი ექსპედიციისას, ალპინისტთა აღჭურვილობა. თავზე დასახურად უნდა გვექონდეს მშენებლების მაგარი პლასტმასის ჩაფხუტი.

წყალზე სამოგზაუროდ გამოიყენება სხვადასხვა ტიპის საცურაო საშუალებები: თანამედროვე პოლიეთილენის კანოე, ერთი ან ორადგილიანი ბაიღარი, კატამარინი. სამაშველო გასაბერი ნაგები. მთელს ღჭურვილობას ათავსებენ ჰერმეტიკულ ტომრებში აუცილებელია თითოეულ მონაწილეს ჰქონდეს სამაშველო ჟილეტი.

ზამთრის ლაშქრობისას, როგორც წესი გადაადგილებას ახორციელებენ თხილამურებით, ისინი ზომით უფრო მეტია ვიდრე შეჯიბრებისას. ჯოხები უნდა იყოს რკინის. უტყეო ზონებში ტვირთის გადასაზიდად ხმარობენ პლასტმასის ციგებს, რომლებიც გადააქვთ აგრეთვე ციგებით.

საკონტროლო კითხვები

1. ჩამოთვალეთ ჯგუფის ფორმირებისას გადასაწყვეტი პრობლემები.
2. რაზეა დამოკიდებული ჯგუფის რაოდენობრივი შედგენილობა?
3. რის საფუძველზე ვიღებთ გადაწყვეტილებას თანამოაზრეთა ჯგუფის დაკომპლექტებისას?
4. როგორ ხდება ჯგუფში მოვალეობების განაწილება?
5. ჩამოთვალეთ ტურისტთა აღჭურვილობისადმი საერთო მოთხოვნები.
6. როგორი უნდა იყოს ზურგჩანთის ოპტიმალური მასა?
7. დაახასიათეთ პირადი აღჭურვილობა ლაშქრობაში.
8. ჩამოთვალეთ და დაახასიათეთ პირადი აღჭურვილობა.
9. ჩამოთვალეთ და დაახასიათეთ სპეციალური აღჭურვილობა.

დანართი 2

ლამპრობისას მოსამზადებელი კერძების რაციონი 8-10 კაციანი ჯგუფისთვის

წვნიანი კერძები:

☞ კარტოფილის კერძი ხორციტ. საჭირო პროდუქტები: 1,5 კგ ხორცი, 3 კგ კარტოფილი, 0,5 კგ ხახვი, 6 სუფრის კოვზი კარაქი. საჭიროა მოხარშოს ხორცის ბულიონი; კარაქში მოიშუშოს ხახვი, დავყაროთ დაჭრილი კარტოფილი და ჩავეყაროთ ბულიონში; გემოვნებით დავემატოთ მარილი და დაფნის ფოთოლი, წითელი წიწაკა და იდუღოს 0,5 საათი, გადმოღებისას დავამატოთ დაჭრილი მწვანილი. იგივე სუპის მომზადება შეიძლება თევზის ნახარშით.

☞ მწვანე შჩი. საჭირო პროდუქტები: 1კგ მჟაუნა, ან ჭინჭარი, 100გ ხახვი, 5 ს/კ ფქვილი, 6 ს/კ კარაქი. ჭინჭარი, ან მჟაუნა დავარჩიოთ და კარგად გავრეცხოთ, მოვათავსოთ ქვაბში და დავასხათ ქაფ-ქაფა წყალი, ადუღების შემდეგ წყალი გადავასხათ, ჭინჭარი ან მჟაუნა გავწუროთ და წვრილად დავჭრათ; წვრილად დაჭრილი ხახვი მოვშუშოთ, დავამატოთ ფქვილი და 1-2 წთ ტაფაზე მოვშუშოთ; მოშუშულ ხახვს დავასხათ ცხელი წყალი, ან ბულიონი, დავუმატოთ დაფნის ფოთოლი, წითელი წიწაკა და ვადუღოთ 20 წთ; 10 წთ-ის შემდეგ ჩავემატოთ მჟაუნა, ან ჭინჭარი, მარილი და მწვანილი. მიღებულია ეს კერძი არაქნით, ან მოხარშული კვერცხით.

☞ თევზის, ან ხორცის კონსერვის სუპი. ზემოთ აღნიშნულ მწვანე შჩის დავუმატოთ კონსერვი ხორცის, ან თევზის. გადმოღებისას დავუმატოთ კამა; თუ ძროხის ხორცის კონსერვია, მაშინ ხორცის საერთო წონა უნდა იყოს 1 კგ-მდე.

☞ სოკოს სუპი. საჭირო პროდუქტები: 2კგ.სოკო, 3კგ კარტოფილი, 0,5 კგ ხახვი, 6 ს/კ კარაქი. ახლად დაკრეფილი, გარეცხილი და დაჭრილი სოკო მოვშუშოთ კარაქში, ცალკე მოვშუშოთ ხახვი; სოკოს ქუდები ცალკე დავჭრათ და ქაფ-ქაფა წყალში მცირე ხნით გავაჩეროთ, შემდეგ გამოვცვალოთ ეს წყალი, დავასხათ ქაფ-ქაფა წყალი და ვადუღოთ 40 წთ; დავამატოთ კარტოფილი, ხახვი, მარილი, შავი წიწაკა, დაფნის ფოთოლი და კიდევ 20 წთ ვადუღოთ. თევზზე ვამატებთ არაქანს. შესაძლებელია სოკოს სუპის მომზადება ხორცის ბულიონზე.

☞ **ლაშქრობის ხარჩო.** საჭირო პროდუქტები: 1,5 კგ შებოლილი ხორცი, 1 ჭიქა ბრინჯი, 2 ს/კოვზი ტომატ-პასტა, 1 თავი ნიორი, 2 ს/კოვზი რომელიმე კენკრა.

შებოლილ ხორცს დავასხათ ცივი წყალი და 40 წთ ვადულოთ, დავუმატოთ 1 ჭიქა ბრინჯი ან ფშენოს ბურღული, ოდნავ მოვდალოთ ხახვი ცხიმში და დავასხათ ტომატ-პასტა; ყველაფერი ერთად რომ მოიხარშება, დავუმატოთ წითელი წიწაკა,, მუავე კენკრა, ვადულოთ კიდევ 3-4 წთ და გადმოვდგათ ცეცხლიდან. ამ კერძს ძალიან უხდება ქინძთან დანაყილი ნიორი, ან მწვანე ხახვი.

☞ **მონადირის სუპი.** ეს არის სქელი შეჭამანდი სხვადასხვა პროდუქტებისგან. 5-6 ლიტრ ადუღებულ წყალში ჩავეყაროთ ნებისმიერი ბურღული. იმის მიხედვით, თუ რა იზრდება ტყეში მაგ. ჭინჭარი. მუაუნა, დავამატოთ წვენი; როცა ბურღული მოიხარშება დავუმატოთ კარტოფილი, მთლიანი ხახვი, რამდენიმე ნივრის კბილი, კოწახური; სასურველია ხორცის კონსერვი, ან ნანადირევი ვადულოთ კიდევ ნახევარი საათი და დავუმატოთ დაფნის ფოთოლი და შავი წიწაკა.

☞ **თევზის სუპი “უხა”.** ეს სუპი შეიძლება მომზადდეს სხვადასხვა ტიპის თევზისაგან. თუ თევზი პატარაა, იხარშება ტომსიკაში, თუ დიდია –ძაფზე აცმული. პატარა თევზის შემთხვევაში ავიღოთ პატარა დოღბანდი, გავახვიოთ მასში პატარა თევზები და ბოლოები გავუკვანძოთ, გავუყაროთ ჯოხი და ჩავუშვათ ადუღებულ წყალში, ბოლო დავამაგროთ ქვაბზე, რისთვისაც საჭიროა კაუჭიანი ჯოხის გამოთლა; აუცილებელია, რომ წყალმა დაფაროს თევზი. როგორც კი თევზი მოიხარშება, ამოვიღოთ ქვაბიდან და იგივე წყლით ჩავდოთ მეორე პარტია; თუ ამას ოთხჯერ გავაკეთებთ, თევზის ნახარში ძალიან გაგემრიელდება; ბოლოს დავაყრით კარტოფილს, ხახვს, მარილს და მოხარშულ დაჭრილ თევზს.

საშუალო ზომის თევზები გავარჩიოთ, ლაყუნებში გავუყაროთ მაგარი ძაფი და მოვაბათ კაუჭიან ჯოხს, შეიძლება 10-12 თევზის დამაგრება; ამის შემდეგ ჩავუშვათ ისინი ქაფ-ქაფა წყალში, ხოლო კაუჭიანი ჯოხი დავამაგროთ ქვაბზე და ვადულოთ მანამ, სანამ არ დაიშლება და ძვლები არ დარჩება ძაფზე.

დანართი 3. სამთო ტურიზმი

http://www.dotr.gov.ge/index.php?lang_id=GEO&sec_id=12

მეკლდეურობა (ლეღთახევი)

დღე 1: მარშრუტი იწყება თბილისის ერთ-ერთი ძველი უბნიდან - მთაწმინდიდან. ბოტანიკური ბაღის გავლით ლელთახევის საცოც კედლებამდე მისვლა. კედლის სიმაღლეა 28მ, სადაც პროფესიონალი მეკლდეურის (ინსტრუქტორის) მეთვალყურეობით ტურისტს აქვს საშუალება აცოცდეს ბუნებრივ კლდოვან რელიეფზე. (4-5სთ-ს განმავლობაში). სადამოს ჩამოსვლა თბილისის ერთ-ერთ უძველეს უბანში - აბანოთუბანში.

ტურის ღირებულებაში შედის:

ტრანსპორტი;

კვება;

სპეციალური აღჭურვილობა;

ინსტრუქტორის მომსახურება;

ერთი კაცის ღირებულება 30 აშშ დოლარი (მინიმუმ 2 კაცი)

ჭიუხი

დღე 1: თბილისიდან ავტოტრანსპორტით გამგზავრება საქართველოს ჩრდილოეთით, ჯვრის უღელტეხილის (2350მ ზ.დ.) გადავლით ასვლა სოფელ ჯუმათამდე (სნოს ხეობა), 3 - 4 საათის ფეხით სიარულის შემდეგ საბაზო ბანაკში მისვლა, რომელიც მდებარეობს ჭიუხის მასივის მწვერვალების მისადგომებთან (ხევის მხრიდან). ღამისთევა კარვებში.

დღე 2: კედელზე ცოცვა. კედლის სიმაღლეა დაახლოებით 500მ. იმავე დღეს დაბრუნება საბაზო ბანაკში, ღამისთევა კარვებში.

დღე 3: გამომგზავრება თბილისში (ფეხით სოფელ ჯუთამდე და შემდეგ ავტომანქანით თბილისამდე).

ტურის ღირებულებაში შედის:

ტრანსპორტი;

კვება;

სპეციალური აღჭურვილობა;

ინსტრუქტორის მომსახურება;

ერთი კაცის ღირებულება 187 აშშ დოლარი (მინიმუმ 2 კაცი)

ყინულზე ცოცვა

გორი

დღე 1: მარშრუტი იწყება თბილისიდან. გამგზავრება ავტომანქანით, დასავლეთის მიმართულებით ქ. გორისაკენ, შემდგომ გზის გაგრძელება ხდება ფეხით გაყინულ ჩანჩქერამდე, სადაც შესაბამისი კვალიფიციური ინსტრუქტორის მეთვალყურეობის ქვეშ ტურისტს საშუალება ეძლევა აცოცდეს ყინულზე. ღამისთევა კარვებში გაყინულ ჩანჩქერთან.

დღე 2: ტურისტს აქვს საშუალება აცოცდეს ყინულზე 3 - 4სთ-ის განმავლობაში,

დაბრუნება თბილისში.

ტურის ღირებულებაში შედის:

ტრანსპორტი;

კვება;

სპეციალური აღჭურვილობა;

ინსტრუქტორის მომსახურება;

ერთი კაცის ღირებულება 68 აშშ დოლარი (მინიმუმ 2 კაცი)

გერგეთის მყინვარი

დღე 1: თბილისიდან ავტოტრანსპორტით გამგზავრება ყაზბეგამდე. ფეხით ასვლა სამების ეკლესიამდე, ეკლესიის დათვალიერება, ღამისთევა კარავში ეკლესიასთან.

დღე 2: გერგეთის მყინვარის გადავლით საბაზო ბანაკში (3700მ.ზ.დ) ასვლა, ღამისთევა სასიმაღლო სასტუმროში ("ზეთლემის ქოხი").

დღე 3: გასვლა მყინვარზე საცოცად (ინსტრუქტორის მეთვალყურეობის ქვეშ) ნაპრალებში, რომელთა სიღრმე მერყეობს 10-დან 25 მეტრამდე, საღამოს საბაზო ბანაკში დაბრუნება.

დღე 4: დაბრუნება თბილისში (ფეხით ყაზბეგამდე, ავტოტრანსპორტით ყაზბეგიდან)

ტურის ღირებულებაში შედის:

ტრანსპორტი;

კვება;

სპეციალური აღჭურვილობა;

ინსტრუქტორის მომსახურება;

ერთი კაცის ღირებულება 216 აშშ დოლარი (მინიმუმ 2 კაცი)

სუატისის მყინვარი

დღე 1: თბილისიდან ავტოტრანსპორტით გამგზავრება საქართველოს ჩრდილოეთით, ჯვრის უღელტეხილს (2350მზ.დ.) გადავლით ასვლა სოფელ აბანომდე (თრუსოს ხეობა) შემდეგ შესვლა სუატისის ხეობაში, ღამისთევა კარვებში სოფელ სუატისში.

დღე 2: ასვლა სუატისის მყინვარზე (3600-3800 მ.ზ.დ.). ღამისთევა კარვებში მყინვარზე.

დღე 3: ინსტრუქტორის თანხლებით გასვლა ყინულის კოშკებზე საცოცად. (სიმაღლე 5-14 მეტრი), ღამისთევა კარვებში მყინვარზე.

დღე 4: ინსტრუქტორის თანხლებით გასვლა მყინვარზე ნაპრალებში საცოცად. (სიღრმე 5-25 მეტრი), ღამეს თევა კარვებში მყინვარზე.

დღე 5: თბილისში დაბრუნება.

ქორწილი - ალპინიზმი. ნოემბერი, 2005 წელი. მსოფლიოში ცოტაა

ახლადდაქორწინებული წყვილი, რომელმაც თაფლობის თვის პირველი დღეები,

თუმცა არა – პირველივე წუთები ისეთ ეგზოტიკურ და ამადლებულ გარემოში (ამ

სიტყვის სრული მნიშვნელობით) გაატარეს, როგორც 19 ნოემბერს მაკამ და ნიკამ. ასკის

მიუხედავად გამოცდილმა მთამსვლელმა, პროფესიით ტელე-ოპერატორმა ნიკა ლებანიძემ მუსიკოსი საცოლე მაკა გულედანი “აიძულა” ჯვარი მყინვარწვერის (5033 მ) ძირში, 4100 მეტრზე მდებარე პატარა ექლესიაში დაეწერათ.

ტაძრამდე ასვლას მექორწილები ორ დღეს მოუწოდნენ. “გერგეთის სამებიდან” მღვდელიც გაიყოლეს. გზაში ჯიხვიც კი “შეიპყრეს”, მაგრამ ნეფე-პატარძლის დაჟინებული თხოვნით სამშვიდობოს გაუშვეს. შემდეგ ჯვარი დაიწერეს და 3700 მეტრზე მდებარე მეტეოსადგურში გვარიანადაც მოილხინეს.

ამბობენ, ვერტმფრენით ატანილ საქორწილო სუფრას კუბდარიც კი არ აკლდაო. პატარძლის ხათრით აჟღერებული სვანური სიმღერები კი ხევს მთელი ღამე არ “ასვენებდა”.

მთა

მთა....უამრავი ადამიანის ოცნების და შთაგონების წყარო

მთა....სასიამოვნო მოგონებების და ჯანმრთელობის საწინდარი

მთა....მშვენიერი ადგილები და სულისშემაგუბებელი ხედები

მარშრუტი: ქალაქი-ზღაპრული ადგილები-ქალაქი

ანუ

თბილისი-ფასანაური-გუდაური-ყაზბეგი-დარიალის ხეობა-ხდის ხეობა და უკან.....

ეს კი ასეა მეგობრებო, მაგრამ ის თუ იცით როგორია მთა სინამდვილეში? არა? გაინტერესებთ? თუკი ასეა მაშ მომყევით!

როცა გახურებულ შუა სწავლაში მოულოდნელად გეტყვიან რომ ალპინიადა იმართება და გთავაზობენ მასში მონაწილეობის მიღებას, შენ ცოტა არ იყოს იბნევი-ამ შემოდგომაზე, სწავლის დროს მთაში რომ არ წავიდე ნეტავი რა გაჭირვებააო იფიქრებ კაცი. მაგრამ მთაში წასვლაც რომ ძალიან გინდა? განა აქამდე მთაში ყოფილხარ? განა აქამდე გაგიტევია ღამე კარავში? კოცონის დანთებაში მიგიღია მონაწილეობა? გივლია მთის ციცაბო ფერდობებზე და ყინვარებზე? ზურგით გითრევია მძიმე ტვირთი? არა, სამწუხაროდ ჯერ არა, მხოლოდ ალბომებში თუ გინახავს ეს ყველაფერი, მხოლოდ სხვისი გადმოცემით და წაკითხულით თუ იცი ეს. სურვილი კი დიდი გაქვს.....

ამიტომ ცოტა არ იყოს შეფიქრიანებული მიდიხარ ალპურ კლუბში საქმის ვითარების გასარკვევად. არა, აღმოჩნდა რომ აქ ყველაფერი რიგზეა, ალპინიადა ნამდვილად ეწყობა მითითებულ დროს და ადგილას, ადგილი კი-ეს ხდის ხეობა რომლის სახელი შენ პირველად გესმის და არ დაგავიწყდება არასოდეს.....მაშ რაკი ასეა, წასვლა უკვე გადაწყვეტილი საქმეა, ჯანდაბას ლექციები, ჯანდაბას საგნები, მთაში მიღებული უდიდესი სიამოვნება და შთაბეჭდილება ამ ყველაფერს ხომ გადაფარავს! და იგი ნამდვილად გადაფარავს, ეს შენ უკვე ურყევად იცი და გწამს.

მაგრამ რამდენი რამეა საშოვნელი სანამ მთისკენ გაუდგები გზას? აქამდე ხომ მთასთან არავითარი შეხება არ გქონია და წესიერად არც ის იცი საძილე ტომარა რა არის და კარავი კი რითი განსხვავდება ზურგჩანთისგან. ან ჩექმა როგორი გჭირდება, სათვალე ჩვეულებრივია საქირო თუ საგანგებო-მთისა....დიახ, ეს საკმაოდ მძიმე საქმეა, მოგიწევს ეს ყველაფერი იშოვო და თანაც უმოკლეს დროში თორემ საცაა ექსპედიცია გზას გაუდგება.....აბა ჰერი-ჰერი ბაზრობებისკენ, თუ რამეში ვერ გაერკვიო მე მკითხე და აგერ ვარ.....

მთისკენ გასვლა

აი მაღვიძარამ დარეკა დილაადრიან.....

ძნელია, ძალიან ძნელია თავის წამოწევა და თბილი ლოგინიდან ასე ადრე, დილის შვიდ საათზე ადგომა, ძნელია ძილბურანიდან თავის დაღწევა როცა თბილი საბნის გემო ასე მშვენივრად ეხება შენს სხეულს.....თუმცა თუკი სხვა დროს თითქმის იძულებით, უხალისოდ დგები ლოგინიდან, ახლა შედარებით სწრაფად აღწევ თავს ძილქუმს, სწრაფად წამოიმართები და სიყვარულით შეავლებ თვალს შენი ოთახის კუთხეში დადებულ ზურგჩანთას და ყველა სხვა აღჭურვილობას-იგი იქნება შენი იმედი შემდეგი ათი დღის განმავლობაში. გაუფრთხილდები მათ? ისინიც ერთგულად მოგემსახურებიან; არ გაუფრთხილდები? მაშინ საკუთარ ტყავზე გამოსცდი რას ნიშნავს მთა და მისი უღმობელი კლანჭები როცა უსაჭმლოდ ან უქუდოდ დარჩები ცივ ამინდში.....

შენ ვერ იტმენ, ლამის დაუღეჭავად ყლაპავ საუზმეს და საათს შესცქერიხარ მოუთმენლად-წესით ცხრაზე გასვლაა დანიშნული და არაფრით არ უნდა დააგვიანო თორემ შემდეგი შანსი მხოლოდ ერთი წლის შემდეგ თუ იქნება....თუმცას ნუ სწუხხარ-ძალიან მალე შენ უკვე ადგილზე ხარ, ავტობუსიც მოსულია, ხალხიც შეკრებილია. თავმომწონედ ათვალეებთ ერთმანეთის აღჭურვილობას (ვაი, რომ შენ ამ მხრივ თავმოსაწონი ბევრი არაფერი გაქვს) და ხუმრობით ერთმანეთს აპარებთ გადაკრულ სიტყვას მომავალ ლაშქრობაში უშბის ან თვით ჯომოლუნგმის დალაშქვრის თაობაზე.....კარგია ახალგაზრდობა და თავდაჯერებულობა, არა? თქვენ, გამოცდილი მთამსვლელი კი დაუშვებდით რომ ჯერ კიდევ დაუღვინებელ ყმაწვილებს უშბაზე ასვლა გაეხდოდა? ნურას უკაცრავად, ეს მხოლოდ 18-19 წლის ჯელებს შეიძლება მოუვიდეთ თავში.....წმინდა წყლის ავანტიურაა!

ბოლოსდაბოლოს, ლამის ერთსაათიანი გულისშემალონებელი ლოდინის შემდეგ ავტობუსი დაიძრა ადგილიდან, ჩალაგდა ჩვენი ბარგი, ჩალაგდა სურსათ-სანოვავე , დავემშვიდობეთ მშობლებს, ახლობლებს, გულშემატკივრებს და ჰაიდა მთებისკენ! ძველი, დანჯღეული ავტობუსი სწრაფად მიჰქრის საქართველოს სამხედრო გზაზე, იგი ცოტა ხნით თუ შეჩერდება ძველ ციხესიმაგრეში-ანანურში, თუ პირველად ხარ ამ ადგილებში მაშინ დაუფარავი სიამაყით შესცქერიხარ მძლავრ ციხესიმაგრეს და ჟინვალის წყალსაცავის მოლაცივე ლურჯ-მწვანე ფერს, კაცს რომანტიკულ და მშვენიერ აზრებს რომ აღუძრავს-ისეთი ლამაზია აქაურობა....შეიძლება კომპში აძვრე და იქიდან გადმოხედო არემარეს და ძრომიალის პირველადი პრაქტიკა გაიარო. მაგრამ აქ დიდხანს ვერ დავრჩებით რადგან ყველას გული მაინც მაღალი მთებისკენ მიუწევს და ავტობუსი არ აყოვნებს-მგზავრობა გრძელდება.

გზა არაგვის პირას გადის რომელიც ჩვენგან ხელმარჯვნივ მიედინება. იგი ამ ადგილას უკვე მთის მდინარეა, მჩქეფარე და ტალღოვანი, ხანდახან კი მეტად მღვრიე თუკი მაღლა მთაში ნაწვიმარია. სხვათაშორის ეს გზა ხანდახან თითქმის ჰორიზონტალურად მიედინება რაც შენ მეტისმეტად არ მოგწონს-თუ ასე გაგრძელდა მაშინ მაღლა მთებში როდისღა ავალთ? უბრალო მდელოების სანახავად ხომ არა ხარ ამსიშორეს წამოსული? თუმცა საბედნიეროდ არა.....გზა უკვე ნელ-ნელა მაღლა იწევს და იწევს და როცა გუდაურს გასცდები, გული განსაკუთრებით გიცემს, შენს თავს ყოველ წუთას ეუბნები და იმეორებ: ”შენ მთაში ხარ, მთაში ხარ.....” ცდილობ არ გამოგეპაროს აქ ყოფნის

არცერთი წამი, ცდილობ მეხსიერებაში ჩაიბეჭდო ლამისაა თვითოეული ქვის ლოდი, ყოველი მოსახვევი.....შეჰყურებ კლდეებს, შეჰყურებ ვრცელ მდელოებს და სუფთა და კამკამა ცას.....ის კი არა სკამიდანაც წამოდგები და საქარე მინასთან ახლოს მიდიხარ რომ ყველაფერი უკეთ დაინახო, დაიმახსოვრო და შეაფასო...

ჯვრის უღელტეხილთან დროებით ეგრეთ წოდებულ ტრავერტინებთან ვჩერდებით. ესაა ფაქტიურად მეტად დამრეცი კლდეები რომელზეც მჯავე წყალი გადმოდის და მთელს ფართობზე წითელ, ყვითელ და მეწამულ ფერს ტოვებს. ამას დაუმატეთ გაყინული წყაროები (სიცივეში) და წარმოიდგინეთ მთელი არემარეს სილამაზე და მასზე სიარულის მომხიბვლელიობა (სიარულის დროს ფრთხილად იყავით!).....თუმცადა ეს წყალი რომელიც ყველას მჯავე ჰგონია სინამდვილეში სიმჯავეს სრულიად მოკლებულია, მცოდნე ხალხი ამბობს გზადაგზა სიმჯავეს კარგავსო მაგრამ რა მოხდა მერე, აქაურობა ხომ ისედაც ძალიან ლამაზია.....ან კი წყლის გემოს რას დაეძებთ თქვენ?

ჯვრის უღელტეხილს ნახევრად დანგრეული გზის გამო წვალებით გადავდივართ და ყაზბეგში ცოტა ხნით ვჩერდებით, აქ შენ პირველად ხედავ ხევის დედოფალს-მყინვარწვერს და თვალს ვერ აშორებ მას, მის დიდებულ, სქელი ყინვარებით დაფარულ კალთებს, მის ცაში ატყორცნილ მომრგვალებულ მწვერვალს, შენ უყურებ მას და გეამაყება რომ შენ ქართველი ხარ და მას უყურებ.....

აქეთა, საპირისპირო მხარეს კი ყუროს ქედია, მეტად შვეულად აღმართული, კლდოვანი, დაკბილული და თითქმის სრულიად მოკლებული თოვლს და ყინვარებს. სწორეც ამ ქედზე ვაპირებთ ჩვენ ასვლას რამდენიმე დღის შემდეგ სრულიად საპირისპირო მხრიდან (პრაქტიკულად მხოლოდ იქითა მხრიდან ადიან მასზე, ყაზბეგის მხრიდან კი თითქმის არავინაა მანდ ასული). ვნახოთ პირადად შენ როგორ იყოჩაღებ ამ ამბავში.....

ყაზბეგში ჩვენ დიდხანს არ ვჩერდებით, მას მალე ვცილდებით და დარიალის ხეობაში შევდივართ. საერთოდ ამ ხეობაში მოგზაურობისას ისეთი შეგრძნებაა თითქოს შენ სიღრმეში შედიხარ და მთები კი შენს გარშემო ნელ-ნელა ამოიზარდებიან და ურჩხულის ამომავალ კბილებს ემგვანებიან.....მისი კალთები მწვანე მდელოებითაა დაფარული (თუ ზაფხულში მოინახულებ ამ ადგილებს თუ არადა შემოდგომობით მოყვითალო-მოყავისფრო ფერი გადაჰკრავს). თერგი კი მქუხარედ გრგვინავს ვიწრო კლდეებს შორის. მისი მჩქეფარე, თეთრი და კუნთმაგარი ტალღები სწრაფად მიექანებიან ჩრდილოეთისკენ და თითქოს ამით ჩვენს მგზავრობასაც აჩქარებს...ვინმე გაბედავს მასში შესვლას და მის ტალღებთან შეჭიდებას? მე ჯერ არ გამირისკავს.....

ესეც ასე, ნახევარ საათში უკვე დანიშნულების ადგილზე მოვედით. ავტობუსი ჩერდება და ყველანი ძირს ჩამოვდივართ. ნება მიბოძეთ ეს ადგილი დაწვრილებით აგიწეროთ: წინ ანუ ჩრდილოეთით-ვიწრო ხეობა სადაც ხიდის გადაღმა ჩანს საბაჟო და მერე სასაზღვრო პუნქტი.

უკან, ყაზბეგისკენ-არსებითად იგივე სურათი ოღონდ ყოველგვარი საბაჟო და სასაზღვრო პუნქტების გარეშე.

მარცხნივ (ესე იგი დასავლეთით) ფრიალო და მაღალი კლდეები და თერგი რომლის გადაღმა ჩანს ძველი ციხის ნანგრევები.

ხოლო მარჯვნივ.....ეს უფრო კი უფრო დაწვრილებით უნდა აღიწეროს:

პირველი რაც მაშინათვე ჩანს-დარიალჰესი, ძველი ორსართულიანი შენობა რომლის ეზოშიც ვაწყობთ ჩვენს ბარგი-ბარხანას (ზურგჩანთებს ძირითადად) და დანარჩენი

(საგზალი, გაზის ბალონები, ჯამ-ჭურჭელი და ა.შ.) კი მის მეორე სართულზე აგვაქვს, ისინი მეორე დღესაა მაღლა ბანაკში ასატანი.

ამ ჰესის თავზე კი-უზარმაზარი, ქემმარიტად რომ უზარმაზარი, პიტალო და ფრიალო კლდეები, ჩამავალი მზის სხივებზე რომ ლიცლიცებენ და ალაგ-ალაგ მწვანედ რომ შეფერილან ფიჭვების სიმრავლის გამო.....

უზარმაზარნი არიან ეს კლდეები. მათ ძირში მყოფი ქვანაყარის თხემზე ამაყად რომ აღმართულან და თითქოს ძემოდან რომ დაგყურებენ და გაგრძნობინებენ თავიანთ ძალას.....მათ სამეფოში მოწიწებით უნდა შეხვიდე, იცოდე მთა არავის პატიობს დაუდევრობას. აქაური, მთის ჰაერი კი სითბოთი და მოგზაურობის წყურვილითაა გავსებული.....

ამ ჰესის ეზოში დასვენებას და წახემსებას ასე ერთი საათი მიაქვს, წინ არც ისე იოლი გზა გველის-პირველ ბანაკამდე კარგა 5-6 კილომეტრი მანძილი მაინც არის, თან საერთოდ ხეობის სწორედ ეს მონაკვეთია ყველაზე ძნელი სავალი თავისი ქვიანი, ციცაბო აღმართებით და ვიწრო ბილიკებით რომლებიც ხმაურიანი მდინარის გვერდზე გადიან. ჩვენ ხიდს გადავდივართ და ასვლისას ბილიკების დასაწყისში გხვდება მესაზღვრეების ორსართულიანი შენობა სადაც გულმოდგინედ გვამოწმებენ-ვინ შედის ხეობაში და რა მიზნით, რაც არ უნდა იყოს ეს საზღვარია უკვე და აქედან სულ ახლოს კი ომი მიმდინარეობს.....ცოტა ხანში ყველაფერი რიგზეა და შეგვიძლია ძნელ აღმართსაც შევუდგეთ.

ეს მოგზაურობა ჯერ ადის საკმაოდ დამრეც ფერდობებზე სადაც რამდენიმე ბილიკი ერთმანეთის პარალელურად მიდის და ჩვენ უნდა ვიაროთ იმაზე რომელიც რაც შეიძლება ახლოს მიჰყვება მდინარეს რადგან ჩვენი ბანაკი სწორედ მდინარესთან მდებარეობს და იგია ჩვენი ორიენტირი. ამის შემდეგ ბილიკები ძირითადად უკვე ნაკლებად დაქანებულია და სიარულიც შედარებით ადვილდება. მაგრამ სამაგიეროდ გზაში უკვე ბევრი ერთნაირი მისახვევ-მოსახვევი გხვდება და ყოველი მათგანის შემდეგ ბანაკი გელანდება.....თუკი მთაში პირველად ხარ მაშინ მით უფრო ძნელია ეს გზა-როცა ყოველ მოსახვევში კითხულობ ”მალე მივალთ”? და როცა განუწყვეტლივ გასასუბობენ რომ არა, ჯერ ადრეაო.....

მაგრამ დასასრული ყველაფერს აქვს და როცა ბოლოს და ბოლოს, მრავალი აღშფოთების და დაღლილობის მერე უცებ გიცხადებენ ”მოვედით” და მოულოდნელი სიხარულისგან ლამის ძირს ვარდები-მაშ ეს არის ჩვენი საბანაკო ადგილი? მოიცა, აზა ერთი კარგად შევათვალიეროთ....

მაშ ასე, იგი დამრეცი, ალაგ-ალაგ ქვიანი და ძირითადად კი ბალახით დაფარული ფერდობია, იქვე მდინარე ჩამოუდის სადაც ხელ-პირის დაბანა შეიძლება დილაობით (ოღონდ ამის გაფიქრებაც კი საშინელია). დიდრონი ქვის ლოდები კი სამზარეულოს იოლად და კარგად მოწყობის მტკიცე გარანტიას იძლევა და აგრეთვე იმისაც რომ გაჭირვებისას კაცს შეუძლია იმის იმედი ჰქონდეს რომ მშვიდად გათავისუფლდება არასასურველი ნარჩენებისგან და ამ დროს თავზე არავინ წამოადგება.....

მაშ ახლა რა უნდა გავაკეთოთ? ამ საღამოს არავითარი ვახშამი არ იქნება, ჩვენ ამის თაობაზე გაფრთხილებულები ვართ და არსებითად კარვის გაშლაა საჭირო. ამას კი იქამდე ვერ გააკეთებ სანამ შენი მეწყვილეც არ მოაღწევს ამ ადგილას, მარტო კარავს ვერ გაშლი, ან იქნებ კარავი სულაც შენ არ მოგაქვს. ასე რომ, დაისვენე და ეცადე გაშრე თორემ ვეჭვობ რომ საკმაოდ გაოფლიანებული უნდა იყო.....

-შენ უკვე აქ ხარ?-ეს შენი მეგობრები მოვიდნენ.

-ჰოოო....-ცოტა ზმორებით და დაზარებით პასუხობ, აკი ამდენი ცხოვრებაში არ გივლია ფეხით და არც ამდენი გითრევია, ცოტა დასვენებას და უზრუნველად ბუნების თვალთვრებასაც არ იმსახურებ?

-კარვის გაშლა რომ არ ვიცით რა ვქნათ?-შენი მეგობარი აშკარად შენზე მეტადაა შეწუხებული ამ ამბით და მართლაც-უკარვოდ ხომ არ დარჩები ცივ მთაში? სხვების დახმარების იმედი კი ნაკლებად უნდა გქონდეს რადგან ჯერ ერთი შენს თავს აქ შენ თვითონ უნდა მოუარო და მეორეც-შესავით გამოუცდელი და კარვის გაშლის არ მცოდნე აქ ბევრია, უფრო სწორად კი-უმრავლესობა.

-კარვის გაშლას ბევრი არაფერი უნდა-ხუმრობის გუნებაზე მოდიხარ და ცოტ-ცოტა ფილოსოფოსობ-საკმარისია ცოტა ტვინი დაატანო, ცოტაც სთხოვო, ცოტაც ჩაასო პალოები მიწაში და ეგაა.....

გარშემომყოფთ ეცინებათ-იუმორი მთაშიც ისევე კარგად ჭრის როგორც ბარში. ცოტა ხნის წვალების შემდეგ კარვებსაც ვშლით (კარვის ფორმაზე კი რა მოგახსენოთ), შიგნით ვალაგებთ ჩვენს ბარგი-ბარხანას და სიამოვნებით ვიმართებით წელში რადგან პირველი გამოცდა ჩაბარებულია, ახლა შეგვიძლია არხეინად ვუყუროთ სხვების წვალებას თუმცაღა დახმარებაზე უარს როდი ვამბობთ-ეს შენ სიამაყეს გმატებს როცა რაღაცა იცი და შენს ცოდნას მთაში სხვას უზიარებ, ამით შენ შენს თვალში ცოტათი მაინც მაღლდები....

როგორც უკვე ვთქვით, პირველ დღეს ასე რომ ვთქვათ ”ოფიციალური”, ანუ საერთო ვახშმის იმედი არ უნდა გვქონდეს რადგან საგზალი ქვევით, დარიალჰესშია დატოვებული და ის აქ, ბანაკში მარტო ხვალ იქნება. ამიტომ ამ ლაშქრობის ყველა მონაწილე როგორც გაფრთხილებულია ამ სადამოს მხოლოდ მშრალი ვახშმის, ძირითადად საკუთარი პურის და შესაძლებელია ძეხვის იმედად თუ იქნება. მაგრამ კარავში მარტო ხომ არ შეძვრები და პურის ლოდნას ხომ არ დაიწყებ? ასეთი საქციელი იცოდე მთამსვლელს და ისიც ქართველს არ ეპატიება!

ამიტომ ასე ათიოდე მთამსვლელი ვიკრიბებით ერთ რომელიმე კარავში რომელიც ცოტა დიდი ზომის უნდა იყოს და ჰაიდა წავიდა ერთმანეთის გაცნობა, ცოტა სმა (სმაზე უფრო დაწვრილებით ქვემოთ მოგახსენებთ) და ჩახუტებები. ეს უკანასკნელი სიმართლე რომ ითქვას ცოტა სარისკო რამე კია რადგან კარავი ძველია, მაქსიმუმ ხუთ კაცზეა გათვლილი (თუმცა ალბათ შვიდ-რვა კაცს მაინც დაიტევს სინამდვილეში) და როცა ათი კაცი შიგ შეძვრება, სმისგან და დროის ტარებისგან კარავი ცოტა გაიწელება და გაიბერება.....ვშიშობ რომ საერთოდ არ გასკდეს! არა, გაუძლო კარავმა საბედნიეროდ, გაუძლო, შენ მშვიდობიანად ბრუნდები შენ კარავში პირველი ბედნიერი საერთოდ დროსტარების შემდეგ, იქ სანთლის შუქზე ეხვევი საძილე ტომრებში და ამით პირველი დღეც მთავრდება.....

მთაში გაღვიძება (მეორე დღე)

დილით როგორც წესი სიცივე გაღვიძებს ხოლმე, შენი საძილე ტომარა საკმაოდ თხელია და მასში ტანსაცმლიანად ძვრები ხოლმე (თუმცა სხვებიც ასე იქცევიან საერთოდ). გაღვიძებისთანავე ჯერ საათს დახედავ და როცა ნახავ რომ ჯერ საკმაოდ ადრეა თავს ისევ საძილე ტომარაში დურთავ.

თუმცაღა მდინარის და შენს ყურისძირში უკვე ამდგარი თანამოლაშქრეების ხმაური აღარ გაძინებს, თან რაკი ძალიან გაინტერესებს როგორია დილა მთაში, ნელ-ნელა იცვამ ფეხსაცმელს და გარეთ გამოდიხარ.....

აქ ცივა, ძალიან ცივა, იმდენად რომ პრაქტიკულად აქ გეზულობ რას ნიშნავს გამოთქმა "სიცივისგან კბილის კბილზე დაცემინება".

-მთამსვლელს ვახლავარ! როგორ ხარ ჯიგარო ამ დილაადრიან?-ცოტა არ იყოს ირონიულად გეკითხება უფრო გამოცდილი მთამსვლელი სიცივისგან აკანკალებულ ახალბედს. ის შენზე ბევრად გამოცდილია მთაში, შენზე ბევრი იცის და თავს ასე რომ ვთქვათ "შინაურად" გრძნობს ამ გარემოში.....

აქ უმჯობესია დაცინვა არ შეიმჩნიო და არხეინად უპასუხო რომ ჯანზედ ხარ და სასწრაფოდ ცეცხლთან მოკალათდე ახალგაზრდა ძვლების გასათბობად.....

ალბათ ერთადერთი რაზეც ყველა იქ მყოფი ფიქრობს ეს ამინდია. მთაში ამაზე უფრო მეტად შემაფერხებელი გარემოება პრაქტიკულად არ არსებობს, მთაში თუნდაც ყინავდეს ან ძლიერი ქარი ქროდეს მოძრაობა მაინც შეიძლება, წვიმის დროს კი კარავში უნდა ჩაიკეტო და მთელი დღე უძრავად იყო. ალტერნატივა მხოლოდ კარავში სხვებთან ერთად შეყუყუება და სმაა, მაგრამ შენ ხომ არც ისე გიყვარს სმა? ასე რომ ეს ალტერნატივა არსებითად არც არსებობს შენთვის.....

-აბა ყმაწვილნო-ისმის მოწოდება-დროა უკვე საქმეს შევუდგეთ!

ეს ჩვენი ხელმძღვანელია. საქმეში იგულისხმება აი რა: ჯანდონიანნი ჯეელნი ქვევით, დარიალში ჩავლენ და საკუთარი ზურგით ამოიტანენ საგზალს და საერთოდ ყველაფერს რაც მთამსვლელებს სჭირდებათ მთაში, ხოლო დიაცნი კი მიხედავენ სადილს და იმას რისი გაკეთებაც ბიჭებსაც მოგვიწევს თუ ბანაკში დავრჩებით და განა ეს ქართველს და ისიც მთამსვლელს ეკადრება? ამიტომ ზურგჩანთებს ვცლით, მათ ზურგზე ვიკიდებთ და ქვევით თითქმის სირბილით ჩავდივართ-ჩასვლა ხომ გაცილებით უფრო იოლია, თან გზას უკვე ვიცნობთ.

აქაურობა გაცილებით უფრო საამური სანახავია დილით ვიდრე საღამოთი. ალბათ იმიტომ რომ მთელი დღე წინა გაქვს, შეგიძლია ნელ-ნელა, სვენებ-სვენებით ჩახვიდე ძირს, დატკბე არე-მარეს ყურებით და თავი ბედნიერად ჩათვალო რომ მთაში ხარ და არა მტვრიან და ჭუჭყიან ქალაქში.....

ის თუ გაინტერესებთ როგორ ჩავდივართ ქვემოთ? ჯგუფ-ჯგუფურად როგორც საერთოდ მთაში უნდა იარონ მთამსვლელებმა თუ ქართულ ვარიანტში: ცალკ-ცალკე, ვისაც როდის მოეპრიანება მაშინ რომ გავა ბანაკიდან, რომელი ბილიკებითაც უნდა იმით ივლის და როცა უნდა მაშინ ამოვა დარიალიდან ბანაკში? თქვენ მართალი ხართ-ჩვენ სწორედ ასე დავდივართ, ყველაფერს თავი რომ დავანებოთ ჩვენი ხელმძღვანელი მაღლა ბანაკშია და წესრიგის დასაცავად ვილა შეიწუხებს თავს?

და აი ასე, ნელ-ნელა, სეირნობით გავდივართ ცარიელი ზურგჩანთებით ბანაკიდან და ასევე ჩავდივართ დარიალქვესში სადაც კარგა ბლომად ტვირთი გველოდება.

აქედან ასვლას არ ვჩქარობთ-ჯერ ერთი არსებითად სულერთია ბანაკში როდის ავალთ რადგან მთელი დღე წინ გვაქვს, ამას გარდა თუ ფული გაქვს შეგიძლია თავს ხინკლის ჭამის უფლება მისცე-აქ, დარიალში სახინკლეები ბლომადაა, შეგიძლია ცოტა სასმელსაც გადააჭკრა ოღონდ იმდენი კი არ უნდა მოგივიდეს რომ მოგვიანებით ზურგჩანთამ მოგიკიდოს შენ და მან წაგათრიოს ბანაკში იმის მაგივრად რომ შენ გასწიო ეს მძიმე ჭაპანი.....

-ავიდეთ? ეკითხები შენს თანამგზავრს რომელთან ერთადაც აპირებ მაღლა ასვლას: როგორც ცნობილია ორისათვის გზა უფრო მოკლეა ხოლმე საერთოდ.....

-და სად გეჩქარება რო? ავიდეთ რა ყველანი ერთად.....

შენ ეს არ მოგწონს-მაინც ის გირჩევნია რომ ეს უსიამოვნო ამბავი მალე მოიცილო თავიდან, უსიამოვნო იმიტომ რომ დღევანდელი ტვირთი გაცილებით უფრო მძიმეა

თავისი საგზოით, ჯამ-ჭურჭლით და ათასი სხვა ბარგი-ბარხანით ვიდრე გუშინდელი როცა მხოლოდ საკუთარ ტვირთს მოათრევდი. დღეს კარგა ოცი კილოგრამი ტვირთი უნდა აიტანო საკუთარი ზურგით და რაოდენ მძიმეა თავად განსჯით თუკი წარმოიდგენთ ამისმძიმეს ნათრევს საკუთარი ზურგით, რამდენიმე კილომეტრ მანძილზე და თან განუწყვეტელი აღმართებით-შვეული განსხვავება დარიალსა და ბანაკს შორის ხუთასი მეტრი უნდა იყოს და გზა კი მხოლოდ საცალფეხო ბილიკებია.....

უსიამოვნო და მომაბეზრებელი საქმეა ჭემმარიტად. გუშინ სულ სხვა იყო როცა პირველად მოხვედი მთებში, პირველად ნახე რა არის კარავი და პირველად მოიკიდე ზურგჩანთა (დღესანდელთან შედარებით მსუბუქი თუმცა არც ის იყო იოლი სათრევი). მაშინ პირვანდელი აღფრთოვანება ლამის თვითონ გერეკებოდა მაღლა მთებისკენ მაგრამ დღეს გუშინდელი დაღლა თავს გახსენებს და ცოტა გუნებას გიმძიმებს.....თან თითქოს ჯიბრზე ცდილობენ რაც შეიძლება მეტად დაგტვირთონ და მეტი წაგაღებინონ, შენ კი პროტესტის არანაირი საშუალება არა გაქვს-აბა მთაში რაღა გინდა მაშინ? ხომ არ გეგონა რომ კურორტზე მოდიოდი დასასვენებლად? ჰაიდა ასწიე რაგინდ მძიმე ზურგჩანთა და მაღლა ბანაკისკენ!

ასვლით მაინც მარტო ადიხარ. ისინი ვინც უკვე ჩამოვიდნენ მაინცდამაინც საშენო ჯგუფში არ არიან, ეს ისინი არიან ვისაც ჰგონია რომ ალპინიზადაზე კი არა არყინიზადაზე მოდიან, ვინც თურმე ჩუმ-ჩუმად მოსაწევსაც ეწევა (ცხადია სიგარეტზე არაა ლაპარაკი) და არ არის გამსჭვალული ჭემმარიტი სამთო სულით. ასეთ ხალხთან შენ მაინცდამაინც არაფერი გაქვს საერთო და ჯობია მარტო ახვიდე.

ასვლა იწყება. უნდა ითქვას რომ მაინც ერთი მხრივ დღეს ასვლა ცოტათი უფრო იოლია რადგან იცი რამდენია გასავლელი და გაურკვეველობით სული არ გიწამდება. ამასთან ამინდიც ხელს გიწყობს-მცხუნვარე მზე თითქოს გაიძულეს რომ სწრაფად ("სწრაფად" აქ ძალიან პირობითი სიტყვაა) იარო და მძიმე ტვირთი მალე მოიცილო თავიდან და ზურგიდანაც.....

იცი, გზაში რაზე ფიქრობ ხოლმე? გზა და ბილიკიც ხომ არსებითად ერთია მაგრამ სიარულის დროს ამჩნევ გვერდით მიმავალ ბილიკებს და ისინი შენს სულს ცნობისმოყვარეობით ავსებენ-საითვქენ უნდა მიდიოდნენ ისინი? გზიდან მარცხნივ (ესე იგი ჩრდილოეთით და ჩრდილო-აღმოსავლეთით თუ რუკაზე დახედავ) საერთოდ საზღვარია მაგრამ თუკი ამ ადგილებს ქვემოდან-დარიალიდან შეხედავ მაშინვე თვალწინ წარმოგიდგება თითქმის შვეული, პიტალო კლდეები სადაც არც საცალფეხო ბილიკებია და საერთოდ არც არაფერი გარდა ფრიალო კლდეებისა და ალაგ-ალაგ ფიჭვებისა და მაშინ მით უფრო მატულობს შენი გაკვირვება-ნუთუ ეს ბილიკები ზედ ამ კლდეებზე გადადიან? მერედა ვისთვისაა ისინი განკუთვნილი? ჯიხვებისათვის? აფსუს რომ ამის გამოსაკვლევი დრო და საშუალება ახლა არ გაქვს რადგან შენს ზურგზე მოკიდებული მძიმე ტვირთი სხვა არჩევანს არ გიტოვებს გარდა იმისა რომ უკვე ნაცნობ ბილიკებს გაუყვე და დროზე მიიტანო ბანაკში ის რაც მისატანია.

დღის მეორე ნახევარი არსებითად თავისუფალი გაქვს და შეგიძლია კარგად მიმოათვალიერო შენი ბანაკი და შეძლებისდაგვარად გაერთო თუკი აქ რამე გასართობს კაცი საერთოდ მოძებნის.....

თუმცა რატომაც არა? აქ შეგიძლია თავს უფლება მისცე და "ცოტა" გაიარ-გამოიარო, კერძოდ აქვე სამას მეტრში მეორე ბანაკია სადაც სხვა მთამსვლელები ბანაკდებიან ხოლმე (რადგან ყველა ერთად ვერ დაეტევა ერთ ადგილზე), შეგიძლია მათ ესტუმრო, იქნებ და ნაცნობი ნახო შემთხვევით? ანდა, შეგიძლია ჩამოჯდე კოცონის პირას (თუმცა პაპანაქება სიცხე კია) და სადილის მომზადებაში მიიღო მონაწილეობა თუკი ამას

იკადრებ.....ან შეგიძლია მსმელთა "სასტავს" შეურთდე და არაყი გადახუხო. შეგიძლია სულაც იმას ადევნო თვალყური თუ როგორ ამოაქვთ სხვებს დარიალიდან ტვირთი და შენ კი იმის შეგრძნებით დატკბე თუ რამდენად კარგია რომ შენ პირველი ამოხვედი ბანაკში და ახლა არხეინად ისვენებ როცა სხვები ზურგს იწყვეტენ მძიმე ზურგჩანთის თრევით.....

ვარჯიში კლდეებზე

იმათთვის ვინც მეკლდეურობა-მთამსვლელობის აზრზეც არ არის, ბანაკის მაღლა მდებარე კლდეებზე იმართება ვარჯიში კლდეზე ცოცვაში, საინტერესო და ახალბედებისათვის ცოტა გულისგადასაქანებელი ამბავი. ამ საქმეს ეთმობა მესამე და მეოთხე დღე თუ ამინდმა არ აურია რაც აქ საერთოდ იშვიათი ამბავი არ არის. კლდეებზე ვარჯიში აუცილებელ პირობად ითვლება რომ მთამსვლელობის ანაბანა შეისწავლო, კლდეს ხელი მიაჩვიო და თოვზე ცოტა ხნით მაინც გამოიბა თავი და წელი. ჩვენ, კლდეებზე სავარჯიშოდ წამსვლელი ხალხი (ასეთი უმრავლესობაა აქ, ზოგი ბანაკში რჩება სხვადასხვა მიზეზების გამო) გაყოფილნი ვართ ორ ჯგუფად- გამოცდილებად და გამოუცდელებად და სხვადასხვა სირთულის კლდეებზე ვვარჯიშობთ. თქვენ ფიქრობთ რომ კლდეზე აცოცვა იოლია? კარგი, ვთქვათ და თქვენ გამობმული ხართ თოვზე რომელიც წინდაწინ მაღლაა დამაგრებული, ვთქვათ და თქვენ დაზღვეული ხართ და თუ ჩამოვარდით თოვზე ჩამოეკიდებით მხოლოდ. მაგრამ როცა კლდეზე მიცოცავთ და ის მყუდრო ადგილი სადაც აქამდე იდექით და ქამარს იმაგრებდით ქვევით დარჩა, როცა თქვენს წინ მხოლოდ კლდეა და ისიც მეტად გლუვი და არასაიმედო, როცა ვერ ხედავ ხელი რომელ შვერილს მოჰკიდო, როცა ქარი ავისმომასწავლებლად ზუზუნებს და შენ ათასნაირი შავი ფიქრები გაგიელვებს თავში.....აქ უკვე რწმენა და თავდაჯერება გღალატობს და ნელა, გულისკანკალით მიიწევ მაღლა, თან ქვემოთ მყოფებზე ბრაზობ-ისინი ხშირად გიყვირიან და განიშნებენ თუ სად უნდა მოკიდო ხელი, სად უნდა დაადგა ფეხი. მათთვის ეს ძალიან იოლია მაგრამ შენთვის, ჰაერში გამოკიდებულისათვის ცოტა ძნელია.....არავინ თქვას კლდეზე ცოცვა ადვილი საქმე არისო, ერთი თქვენ სცადეთ ჯერ!

ამ ადგილებიდან სწორედ რომ დიდებული ხედი იშლება. აბა წარმოიდგინეთ: ერთ მხრივ პიტალო, შვეული და ამაყი კლდე რომელზეც თქვენ ვარჯიშობთ, მის ძირში დიდი მწვანე ფიჭვი რომლის ვარჯი ფართოდ გაშლილა ჰაერში. ლურჯი და კამკამა, ნაწილობრივ სწრაფად მოძრავი ღრუბლებით დაფარული ცა, ოდნავ მარცხნივ ჩანს მყინვარწვერის დიდებული ხედი, მისი თოვლით და ყინულებით დაფარული კალთები და ამ იშვიათი ფერების საოცარი კონტრასტი.....მეორე, საწინააღმდეგო მხარეს კი ხეობის სიღრმე და მისი დაკბილული მწვერვალები.....

სხვათაშორის წყალი აქ არსადაა, ხოლო ის რაც "ბაკლაშკებით" (ასე ეძახიან წყლის მათარებს) წამოიღეთ განა დიდხანს გეყოფათ თქვენ? ვინმე განა აქ წყალს გონივრულად გამოზოგავს? ეს ნაკლებად მოსალოდნელია და ის არც ხდება, ჰოდა სწორედ შენ გიწევს წყალზე წასვლა, ის არც ისე შორსაა, უბრალოდ ბილიკს უნდა გაუყვე და მალე დაინახავ კიდევ წყაროს წყალს. წაუღე ხალხს, წყურვილით ნუ დახოცავ, ისინი ხომ შენ გელოდებიან.....

რამდენიმე საათიანი ვარჯიშის შემდეგ უკან ვბრუნდებით, ეს დღეც არსებითად დამთავრდა. მეორე დღესაც ზუსტად იგივე მეორდება და ვფიქრობ რომ მონდომებული

მთამსვლელი უკვე მზად უნდა იყოს მწვერვალზე ასასვლელად.....

ზემოთა ბანაკისკენ

ეს ყველაფერი რაც აქამდე ხდებოდა ეხებოდა ქვემოთა ბანაკს. იგი ამ ხეობის ქვედა ნაწილში მდებარეობს და ის არსებითად მოსამზადებლად გამოდგება ახალბედა მთამსვლელებისათვის, იმათთვის ვისაც წერაყინი წრიაპისგან ვერ გაურჩევია და "გამაშების" ხსენებაზე ჰგონია რომ აგინებ.....დროა გადავიდეთ შემდეგ ნაწილზე და ნამდვილ მთამსვლელობას შევუდგეთ, ამისათვის აიკიდეთ ზურგჩანთები და ჰერი-ჰერი მაღლა მთებისკენ!

შემდეგ დღეს ქვედა ბანაკიდან გავდივართ და მივემართებით მაღლივი ბანაკისკენ, მანძილი სხვათაშორის კარგა გრძელია-დაახლოებით თორმეტი კილომეტრი და წესით ადრიან დილიდანვე უნდა ავდგეთ და საქმეს მივხედოთ მაგრამ ჩვენ ხომ საქართველოში ვცხოვრობთ, არა? ჰოდა თუკი შენ ლამის პირველი ამოიმართე იმ დილით და მაშინვე გარეთ გაიხედე კარვიდან როგორი ამინდიაო, ამასობაში სხვებს არხეინად სძინავთ კარვებში, იმ კარვებში რომლებიც თუ შეხვალთ-არყის არომატიტაა გაჟღენთილი (ისე დასაძრახისი არცაა-საღამოობით მაშ რა უნდა აკეთო კოცონთან?) და ადგომას კი არა განძრევასაც კი არ აპირებენ.

მეტი რა გზაა, ზოზინით წამოიმართები საკმაოდ მოუხერხებელი საძილე ტომრიდან და გარეთ გამოდიხარ. უფროსობა უკვე ამდგარა და კოცონს უზის, მაშ გათბობაც შეიძლება. მაგრამ გათბობამდე ჯოჯოხეთური რიტუალია შესასრულებელი-პირის დაბანა.....რა გგონიათ ეს თქვენ? აქ, მთაში დაივიწყეთ ის რასაც თბილი წყალი ჰქვია, აქ ცივ, ყინულივით ცივ წყალში სადაც ხელის უბრალო ჩაყოფაც კი მტკივნეულია, შენ კი გიწევს საპნით დაიბანო.....გამოგიცდიათ? მაშინ გეცოდინებათ რა არის ტკივილი სიცივისგან.....არ მინდა ამ თემაზე, არ მინდა უსიამოვნო რამზე ვწერო და მთაში წასვლის მსურველებს ეს სურვილი ჩავუხშო და ჩავუშხამო.....

ბოლოსდაბოლოს გზასაც გავუდექით როგორც იქნა თითქმის შუადღისით (წარმომიდგენია როგორი აღშფოთებული ხარ შენ ამ გარემოებით), მანძილი როგორც ვთქვით ასე თორმეტი კილომეტრია, ჯერ ბილიკი გადის უბრალო მინდვრებზე (ამ ხეობის ჩრდილოეთი კალთა უფრო ნაკლებად ტყიანია ვიდრე სამხრეთი და შესაბამისად ხეები ნაკლებად გვხვდება), შემდეგ რიყეზე მივაბიჯებთ მდინარის პირას და მერე ისევ ბილიკებზე, ოღონდ ამჯერად ეს ბილიკები მაღლა მთის მოშიშვლებულ კალთებზე გადიან.

მშვენიერი სანახავია მთელი ეს მსვლელობა. ჩვენ ხომ კაი ორმოცდაათი მთამსვლელი ვართ წამოსული და გაფრთხილების მიუხედავად სულაც არ ვიცავთ წესრიგს და ერთად არ დავდივართ. თუ კი შენ, წინ მიმავალი გზად შეჩერდები და უკან მოიხედავ, დაინახავ თვალწარმტაც სანახაობას: უკანა ფონზე ულამაზესი და უდიადესი მყინვარწვერის მასივი (თქვენი თვალით უნდა შეხედოთ რომ მისი სიდიადე შეიგრძნოთ), განსაკუთრებით კი მისი ჩრდილოეთი, სქელი, თეთრი და სპეტაკი თოვლით დაფარული მყინვარები, მის გვერდით დარიალის დაკბილული და უთოვლო კლდეები, წინა ფონზე მთელი ხეობის ხელისგულივით გადაშლილი მიდამოები, ყავისფერი მაგრამ მაინც ლამაზი ბალახი და შემოდგომისგან გაყვითლებული ტყეები. ალაგ-ალაგ კი ჩვენი მთამსვლელები, პატარა მუქ წერტილებად რომ მოჩანან და ძლივსძლივობით მოიზღაუნებიან.....რა მაღლა ხარ შენ მათთან შედარებით და რა დაბლა არიან ისინი! ამის დანახვაზე გული უსაშველო სიამაყით გევსება ხოლმე და ცოტა იქედნურად

ილიმები კიდევ.....

ცოტა ხანში მთის მდებარეობაზე გამავალი ბილიკები მთავრდება და მანძილის ნახევრის გავლის შემდეგ ჩვენ საკმაოდ დიდ, ბრტყელ რიყეზე შესვენებაზე ვჯდებით. დასასვენებელ ადგილად აქ მხოლოდ რიყეა გამოყენებული სადაც ჩვენ ვჯდებით (მთაში საერთოდ დაივიწყეთ ისეთი სიტყვები როგორცაა "მაგიდა", "სკამი" და ა.შ.) და ჩვენს სურსათს სანოვაგეს მივირთმევთ. უნდა ითქვას რომ ეს ადგილი უაღრესად საინტერესოა იმიტომ რომ სწორედ ამ ადგილას მიწიდან ამოდის ის მდინარე (ხდისწყალი) რომელიც რამდენიმე კილომეტრის ზემოთ მიწაში იკარგება და ამ მანძილის სიგრძეზე ხეობა სრულიად უწყლოა ხოლმე შემოდგომობით. ეს ძალიან საოცარი მოვლენაა, ასეთ რამეს ძნელად თუ წაწყდება კაცი სხვაგან (ყოველ შემთხვევაში მე ჯერ არ მინახავს არსად). მე გულდასმით ვაკვირდები მდინარის მიწიდან ამოსვლის ადგილს, ვცდილობ გავიგო თუ კერძოდ რომელი წერტილიდან ამოდის იგი მაგრამ ამაოდ-წყალი ნელ-ნელა ამოჟონავს მიწიდან, მერე ნაკადი საკმოდ შეუმჩნეველად ემატება და პატარა ნაკადული მდინარედ იქცევა. სამწუხაროდ მდინარე აქ გეიზერივით არ ამოჩქევს მიწიდან, არადა შთამბეჭდავი სანახავი კი იქნებოდა.....

სადილიც მთავრდება და დროა გზას გაუდგეთ, მაგრამ შენ სად გეჩქარება? რატომ გარბიხარ წინ? რა მნიშვნელობა აქვს პირველი მიხვალ თუ ბოლო? ფრთხილად! ეს მთა გახლავს და სიჩქარეს აქ ბევრი უსიამოვნება მოსდევს ხოლმე.....ჯობია მშვიდად დაჯდე, აუჩქარებლად ისადილო და ბუნების სიდიადით დატკბე.....

ექო და სიჩუმე

მე და ჩემი თანამგზავრი ნელა მივაბიჯებთ ქვიან რიყეზე სადაც მდინარის არარსებობის გამო საოცარი, უაღრესად მიმზიდველი და სამარისებული სიჩუმეა გამეფებული. ბევრგან კი არ მქონია საშუალება ყური დამეგდო ასეთი სიჩუმისათვის, პირობებიც ხომ შესაფერისია-მდინარე მიწისქვეშ მიედინება, სხვები ან წინ არიან და ან უკან (თუმცა წესით კი ერთად უნდა ვიაროთ მაგრამ ამ წესს ვინ დაგიდევთ!), არც ქარი ზუზუნებს ხოლმე როგორც წესი. შეგიძლია ჩამოჯდე ქვაზე და დატკბე მყუდროებით. სხვათაშორის აქ ამ სიჩუმის დარღვევა შეიძლება და თუ დაიყვირებ ექო რამდენიმეჯერმე დანმეორდება და მთის კალთებს მოივლის. ეს საოცარი მოსასმენია-აკი ქალაქის პირობებში ექოს ხშირად ვერ მოისმენ. ექო აქ სხვანაირიც არსებობს-საკმარისია წერაყინი დაჰკრა უხვქვიან რიყეს რომ მთელი რიყე უცნაურად ამაგმაგდება და აშრიალდება-ეს ქვების ხმაა რომელიც ამ ადგილას სადაც ხეობა ყველაზე ვიწროა განსაკუთრებით კარგად ისმის. ეს უცნაური შრიალის ხმა თითქოსდა აღმა-დაღმა დაუვლის ამ რიყეს, უხვქვიანს (აბა შევარცხვინე ის რიყე სადაც მამაპაპური ქვები არ იქნება, თან ბლომად) და უწყლოს, და შენს გონებას ალაფრთოვანებს.....ხომ მოგეწონათ ექო?

ეს ადგილები საერთოდ ძალიან თავისებურია-აქ ხეობა საფეხურებრივ სახეს ღებულობს, კერძოდ კი ასე: ჯერ როგორც მოგახსენეთ ბრტყელი და კარგა ვრცელი რიყეა სასიარულოდ, შემდეგ იწყება აღმართი, შემდეგ ისევ ვრცელი და ბრტყელი რიყე, შემდეგ ისევ აღმართი, ისევ რიყე. ასეთი საფეხურები სულ ოთხია, კაცს ეგონება ვინმეს ბუმბერაზი საფეხურები გამოუკვეთიაო ხეობაში.....

დაახლოებით მეორე თუ მესამე საფეხურზე უკვე ღირსშესანიშნავი მოვლენაა-თუ მარჯვნივ გაიხედები, ზემოთ, მთის კალთებზე ჩანს საკმაოდ სქელი ყინვარები, შენ

პირველად ხედავ მათ ასე ახლოდან, ლამისაა ხელით შეეხო და გრძნობ რომ უკვე შეხვედი მთის სამყაროში. ყინვარი ცივია, პირქუში და მიუწვდომელი და იგი თავის ძალას გაგრძნობინებს შენ თითქოსდა თავის ყინულოვან თათს გადებდეს თავზე..... უკვე აცივდა, მზე ხეობის კალთებს მოეფარა და შენ მკლავებზე უკვე გცივა, ესეც მკვეთრი გადასვლაა წელანდელი საშინელი სიცხისგან როცა ამ გავარვარებულ რიყეზე მიაბიჯებდი, იმას ნატრულობდი რომ სადმე ან წყალს წაწყდომოდი, ან ღრუბელი გამოჩენილიყო, ან სადმე ხის ჩრდილში მოგესვენა....აჰა, გელირსა ბატონო ჩრდილი და სიგრილე! ახლა შეგიძლია გახურებული შუბლი შეუშვირო სიგრილეს და ერთი კარგად მოისვენო.....

თუმცა მალე სიხარულს და შვებას შეშფოთება ენაცვლება-მძიმე ტვირთისგან, გრძელი გზისგან და ცოტა აჩქარებული სიარულისგან (ეს მიუტევებელი შეცდომაა რომელსაც საბედნიეროდ ამ შემთხვევაში მძიმე შედეგები არ მოჰყვება) დაღლილს სიცივე სულაც არ გიხდება და უკვე იმაზე გიხდება ფიქრი არ გაცივდე ამ გახურებულ ლაშქრობაში თორემ მწვერვალზე ასვლა ჩაილურის წყალს დალევს.....

აი, მოხვედი კიდეც უკვე დანიშნულების ადგილას. ესაა უზარმაზარი, მოსწორებული ველი რომლის შუაგულშიც ხდისწყალი მოედინება, მდინარესთან ახლოს კი პატარა ბორცვია რომლის ძირში ქვის დიდი ლოდებია თავმოყრილი. სწორედ ესაა ჩვენი მალლითა ბანაკი, მივდივართ მასთან და ძირს მკვდრებივით ვეყრებით-აბა თქვენ სცადეთ ზურგით ატაროთ თითქმის ოცი კილოგრამი ტვირთი თორმეტ კილომეტრ მანძილზე და მერე ვნახავ თქვენს პირზე ირონიულ ღიმილს.....

ამდენი სიარულის მერე დასვენებაც გვეკუთვნის, ჯერ კარვის გაშლა ადრეა (სხვები არ მოსულან) ამიტომ არხეინად შეგიძლია წამოგორდე ამ ველზე და იქაურობა მიმოათვალიერო, ადგილი კი ასეთია:

მაშ ასე, თვითონ ველი უზარმაზარია, ალბათ ნახევარი კილომეტრი მაინც იქნება მისი სიგრძე თუ მეტი არა, სიგანე კი ბევრად ნაკლებია და შესაბამისად წაგრძელებული ფორმა აქვს. მის ორ, მარჯვენა და მარცხენა მხარეებზე მთის კალთებია აღმართული-ყუროს და შანის ქედები. ხოლო ხეობის ბოლოში ეს ორი ქედი პირდაპირ არ ერთდება, მანდ ეს ჩვენი ველი ნელ-ნელა მაღლდება და იქ უკვე კიბიშის მყინვარი მდებარეობს. ამ ველზე მდგომს შენ სუნთქვა გეკვრის და თვალს ვერ აშორებ ორ მწვერვალს-ესენი არიან ყურო და რუსთავი. ყურო მთელი თავისი სიდიადით ჩანს შენი წინაშე, თავისი უზარმაზარი შვეული კედლით შენ ზემოდან გადმოგყურებს და შენ ძლივს უსწორებ თვალს მის ჩაყინულ და ზვიად კლდეებს.....

სულ სხვანაირად გამოიყურება ამ ადგილებიდან დასანახი მეორე მწვერვალი-რუსთავი. თუკი ამ ველის შუაგულში დადგები (ანუ მთლად ბანაკის ადგილას არ უნდა იდგე) დაინახავ გრძელ ყინვარს რომელი ამ მწვერვალიდან ჩამოედინება (ყინვარი სწორედ რომ მოედინება, თუმცა მეტად ნელა) და ბევრ ადგილას დასერილია ნაპრალებით. ეს ყინვარი იწყება ქვაბისებურ ადგილას რომელიც სამი მხრიდან შემოსაზღვრულია ლამაზი მწვერვალებით და მეოთხე მხრიდან ღიაა-ასეთ ადგილს ცირკი ეწოდება თურმე სახელად. თვითონ ბანაკიდან კი მხოლოდ ამ მწვერვალის ერთი ”კბილი” ჩანს თეთრად შელესილი და ლამაზი.....

მზე უკვე ნელ-ნელა მთებს ეფარება და ჩადის, გრილდება და უკვე დროა თბილად ჩაიცვა განსხვავებით დღის პერიოდისგან როცა კარგა მოღიავებულად მიაბიჯებდი თაკარა მზეში მთის ფერდობებზე. მაშინ რომ თბილად ჩაგეცვა უეჭველი ჩაიხუთებოდი, ახლა კი ეს სრულიად დაუშვებელია! ნუ გაუთამამდები მთას, გთხოვ.....

.....და როდესაც გამოდიხარ ღამით ამ ვრცელ ველზე და მოციმციმე ვარსკვლავების ფონზე შეჰყურებ მქრქალად მბრწყინავ ყინვარებს, როდესაც ჰქრის კიბიშის ყინვარიდან ცივი ქარი და შენ ეულად დააბიჯებ სარკესავით მოსწორებულ ველზე..... როცა გგონია რომ სხვა პლანეტაზე ხარ და ოცნებას სადღაც შორს გადაჰყავხარ..... როცა მთელი ბანაკი და ხეობა მოუცავს სამარისებულ სიჩუმეს და მდუმარებას, როცა ეულად ყოფნას მოუცავს შენი სული და გონება.....

ბანაკს კი ამ დროს მშვიდად სძინავს, ყველანი ხვალინდელი დღის მოლოდინში არიან და ძალებს იკრებენ და შენც დროა მათ შეურთდე, არემარის თვალიერებას მერეც მოასწრებ.

ამ ბრტყელი ველის გვერდზე დაქანებულ ფერდობზე გამოქვაბულია სადაც როგორც ამბობენ ადრე ბროლს მოიპოვებდნენ, ამაში დასარწმუნებლად სისხამ დილით რამდენიმე მთამსვლელი სხვებისგან უჩუმრად მივდივართ ამ გამოქვაბულსიკენ. კაცმა რომ თქვას განა რამე გვაქვს სხვებისგან დამალული მაგრამ როგორც ცნობილია მთას მოლაყბები არ უყვარს.

გამოქვაბული ერთი შეხედვით თითქოს საკმაოდ ახლოსაა ბანაკთან მაგრამ იქამდე მისასვლელად ქვიანი აღმართია ასავლელი და აქ თუ ჯერ არ გამოგიცდია იოლად გამოცდი თუ რითი განსხვავდება მთაში სიარული ბარში სიარულისგან. ჯერ სწრაფად მივდივართ და გვინდა რომ მალე ავიდეთ მაგრამ ეგრე სადაა? სულ ორიოდ წუთის შემდეგ ვიღლებით და ქვაზე ვჯდებით, სხვათაშორის სწორედ ქვიანი აღმართია რომ საქმეს აჭირებს-იძულებული ხარ მასზე ნელა და ფრთხილად იარო რომ ფეხი სადმე არ ჩაგივარდეს საიდანაც დიდი შანსია ფეხი ვერც ამოიღო საერთოდ.....

ეს გამოქვაბული საკმაოდ პატარაა-ასე ათი კაცი თუ დაეტევა მანდ სულ. არც მალაროს კვალი ჩანს ადმე და არც არაფრისა თუმცა რამდენიმე ბრჭყვიალა ბროლის კრისტალს კი ვპოულობთ და ესეც ჩვენი შენაძენი! მაშ ხელცარიელი ხომ ვერ დავბრუნდებით თბილისში? და აი ჩვენი ჯიბეები თუ ზურგჩანთები ძვირფასი ქვებით ივსება..... ამ გამოქვაბულიდან საკმაოდ კარგად ჩანს მთელი ხეობა.

მეკლდეურობა

როგორც დამოუკიდებელი ალპინისტური სახეობა, დაინერგა საბჭოთა კავშირში. დომბაის ხეობაში (ჩრდილოეთი კავკასია) მდებარე ალპინისტური ბანაკის სასწავლო განყოფილების უფროსის ივან ანტონოვიჩის ინიციატივით 1947 წელს პირველად ჩატარდა შეჯიბრება მეკლდეურობაში ინსტრუქტორთა შორის. ერთი წლის შემდეგ მსგავსი შეჯიბრება მოეწყო თბილისში. ამას მოჰყვა საკავშირო ტურნირები, რომლებშიც რეგულარულად გამოდიოდნენ საქართველოს წარმომადგენლები. 1949 წელს დაამტკიცეს შეჯიბრების წესები, შეფასების კრიტერიუმები, პირველი სემინარები ჩაუტარდათ მსაჯებს. ამავე წელს საფუძველი ჩაეყარა სსრკ პროფკავშირების პირველობას. ამ ტურნირში ქართველთაგან პირველ წარმატებას მიაღწია მიხეილ ხერგიანისა და შალვა მარგიანის წყვილმა (I ადგილი, 1952). 1956 წელს ყირიმში, “ნიკიტკას” კლდეებზე გამართული შეჯიბრების დროს, დაარსდა თასი გუნდურ ასპარეზობაში გამარჯვებულისთვის. თასის პირველი მფლობელი გახდა თბილისის მეკლდეურთა გუნდი. ამ პერიოდში საქართველოს ალპურ კლუბთან გაიხსნა მეკლდეურობის სექცია და სპორტული სკოლა, შეჯიბრებები მოეწყო თბილისის ბოტანიკური ბაღისა და მეტეხის კლდეებზე. 1965 წელს ყირიმში, კრესტოვას მთაზე ჩატარდა სსრკ პირველი ჩემპიონატი. მთავარ დისციპლინაში –

ინდივიდუალურ ცოცვაში – ჩემპიონი გახდა მიხეილ ხერგიანი, III ადგილზე გავიდა თამაზ ბაქანიძე. საქართველოს ნაკრები (მიხეილ ხერგიანი, თამაზ ბაქანიძე, ლადო გურჩიანი, ტარიელ ლუკაშვილი, მიხეილის და – თინა ხერგიანი, ნუნუ ლაცაბიძე) საუკეთესო იყო გუნდურ ჩათვლაში. მიხეილ ხერგიანმა მას შემდეგაც არაერთი მედალი მოიპოვა როგორც ინდივიდუალურ ცოცვაში, ისე წყვილთა შეჯიბრებაში. სსრკ ჩემპიონები და პრიზიორები იყვნენ აგრეთვე ლადო გურჩიანი, ირაკლი გელდიაშვილი, თამაზ ბაქანიძე, ტარიელ ლუკაშვილი, ზინა ჭკადუა. 1969 წელს დაწესდა სსრკ სპორტის ოსტატისა და ოსტატობის კანდიდატის თანრიგები. პირველი სპორტის ოსტატები (9 სხვა მეკლდეურთან ერთად) გახდნენ ლადო გურჩიანი და ირაკლი გელდიაშვილი. მიხეილ ხერგიანის ტრაგიკულად დაღუპვის შემდეგ გაგრაში, იუშპარის ხეობაში, რეგულარულად იმართებოდა მისი მემორიალი, რომელიც საერთაშორისო მასშტაბის შეჯიბრებად იქცა. ამ ტურნირებზე ჯერ სოციალისტური ქვეყნების წარმომადგენლები ჩამოდიოდნენ, შემდეგ კი – გფრ-ის, იაპონიის, საფრანგეთის და ავსტრიის საუკეთესო მეკლდეურებიც. მეკლდეურობა, როგორც ცალკე სახეობა, ალპინისტთა საერთაშორისო ასოციაციების კავშირმაც (UIAA) აღიარა.

1993 წელს საქართველოში დაარსდა მთამსვლელობისა და მეკლდეურობის ასოციაცია, 1996 წელს კი შეიქმნა საქართველოს მეკლდეურობის ფედერაცია. მისი პირველი პრეზიდენტი იყო ლადო გურჩიანი. 2004 წლიდან ფედერაციას ხელმძღვანელობს საქართველოს პარლამენტის წევრი, თბილისის მთამსვლელთა სპორტული სკოლის აღზრდილი ნიკა კვეზერელი. ფედერაცია ყოველწლიურად ატარებს საქართველოს ჩემპიონატს, მიხეილ ხერგიანისა და ირაკლი გელდიაშვილის მემორიალებს, სხვა ტურნირებს. ქართველი მეკლდეურები მონაწილეობენ საერთაშორისო შეჯიბრებებში.

ეკოტურისტული ბანაკი ჯუთა გაიხსნა ყაზბეგის რაიონში, დიდი კავკასიონის ჭაუხის მთიანი მასივის ძირში. ბანაკი განლაგებულია სოფელ ჯუთასთან ახლოს, ზღვის დონიდან 2300 მ. სიმაღლეზე. სეზონის ხანგრძლივობა 15 ივლისიდან 15 სექტემბრამდეა. აქ საშუალო ტემპერატურა ზაფხულში მერყეობს +18-22 გრადუსი ცელსიუსამდე.

ბანაკი აღჭურვილია სამზარეულოთ, სასადილოთ, საშხაპე-პირსაბანით. დამე შეგიძლიათ გაატაროთ კომფორტულ კარვებში.

ბანაკიდან სამხრეთით თქვენ მიადგებით ჭაუხის მთიან მასივს, რომელიც ალპინისტებისთვის და სამთო ტურისტებისთვის ყველაზე მიმზიდველი ადგილებია.

ჩრდილოეთით კიბიშის უღელტეხილით აღმოჩნდებით აღმოსავლეთ კავკასიონის ულამაზეს ხედს ხეობაში.

ერთი დღის მოგზაურობის შემდეგ ბურსაჭირის უღელტეხილით გადახვალთ გუდამაყრის ხეობაში, ვასანაურთან ახლოს.

ბანაკიდან სამხრეთ-აღმოსავლეთით რომის ურელტეხილზე გადასვლით აღმოჩნდებით ხევსურეთის ულამაზეს მხარეში.

ლანდშაფტი მდიდარია ალპური მდელოებით, მყინვარებით, ციცაბო კლდეებით და დაუვიწყარი ხედებით.

ბანაკის ფუნქციონირებას უზრუნველყოფენ სოფელ ჯუთას მაცხოვრებლები, რომლებიც გამოირჩევიან თავიანთი სტუმართმოყვარეობით.

დღეისათვის თბილისში 6-7 ტუროპერატორი კომპანია არსებობს, რომლებიც მოგზაურობის მოყვარულ უცხოელებს ინტერნეტით სთავაზობენ მომსახურებას. ასევე პარტნიორების მოძიება ხდება გამოფენებსა და ბაზრობებზე, რომელიც წელიწადში რამდენჯერმე იმართება მსოფლიოს

სხვადასხვა ქალაქებში და კონტაქტების დამყარებას ემსახურება როგორც გარე, ასევე შიდა ტურიზმისათვის.

ასეთია იაპონიის დიდი გამოფენა, ასევე ლონდონის, მილანის, ბერლინისა და ამსტერდამის გამოფენები, სადაც ქართული ტუროპერატორი კომპანიები ბოლო წლებია, რაც აქტიურად მონაწილეობენ. ისინი წარმოდგენილნი არიან საკუთარი სტენდით, ამისთვის იბეჭდება საცნობარო ბროშურები და ა.შ.

უცხოელი ვიზიტორები საქართველოში ძირითადად სათავგადასავლო ტურებით შემოდებიან, სადაც დასვენებას მცირე ადგილი უკავია. ესენი ძირითადად მოგზაურები არიან, რომელთაც სხვადასხვა სახის მძაფრი ემოციების მიღება აინტერესებთ.

მაგალითად, როგორც დიდი მოთხოვნაა სამთო ტურებზე, სადაც შედის მწვერვალებზე ასვლა და თრეკინგი, ანუ ფეხით სიარული, ასევე ხშირია ჯიპტურით დაინტერესება, რაც ორხიდიანი მანქანით გაუვალ ადგილებში სიარულს გულისხმობს.

ამ მიზნით, თურმე, უფრო მეტად ისრაელიდან და ამერიკიდან ჩამოდიან. მათ ჯიპტურს ივრისპირების მიდამოებში, ზეკარის უღელტეხილსა და სნოს ხეობაში სთავაზობენ.

რაც უნდა გასაკვირი იყოს, არაერთი უცხოელი ჩამოდის საქართველოში ჩიტებზე დაკვირვების მიზნით. მათ ძირითადად მტაცებელი ფრინველები აინტერესებთ. ე.წ. ბერდვოჩინგისათვის ისინი ყაზბეგში, გარეჯსა და მაღალმთიან აჭარაში მიჰყავთ.

არიან ისეთებით, რომელთაც ცხენებით მოგზაურობა სურთ. ასეთი ტურის განხორციელება შესაძლებელი ბორჯომ-ხარაგაულის ეროვნულ ნაკრძალში, ყაზბეგის რაიონში და თუშეთში.

არაერთი ტურისტის ჩამოდის იმ მიზნით, რომ საქართველოში ველოსიპედით იმოგზაუროს. ბევრ მათგანს კი ჩვენს ქვეყანაში კულტურულ-ისტორიული ადგილების დათვალიერება სურს.

ზაზა წიკლაური, ექსკურიაიმდლოლი: “მიუხედავად იმისა, რომ ტურისტთა 90% საქართველოდან ძალიან კმაყოფილი და დადებითად განწყობილი მიდის, განმეორებითი ტურიზმი მაინც არ ხდება ჩვენთან, ვინაიდან ჩვენთან ჩამოდიან არა დამსვენებლები, არამედ მოგზაურები, რომლებიც კულტურულ დატვირთვას ითხოვენ და იმ დროში, რასაც აქ ატარებენ, ყველაფრის ნახვას ასწრებენ, რაც აინტერესებთ. ჩვენთვის დიდი შედეგია ის, რომ ისინი ერთხელ მაინც მოვიზიდოთ, და ჩამოვიყვანოთ. თუმცა, ისეთები ბევრნი არიან, რომლებმაც საქართველო 20-25 წლის წინ ნახეს როგორც საბჭოთა კავშირის სეგმენტი და ახლა აქ სამოგზაუროდ ჩამოვიდნენ”.

მაღალმთიან რეგიონებში მცხოვრებთა ოცნებაა, რომ საქართველოში ტურისტები მსოფლიოს ყველა კუთხიდან ჩამოდიოდნენ. თუმცა ისიც ფაქტია, რომ გარდა ევროპის ქვეყნებისა, ბოლო დროს იაპონელი, ტაივანელი და ჰონ-კონგელი ტურისტებიც გამოჩნდნენ. ძალიან ბევრი მოგზაურია ისრაელიდან და ამერიკიდან.

როგორც ტურისტული კომპანიების წარმომადგენლები ჩვენთან საუბარში აცხადებენ, თავგადასავლების მოყვარული მოგზაურებისთვის საქართველო ახალი ქვეყანაა, ამავე დროს ევროპასთან საკმაოდ ახლოა, რაც მათ ჩამოსვლას უადვილებთ.

ისინი ერთ ჩამოსვლაზე თითქმის მთელი საქართველოს ნახვას ასწრებენ. ჩამომსვლელთა ასაკი ძირითადად 45 წელს ზემოთ არის. ჩამოდიან მეგობართა ჯგუფები, ასევე უცნობი ადამიანები, რომლებიც სააგენტოს მეშვეობით დაუკავშირდნენ ერთმანეთს.

რაც შეეხება მომსახურების დონეს და საცხოვრებელ პირობებს, ძალიან ცოტაა ისეთი ტურისტი, ვინც 4 ვარსკვლავიან სასტუმროს ითხოვს. მათ გიდები ემსახურებიან, რომლებმაც ქვეყნის ისტორიის გარდა მთაში სიარულიც იციან და არც სხვადასხვა სირთულის მწვერვალებზე ასვლა უჭირთ.

ელენე გაბიდაური, გიდი: “მათ ობიექტურ ინფორმაციას ვაწვდით, რომ არც მთაში და არც ბარში რამდენიმე ვარსკვლავიან სასტუმროს არ უნდა მოელოდნენ. ქუთაისშიც კი არ გვაქვს სასტუმრო, ძირითადად კერძო სახლებშია გესტჰაუსები და ამით კმაყოფილდებიან. ეს ზოგს მოსწონს და ზოგს არა. იაპონელები თუ თრეკინგით არ ჩამოდიან, მაშინ 4 ვარსკვლავიან სასტუმროს ითხოვენ, ამის გამო თბილისში ჩარდებიან და აქედან ახორციელებენ გასვლებს. ამერიკელთა ნაწილსაც აქვს ხოლმე ასეთი მოთხოვნები. დანარჩენები იმას იღებენ, რაც გვაქვს.”

საქართველოში ტურისტების მომსახურება არც თუ ისე იაფი ჯდება. ფასები დამოკიდებულია ტურისტულ პროგრამაზე, მის ხანგრძლივობასა და ჯგუფის წევრთა რაოდენობაზე. თურქეთთან შედარებით ჩვენთან მაღალი ფასებია და თანაც ეს მოუწყობელი სასტუმროების, რესტორნებისა და რაც მთავარია, მთებში დანგრეული გზების ფონზე. განსაკუთრებით სავალალო მდგომარეობაშია სვანეთისა და თუშეთისკენ მიმავალი გზები, სადაც ავტობუსი, ფაქტობრივად, ვეღარ მიდის.

ტურისტული სეზონი აპრილიდან იწყება და ოქტომბრის ბოლომდე გრძელდება. ზამთარში ძირითადად სასრიალოთ ჩამოდიან გუდაურსა და ბაკურიანში. როგორც გვითხრეს, წელს საახალწლოდ იმდენი უცხოელი იყო, რომ გადაჭედული იყო სასტუმროებიო.

გარდა თხილამურებით ჩვეულებრივი სრიალისა, ცალკე სემინტადაა გამოსაყოფი ჰელისკი, რისთვისაც დასავლეთ ევროპიდან მაღალი დონის მოთხილამურეები ჩამოდიან და რაც საკმაოდ ძვირი სიამოვნებაა.

ამგვარი სათხილამურო გართობის მოწყობა ყველგან არ არის შესაძლებელი, როგორც აგვიხსნეს, გუდაურის გარდა კანადასა და ახალ ზელანდიაშია მხოლოდ. ჩვენთან ეს 1989 წელს გაკეთდა და მასზე შევეიცარული კომპანია მუშაობს.

წვრილმანი ქურდობების გარდა ტურისტების დაყაჩაღების ფაქტები, საბედნიეროდ იშვიათად ხდება. ალბათ ამის გამო არის წელს სვანეთი სავსე სხვადასხვა რასისა და ეროვნების მოგზაურებით.

ტურიზმით შემოსული თანხა სხვადასხვაგვარად ნაწილდება სასტუმროებზე, რესტორნებზე, მუზეუმებსა და მომსახურე პერსონალზე, მაგრამ რამდენად გავხდებით ტურისტული ქვეყანა, ეს იმაზეა დამოკიდებული, განვითარდება თუ არა ინფრასტრუქტურა და იქნება თუ არა ქვეყანაში უსაფრთხოების გარანტია.

(“ჰელისკი” – ლიზი ვაჩნაძე, ზურა ნერგაძე)

გუდაურში დილა მშვიდობიანია თუ მზე ანათებს. ჰელისკისთვის ეს ერთ-ერთი აუცილებელი პირობაა. მეორე და არანაკლებ მნიშვნელოვანი - ექსტრემელების უსაფრთხოებაა, რომელიც როლანდ ბეელერმა უნდა უზრუნველყოს. ამ საკითხში შვეიცარიელ ინსტრუქტორს 18 წელია საქართველოში კონკურენტი არ ჰყავს.

ზურგზე ზვავსაწინააღმდეგო კამერა უნდა მოიკიდო. კატასტროფისას მისი წყალობით ბევრი გადარჩენილა. წელზე ბიპერი უნდა გეკეთოს. მისი მეშვეობით თოვლში ჩაფლულ ადამიანს ეძებენ.

პიტერ შტიტსფინელი – “ყველაფერი ძალიან კარგად არის ორგანიზებული და რისკის ფაქტორიც მცირეა.”

გაზაფხულზე ერთი კუბური მეტრი თოვლი 400 ტონას იწონის.

პიტერ შტიტსფინელი – “როდესაც თოვლში ხარ ბიპერი ხმას გამოსცემს ბიპ ბიპ და ასე ვპოულობთ.”

მოთხილამურეს მთლიანი ეკიპირება 2000 ევრომდე ღირს. ადრენალინის მოყვარულთა ეს ჯგუფი კავკასიის ველურ მთებში სასრიალოდ კვირაში 2300 ევროს იხდის.

როლანდ ბეელერი (კომპანია “ალპინ თრეველი”) – “აქ შესანიშნავი თოვლია. ულამაზესი ბუნებაა. უკვე მეშვიდეთ ჩამოვდივარ. მთელი ზაფხულის განმავლობაში ველოდები

სეზონის გახსნას.”

წინ მიქეთის მწვერვალია. პირველი ორი ჯგუფი ვერტმფრენმა ლამოსაზე და ნარვანში დატოვა.

სთენდ აფი: “მესამე 12 კაციანი ჯგუფი ასაფრენად ემზადება. ჩვენ ეხლა 2000 მეტრ სიმაღლეზე ვართ და 2400 მეტრზე გადავალთ, საიდანაც ამ აფსურდული გიჟების-ექსტრემალეების რაზმი მლეთამდე დაეშვება. მართალია ფეხის ტრაგმის გამო ვერ ვსრიალებ მაგრამ თქვენთან ერთად არაჩვეულებრივი სანახაობის მოწმე გავხდები.”

შაბათიდან შაბათამდე როლანდი გუდაურში 36 კაციან ჯგუფს მასპინძლობს. ტურისტები ძირითადად ავსტრიიდან, შვეიცარიასა და გერმანიიდან ჩამოდიან. კონტრაქტის თანახმად სხვადასხვა სიმაღლიდან მათ მინიმუმ 15 კილომეტრი უნდა ისრიალონ. ყველაზე მაღალი წერტილი 3000 მეტრია. უამინდობისას თანხის ნაწილს ტურისტებს უბრუნებენ.

მარშრუტები სირთულის მიხედვით სხვადასხვაგვარია. ისევე, როგორც მოთხილამურეთა მოთხოვნები თუ შესაძლებლობები.

ყველაფერზე პასუხისმგებელი მთავარი ინსტრუქტორია. პატარა უზუსტობა და ტრაგედია გარდაუვალია.

როლანდ ბეელერი_ “ზოგჯერ ვფიქრობ რომ გიჟი ვარ. მაგრამ ძალიან მიყვარს ჩემი საქმე. აქ სრიალი ჩემი სტიქიაა. უამრავი ადამიანია ვისაც საქართველოში ჩამოსვლა უნდა, ამ ნაკადს ვერ აუდივარ. ისინიც და მეც ბედნიერები ვართ.”

თუ ამინდი ხელსაყრელია ვერტმფრენი დღეში 70-ჯერ აფრენას ასწრებს. სიმაღლის მკვეთრი ცვლა წნევის ცვალებადობას იწვევს. თუმცა ასაკის მიუხედავად ევროპელი რისკოპოლიკების ენთუზიაზმი გასაოცარია. გერმანული სიზუსტითა და ორგანიზებულობით ვერტმფრენში იმდენჯერ სხდებიან და ველურ მთებზე იმდენჯერ ეშვებიან, რომ ჩვენ თავბრუ გვესხმის. თუმცა სრიალისგან მიღებული სიამოვნება ამაღ ღირს.

თუ ევროპელ ექსტრემალეებს გაუკვალავი იზიდავს, ადგილობრივ დამსვენებელს გაკვალული, ათასჯერ გადატკეპნილი ტრასა აკმაყოფილებს. ვისაც ჰელისკის სურვილი აქვს ჯიბე ხელს არ უწყობს. დღეში 400 ევროს გადახდა ცოტას თუ შეუძლია. ქართველ ბიზნესმენებში კი ჰელისკი ჯერ მოდაში არ არის.

სთენდ აფი_ “ჩვენ 2540 მეტრზე ვიმყოფებით ნარვანში. ეს ჯგუფი აქედან დაეშვა, მე როგორც ხედავთ კარგად ვარ თოვლში ჩაფლული უთხილამუროდ. საინტერესო მომენტი_ რიგ ევროპის ქვეყნებში ჰელისკი აკრძალულია, მწვანეები სერიოზულად ეწინააღმდეგებიან სპორტის ექსტრემალურ სახეობას ცხოველების გამო. ჩვენთან როლანდს და მის ბიზნესს პრობლემები მწვანეებისგან არ ჰქონია.”

ევროპაში ალპების თითქმის ყოველი გოჯი ათვისებულია. მთებში მოსახლეობა მჭიდროდაა დასახლებული. მეტია ზვავსაშიშრობის რისკი. ამიტომაც კავკასიის

უკიდევანო სივრცე ჰელისკისთვის საუკეთესო ადგილია. სამხრეთ ოსეთის საზღვრიდან ჭაუხამდე.

ვოლფგანგ ბაიერი_ “ძალიან მაგარი გრძნობაა. ამ უკაცრიელ ადგილებში სრიალი შესანიშნავია. არავინ გიშლის ხელს და თავისუფლად მიერეკები.”

მომსახურებაც რათქმუნდა ჰიმალაებსა თუ კანადასთან შედარებით იაფია. ამდენად ევროპელი ტურისტები მეტწილად გუდაურში მოისწრაფიან.

თავბრუ დამხვევი სიმაღლეებისა და ნაპრალებზე ხტუნვის შემდეგ ისევ სასტუმროში ბრუნდებიან. მცირე ხნიან სადილზე ერთმანეთს შთაბეჭდილებებს უზიარებენ, რუკას ითვისებენ და სადღეგრძელოებსაც კი ამბობენ. ოღონთ ყოველივე ორგანიზებულად ხდება, გადაჭარბების გარეშე, როგორც გერმანულენოვან ევროპელებს ახასიათებს.

ერთ საათში თავგადასავლის მეორე ნაწილი იწყება. ფათერაკების მაძიებლები სასრიალო აბჯარს ისხამენ, და ისევ ასაფრენი მოედნისკენ მიემართებიან. იგეგმება მარშრუტები. ინსტრუქტორების მთავარი საზრუნავი ახლა ამინდის მოსალოდნელი ცვლილებაა.

ყველაფერს კავკასიონის არაპროგნოზირებადი ხასიათი განსაზღვრავს. თუკი ბურუსი ჩამოწვა ზღაპარი ჩაიშლება. ახლა ყოველი წუთი ძვირფასია. გაუმართლებთ და თოვლით დაფარულ ულამაზეს, მკაცრ მთებზე ისევ უცნაური ორნამენტი დაიხატება.

საშუალება გეძლევათ ისიამოვნოთ სპორტის ერთ-ერთი ექსტრემალური სახეობით, **ფრენა პარაპლანით.**

პარაპლანით ფრენა შესაძლებელია განხორციელდეს თბილისის მახლობლად; სიღნაღში (კახეთის რეგიონი); გუდაურში. თქვენ კონსულტაციას გაგიწევთ კვალიფიცირებული ინსტრუქტორი.

პარაპლანის მოყვარულებისთვის დაშვება ხდება თბილისის ზღვაზე. სიმაღლიდან დაშვება მართლაც დიდი სიამოვნებაა და ექსტრემალური სიტუაციების მოყვარულები ძალიან ხშირად სპორტის ამ სახეობით ივსებენ ადრენალინის ნაკლებობას. პირველ რიგში პარაპლანის მართვა უნდა შეისწავლოთ, ასაკი განსაზღვრული არ არის. 1 საფრენი დღე 30 ლარი დაგიჯდებათ.

რაფტინგი - ქართველი ახალგაზრდების ახალი გატაცება

ქართული ექსტრემის არც თუ შორეული პერსპექტივა

სპორტის ტრადიციული და არატრადიციული სახეობების გვერდით საქართველოში უკვე მეორე ათწლეულია სპორტის ექსტრემალური სახეობა რაფტინგი ვითარდება. ქართული ექსტრემის სათავეებში მყოფნი, მსოფლიო “ასებს” სულაც არ ეჯიბრებიან, მაგრამ თანამოაზრეთა წრეს იფართოვებენ. “ქართველი ექსტრემალები” ზამთარში,

ძირითადად გუდაურში, გაუკვალავ თოვლში ეშვებიან. შესაძლოა ზოგს გაუმართლოს და “ჰელისკის“ ჯგუფთან ერთადაც ყველაზე მიუვალი მთის მწვერვალიდანაც კი დაეშვას... აი, ზაფხულში კი თხილამურებს და სნოუბორდებს ისინი გასაბერ ნავეებზე ცვლიან და მთის მდინარეებს ეჭიდებიან.



წელიწადის ამ დროს, სიცხეს გამოქცეული თბილისელები და არა მხოლოდ ისინი, ტრადიციულად თავს მთის სოფლებს აფარებენ და ხშირად უჩვეულო სანახაობის მოწმენიც ხდებიან. ასე იყო მაშინაც, როცა ცენტრალური ფასანაურისა და ე.წ. “ჰომპიტლის“ დამაკავშირებელი ხიდის ქვეშ ახალგაზრდების ერთმა ჯგუფმა რეზინის ნავეების ბერვა დაიწყო. სპეციალურად მთის მდინარეზე დასაშვებად ამოსულმა თბილისელებმა და ორმა უცხოელმა სტუმარმა ნავეები ელვის სისწრაფის გაბერეს, თეთრ არაგვი ჩაუშვეს და ესაო და არ გადახურდესო, ნავის კორპუსი, ნიჩბით, ლამის წყლით ამოავსეს.

იდგნენ ფასანაურელები და გაოცებულნი შესცქეროდნენ ამ სანახაობას და თან ბუტბუტებდნენ - ნარკოტიკს ესა ჯობიაო.



რაფტერებს შორის, განსაკუთრებით ერთი აქტიურობს. ის მამუკა ბურდულია, ქართული სნოუბორდის ერთ-ერთი პიონერი და “ჰელიკის“ ჯგუფის ქართველი გამყოლი. ახალგაზრდებს სწორედ ის აძლევს ინსტრუქციებს და სამაშველო ჟილეტებს ურიგებს.

“რაფტინგში ხუთი ძირითადი, თითქოს ელემენტარული ბრძანებაა — “ნიჩაბი წინ“, “ნიჩაბი უკან“, “ყველა მარჯვნივ გადაიხარა“, “ყველა მარცხნივ გადაიხარა“, “შეჩერდით“... მთავარია, ამ საჭიდებში ფეხი ისე დაამაგრო, რომ არ ამოვარდე. თუ მდინარეში ჩავარდი არც ეს არის ტრაგედია. მთავარია, არ დაიბნე და მოასწრო ნავის ბორტს ჩაეჭიდო...“, - ეს, ბოლო ინსტრუქციაა და ნავიც არაგვის ტალღებში ცურდება.



პირველი რაც არ გსიამოვნებს, ყინულივით ცივი წყალია, შემდეგ ტალღა, რომელიც “რატომღაც“ ერთკვირიანი გადაულეხელი წვიმების შემდეგ, საკმაოდ დიდია და სულაც არ წააგავს მდინარის ტალღას. თუმცა ამ გარემოებებს მალე ეჩვევი და იმ ადრენალინის ხარჯვას იწყებ, რაც მთის მდინარეზე დაშვებით არის გამოწვეული.

თეთრი არაგვი უკვე შავს უერთდება და რაფტერთა სამი ნავი ერთი-მეორის მიყოლებით ხმაურით მიუყვება ხეობას. “მარცხენა მხარე წინ, მარჯვენა უკან... მარჯვედ მოუსვით, თორემ კედელს შევეჯახებით... ყოჩაღ!“, - ამხნევენს რაფტერებს მამუკა და სიძნელეებიც გადალახულია...

■

თუმცა, როგორც ირკვევა, მხოლოდ ერთი ნავისთვის. მეორე ნავი კი ჯერ ნაპირს ეჯახება, შემდეგ მდინარეზე გადმოვიდებულ ხის ტოტებში იხლართება და ტრიალდება. ხუთივე რაფტერი წყალშია... არ იბნევიან, სასწრაფოდ იჭერენ ნავს, ნიჩბებს... მარათალია, ზოგი კარგავს ბოტასებს, მაგრამ შემდეგ ადიან ნავში და კვლავ დინებას მიუყვებიან. აი, ექსტრემიც ამას ჰქვია.

■

“თერგი მიგიშვებს, ენგური კი... ამ სვანურ მდინარეს ვერავინ შეეჭიდა. გასული საუკუნის 80-იან წლებში იქ ჩეხი ეროვნების მსოფლიო ჩემპიონი დაილუპა. არ ვიცი, უცხოელები გაბედავენ თუ არა, მაგრამ მე ენგურზე არც იმ ცხოვრებაში დავეშვები”, - ეცინება მამუკას და ნავიდან გადმოდის. ორმა საათმა თვალის დახამხამებაში ჩაიარა. რაფტერები ახლა არაგვის ნაპირზე შრებიან და ალბათ, მომავალ დაშვებაზე ფიქრობენ და კიდევ იმაზე, რაფტინგს ევროპულად “რაფტინგის“ სახელი შეუნარჩუნონ, თუ ქართულად “ჯომორღობა“ უწოდონ...

პირველი ჰაერნაოსნობის კლუბი

ჰაერნაოსნობის პირველი კლუბი შეიქმნა 2005 წელს. მას მინიჭებული აქვს ავიაკომპანიის სტატუსი. კლუბის მფლობელობაშია:

- მფრინავი სკოლა;
- აეროსტატების ტექნომსახურების ცენტრი;
- საოფისე შენობა ქალაქ თბილისში;
- საველე ბაზა სოფელ წეროვანში (მცხეთის რაიონი);
- ოთხი სითბური აეროსტატი. თითოეული გათვლილია ხუთ მგზავრზე. აეროსტატები აღრიცხულია სამოქალაქო საჰაერო ხომალდების რეესტრში. კლუბს გაფორმებული აქვს ხელშეკრულება საქართველოს საჰაერო მოძრაობის სამსახურთან, რომლის თანახმადაც კლუბს ქვეყნის თითქმის მთელ ტერიტორიაზე გამოეყო საფრენი ზონები.

კლუბის ტექნიკური პერსონალი შედგება 3 მფრინავისა და 4 ტექნიკოსისაგან.

რით არის მიმზიდველი სითბური აეროსტატით ფრენა?

საჰაერო ბუმტით ფრენას ემოციური შეგრძნებების სიმძაფრით ვერანაირი თავგადასავალი ვერ შეედრება. პეიზაჟების სილამაზე, რომელიც იშლება დიდი სიმალიდან, განსაცვიფრებელია. ფრენისას გარშემო სრული სიწყნარეა. ბუმტის ფრენის სიჩქარე თითქოს ოდნავ აღემატება ფეხით მოსიარულეთა ტემპს. ქარს საერთოდ ვერ შეიგრძნობთ, რადგან ბუმტი მასთან ერთად გადაადგილდება. ფრენის სიმაღლე ზოგან 50 მეტრია, ზოგან კი 2000 მეტრს აღწევს. ფრენისას შესაძლებელია უნიკალური ფოტო და ვიდეო მასალის გადაღება.

მოგზაურობა გრძელდება 1-1,5 საათს და სრულდება ჰაერნაოსის ტრადიციული ნათლობის ცერემონილით.

ჰაერნაოსნობის პირველი კლუბის საავიაციო სასწავლო ცენტრი ამზადებს სითბური აეროსტატების მფრინავებს.

სასწავლო კურსი შედგება თეორიული და პრაქტიკული მეცადინეობებისაგან. კურსანტები სწავლას შეუდგებიან სპეციალური სამედიცინო კომისიის გავლის შემდეგ. მეცადინეობები ტარდება კლუბის ბაზაზე და ასევე თბილისის საავიაციო უნივერსიტეტის ბაზაზე. მოსამზადებელი კურსი გრძელდება დაახლოებით ოთხი თვე. სწავლების დამთავრებისა და გამოცდების ჩაბარების შემდეგ კურსანტები მიიღებენ მფრინავის სახელმწიფო მოწმობას, რომელიც აძლევს მათ უფლებას მართონ სითბური აეროსტატი როგორც საქართველოს ტერიტორიაზე, ასევე საზღვარგარეთ.

საკონტაქტო მონაცემები:

საქართველო. 0162 თბილისი, გაბაშვილის ქ. 3-30

ტელ/ფაქსი: +995 32 -91 48 54 ; მობ: +995 95 -50 00 22

E-mail: info@balloons.ge

www.balloons.ge

"სერვის ეარი" ნატახტრის აეროდრომი
იფრინეთ ჩვენთან ერთად!

გასეირნება

"სერვის ეარის" სტუმრებს ნამდვილად დაუფიქსარი დროის გატარება შეგიძლიათ; სულ რაღაც 25-30 წუთში გადაუფრენთ საგურამოს, ჯვარს და სვეტიცხოველს, ნახავთ ბაზალეთის ტბას, ქსნის და არაგვის ხეობებს, ჟინვალისა და სიონის წყალსაცავებს, დატკბებით კავკასიონის მწვერვალების, მყინვარების, ვულკანური პლატოების, კანიონების და ქედების დიდებული პანორამით;

კავკასია უნიკალური რეგიონია ლანდშაფტების მრავალფეროვნების და კონტრასტულობის თვალსაზრისით; ქვემო ივრის უდაბნოებიდან აჭარის სუბტროპიკებამდე ფრენის დრო 1 საათზე ოდნავ მეტია.

ავიატაქსი

ჩვენ გადაგვყავს მგზავრები და გადაგვაქვს სხვადასხვა სახის ტვირთი თელავში, ქუთაისში, ქობულეთში, ფოთში, მესტიაში, ზუგდიდში, სენაკში... მალე მივიღებთ შეკვეთებს ახალი მიმართულებებით – ახალქალაქი, ამბროლაური, ყაზბეგი, და საერთაშორისო რეისებსაც შევასრულებთ – ტრაპზონი, არზრუმი, ბაქო, ერევანი. რთული რელიეფისა და ამინდის სეზონურობის გამო საჰაერო ტაქსი ხშირად ერთადერთი საშუალებაა მიუდგომელ ადგილებში მოსახვედრად.

ავიასკოლა

ფრენის სწავლის მსურველებს შეუძლიათ გაიარონ კერძო პილოტის მოსამზადებელი სრული კურსი;

თვითონ აირჩიონ თვითმფრინავი, ინსტრუქტორი და ჩვენთან ერთად დაგეგმონ სწავლის პროგრამა; სწავლება შეიძლება იყოს ჯგუფური, ან ინდივიდუალური; კერძო პილოტის ლიცენზიის მფლობელებს კი შეეძლება განაგრძონ მუშაობა კომერციული სერტიფიკატის და ინსტრუმენტული რეიტინგის მისაღებად;

ლიცენზია აუცილებელია კლუბში გასაწევრიანებლად, კლუბი კი საგრძნობ შეღავათებს იძლევა;

ავიასკოლა გთავაზობთ ყველაზე პოპულარულ სასწავლო თვითმფრინავებს, საუკეთესო კომპიუტერულ პროგრამებს, უახლეს ლიტერატურას და სანავიგაციო სისტემებს; საქმიან და კომფორტულ გარემოს საქართველოს ერთ-ერთ ულამაზეს წერტილში – ნატახტარის ველზე; ჩვენი ტექნიკოსები სიამოვნებით გაგაცნობენ თვითმფრინავების სისტემებს, მომსახურების წესებს და პროცედურებს.

შეგასწავლიან ყველაფერს, რისი ცოდნაც საჭიროა ფრენის უსაფრთხოებისათვის.

ნატახტარი

ტელ: +(995 32) 266262

მობილური: +995 99) 901675

+(995 99) 509405

+(995 99) 452525

+(995 99) 457522

როცა იბერიელების, კოლხებისა და ჰენიოხების საზღვრის გასწვრივ წამომართულ კავკასიონის მაღალ მთებს აღწერს ბერძენი გეოგრაფი და ისტორიკოსი სტრაბონი (ძვ. წ. I ს.), აღნიშნავს, რომ ეს “მწვერვალები ზამთრობით გაუვალია, მხოლოდ ზაფხულობით ადიან ფეხებზე ლურსმნებით დაჭედილი, დამუშავებული ტყავით ამოკრულები. ხოლო ეს ტყავები სიფართოვით დაფის ოდენაა და ამას იკეთებენ თოვლისა და ყინულის გამო”.

ალპური ბანაკი "ზესხო" მდებარეობს საქართველოს ერთ-ერთ უმშვენიერეს კუთხეში - სვანეთში, ცენტრალური კავკასიონის მთავარი წყალგამყოფი ქედის სამხრეთ კალთაზე, მდინარე ზესხურას (ცხენისწყლის მარჯვენა შენაკადი) ხეობაში, ზღვის დონიდან 1800 მეტრზე, სუბალპურ ზონაში. ზესხურას ხეობის ქვემო და შუა ნაწილები შემოსილია ფართოფოთლოვანი ტყით (მუხა, რცხილა, წიფელი), ზემო _ ნაძვნარ-სოჭნარით, რომლებსაც ცვლის სუბალპური და ალპური მდელოები. ხეობის ერთადერთი სოფელი ზესხო ბანაკიდან 2 კილომეტრით არის დაშორებული, სოფლის მახლობლად შუა საუკუნეების საკმაოდ დიდი ნასახლარია ეკლესიების და კოშკების ნაშთებით შემორჩენილი, რაც ოდესღაც ხეობის სტრატეგიულ მნიშვნელობაზე მეტყველებს. მას

სამხრეთით მთიანი რაჭა ესაზღვრება, ჩრდილო-დასავლეთით - ზემო სვანეთი, ხოლო აღმოსავლეთით რუსეთის ფედერაცია (ყაზარდო - ბალყარეთის ავტონომიური რესპუბლიკა). შენარჩუნებულია თითქმის ხელუხლებელი, თვალწარმტაცი ფლორა და ფაუნა. აგრეთვე ხეობაში მრავლადაა მინერალური წყლები.

მაჩხაფარა – 3600 მ;	ნამყვამი – 4180 მ;
შარიტაუ – 3700 მ;	თეთრი უცნობი – 4200 მ;
მარჯანიშვილი – 3850 მ;	აღმოსავლეთის უცნობი – 4200 მ;
ფასის მთა – 3970 მ;	წურუნგალა – 4222 მ;
ზესხო – 4050 მ;	მირანგულა – 4250 მ;
შავი უცნობი – 4100 მ;	ჩრდ.უშგული – 4260 მ;
ფიტნარგინი – 4180 მ;	აილამა – 4525 მ;
მცირე უშგული – 4180 მ;	შხარა – 5068 მ;


ა/ზ "ზესხო" - დან 28 კილომეტრში მდებარეობს ევროპაში უმაღლესი დასახლება უშგული, რომელიც ამავე დროს უმნიშვნელოვანესი არქიტექტურული და ეთნოგრაფიული ძეგლია.

უშგული "UNESCO" - ს მიერ მიჩნეულია მსოფლიოს კულტურულ მემკვიდრეობად და მისი დაცვის ქვეშ იმყოფება.

ჭაუხები ეს არის კლდობანი მთები რომელიც მდებარეობს ყაზბეგის რაიონში მთავარ წყალგამყოფ ქედზე სოფელ ჯუთასთან ახლოს. არის დიდი საბანაკო ადგილი ზღვის დონიდან დაახ. 2500 მეტრზე.

მისასვლელი გზა სოფელ ჯუთამდე მანქანით (ჯობია მინიმუმ ნივა იყოს ისე ავტობუსიც ადის) და მერე ფეხით 5 კმ. ან თბილისი - ყაზბეგის მარშრუტკა, უნდა ჩამოხვიდეთ სოფელ აჩხოტში და მერე ფეხით არის დაახ. 20 კმ. შეიძლება ცოტა მეტიც (თუ ნორმალურად დადიხართ 5 საათში ბანაკში იქნებით) გზის პირველი ნახევარი სწორია და სნოს ხეობას მიუყვებით მეორე ნახევარი აღმართებია. თვითონ ბანაკის გარშემო 3100 - 3800 სიმაღლის ყველანაირი სირთულის მწვერვალებია და ყველა მათგანს რატომღაც გვარებით მოიხსენიებენ (ასათიანი, ჯავახიშვილი, თიკანაძე, მუხაძე, შევარდნაძე და ა.შ.) თიკანაძეზე მუხაძეზე და შევარდნაძეზე ასვლა ადვილია და დანარჩენებზე უკვე სერიოზული ალპინისტური მომზადება ჭირდება. ბანაკიდან არის გადასასვლელი დუშეთის რაიონში აბუდელაურის ულამაზეს ტბებზე.

"ველური ტურიზმი" გიტაცებს, წასასვლელი ყველგანაა:

- 1). ხევსურეთი, რომელიც ფანტასტიკაა და რომლის მთლიანად შემოსავლელად იქნებ 10 დღეც არ გეყოს. ულამაზესია შატილი, მუცო, კისტანი, მაგრამ მეტ-ნაკლებობა ყველაფერშია და ალბათ, არხოტი მაინც გამოირჩევა (ნუ მიწყენენ სხვა მხარეების ხევსურები).  თუ ამდენი დრო არა გაქვს, შეგიძლია მარტო არხოტი აირჩიო, ან - ჯუთა-ჭაუხები-აბუდელაურის ტბები... ოღონდ ჭაუხებზე ფრთხილად - გზა არ აგერიოს და ჩემი ნაცნობებივით ცხინვალის კაპეზეში არ აღმოჩნდე.
- 2). თუშეთი, რომელსაც საკმაოდ კარგად ვიცნობ და ულამაზესია. ბევრი მას ხევსურეთზე წინაც აყენებს... თან, იქ სასტუმროები უკვე პრობლემა არაა. ოღონდ მაქეთ

თუ წახვალ, დიკლოს ნაციხარის უნახავი არ წამოხვიდე, თუ გინდა, სამშობლო ბოლომდე შეიგრძნო. იგი ზედ საზღვარზე მდებარეობს და იქიდან ლეკთა სოფლებსაც გადახედავ.

თვალწარმტაცი ბუნება, მრავალფეროვანი ლანდშაფტი, კავკასიონის ქედი, შავი ზღვის სუბტროპიკული ზონა, მდინარეები და ჩანჩქერები, კლდეში ნაკვეთი ქალაქები, კურორტები და მინერალური წყლები, ისტორიული ძეგლები, ქალაქები და დასახლებები, ტრადიციული ქართული სტუმართმოყვარეობა და განთქმული ქართული სამზარეულო – ქმნის საქართველოს ტურისტულ ქვეყნად.

საქართველოს, როგორც ტურიზმისათვის საუკეთესო დანიშნულების ქვეყანას ბევრი რამის შეთავაზება შეუძლია მნახველთათვის.

მრავალფეროვანი ბუნება. საქართველოს ტერიტორია 64 700 კმ²--ია, საიდანაც 330 კმ შავი ზღვის სუბ-ტროპიკულ სანაპიროს უკავია. ქვეყნის ტერიტორიის 38,6% ტყით დაფარული მასივებია. ქვეყანაში არის 19 ნაკრძალი, 860 ტბა, მრავალი ჩანჩქერი და 25 000-ზე მეტი მდინარე, რომელთა საერთო სიგრძე 54 768 კმ-ს უტოლდება, ალპური მდელოები და მთები, რომელთაგან სიმაღლით აღსანიშნავია შხარა (5198) და ყაზბეგი (5048).

მრავალრიცხოვანი ისტორიული ძეგლები და მდიდარი ეთნოგრაფიული რესურსები. საქართველოში 12 000 ისტორიული ძეგლი და 150 მუზეუმი. შუა საუკუნეების კომპლექსებით მრავლადაა მოფენილი ქვეყნის ალპური ზონები. ჩვ.წ.-მდე VI-V საუკუნეებით თარიღდება არაერთი საკათედრო ტაძარი, ეკლესია-მონასტერი და სხვა ისტორიული ძეგლი.

კურორტები და მინერალური წყლები. მრავალფეროვანი კლიმატური პირობები საქართველოს ანიჭებს ტურიზმის განვითარების უსაზღვრო შესაძლებლობებს. ქვეყანა მდიდარია მინერალური წყლებით, კერძოდ 2000-მდე მინერალური წყარო. ყველაზე ფართოდ გავრცელებული მინერალური წყლები შედგებიან ნახშირბადის მჟავებისაგან. ასეთებს განეკუთვნება ისეთი სამკურნალო მინერალური წყლები, როგორიცაა ბორჯომი, ნაბეღლავი და საირმე.

ბორჯომის მინერალური წყლები, რომლებიც შეიცავენ ნატრიუმის კარბონატებს, გამოიყენება სამკურნალოდ სასმელის, აბაზანების, და ინჰალაციის სახით, აგრეთვე როგორც კუჭის ამორეცხვის საშუალება.

სხვა ბალნეოლოგიური კურორტებთან აღსანიშნავია საირმე, უწერა, სურამი, ნაბეღლავი. განსაკუთრებით კი მსოფლიოში საყოველთაოდ ცნობილი კურორტი წყალტუბო თავისი შეუდარებელი რადონის წყლებით, რომელთა ბუნებრივი ტემპერატურა +33-35 0ჩ აღწევს, რაც იძლევა წყლის გამოყენების საშუალებას წინასწარ მისი გაცხელების გარეშე. აღნიშნული მინერალური წყალი გამოიყენება რევმატიზმის, საყრდენ-მამოძრავებელი ორგანოების, ნევროლოგიური, გინეკოლოგიური და კარდიოვასკულარული დაავადებების ეფექტურ სამკურნალო საშუალებად. წყალტუბოში განლაგებულია 20 დიდი სამკურნალო ცენტრი, უმაღლესი დონის აბაზანები, დიაგნოსტიკური და

თერაპევტული კლინიკები და ლაბორატორიები. ზომიერი კლიმატური პირობები და თბილი ზამთარი ტურისტებს მთელი წლის განმავლობაში იზიდავს.

მთის ბალნეოლოგიურ-კლიმატური კურორტებს განეკუთვნება აბასთუმანი, წაღვერი, ცემი, ჯავა, კოჯორი, კიკეთი და მანგლისი, რომლებიც განლაგებულია 1000-1500 მეტრის სიმაღლეზე.

მაღალმთიანი კურორტები შოვი, ბახმარო, ლეზარდე და აუდხარა, რომლებიც მდებარეობენ 1500-2000 მეტრის სიმაღლეზე, წარმოადგენენ ფილტვის ტუბერკულოზის, ბრონქიალური ასთმის, ანემიის, ზოგიერთი კარდიო-ვასკულარული დაავადების, ნევროზის და სხვა სახის დაავადებების წარმატებული მკურნალობის საშუალებას.

მრავალი კურორტი, ისეთი როგორცაა გაგრა, ბიჭვინთა, ახალი ათონი, სოხუმი, ბათუმი, ქობულეთი, მახინჯაური, მწვანე კონცხი, ურეკი, განლაგებულია შავი ზღვის სანაპიროზე, რომელიც ხასიათდება სუბტროპიკული კლიმატური პირობებით, ზომიერი ზამთრითა და ხანგრძლივი ცხელი ზაფხულით. ზღვაზე ბანაობის სეზონი 5-6 თვე გრძელდება. ზღვის კლიმატი იძლევა სისხლის მიმოქცევის და სასუნთქი ორგანოების, აგრეთვე ნერვული სისტემის ფუნქციონალური მოშლის ეფექტური მკურნალობისა და დასვენების საშუალებას.

აფხაზეთის კურორტებთან დაკავშირებით, რომელთაც უზარმაზარი პოტენციალი გააჩნიათ, უნდა აღინიშნოს, რომ ადგილობრივი სეპარატისტული მთავრობის მიერ შექმნილი პოლიტიკური სიტუაცია აფერხებს ამ რეგიონში ტურიზმის განვითარებას.

ზამთარში საქართველო ტურისტებს იზიდავს ცნობილი სამთო-სათხილამურო კურორტებით, როგორცაა გუდაური და ბაკურიანი, სადაც ნოემბრიდან აპრილამდე მუდმივად დევს თოვლი.

გუდაური მდებარეობს საქართველოს ძველ სამხედრო გზაზე, ზღვის დონიდან 2000 მეტრის სიმაღლეზე და გარშემორტყმულია კავკასიის მთებით. აქ ტურისტებს შეუძლიათ თავისუფლად მოძებნონ თანამედროვე სასტუმროები და ხის კოტეჯები. გუდაური წარმოადგენს როგორც სპორტულ ისე მინერალურ კურორტს. მთის ფერდობები აპრილამდე თოვლითაა დაფარული და შესანიშნავი პირობებია თხილამურებით სრიალისა და ზამთრის სპორტის სხვა სახეობებით დაკავებისათვის.

ბაკურიანი მდებარეობს ბორჯომის ხეობაში, ზღვის დონიდან 1700 მეტრის სიმაღლეზე, საიდანაც იშლება არაჩვეულებრივი სანახაობა. იგი გარშემორტყმულია წიწვოვანი ტყეებით. საქართველოს ამ ცნობილ კუთხეში ტურისტებს შეუძლიათ დაისვენონ და გაერთნონ თხილამურობით, ტრამპლინიდან ხტომით, ციგურაობით და სპორტის სხვა მრავალი სახეობით.

საქართველოს კურორტებზე სრულყოფილი წარმოდგენის შექმნის მიზნით, აუცილებლად უნდა აღინიშნოს ქვეყანაში არსებული სამკურნალო ტალახები, ყველაზე ცნობილს წარმოადგენს კუმისის ტბის ფსევდო ვულკანური წარმოშობის ტალახი, რომელიც გამოიყენება თბილისის ბალნეოლოგიურ კურორტზე. ტალახი გამოიყენება

საყრდენ მამოძრავებელი სისტემის, პერიფერიული ნერვული სისტემის და გინეკოლოგიური დაავადებების სამკურნალოდ.

ფოლკლორი და უძველესი წესჩვეულებები. საქართველოს კულტურა და ტრადიციები ერთდროულად მოიცავს აღმოსავლურ და დასავლურ კულტურას, ანუ იგი წარმოადგენს ევროპისა და აზიის ერთგვარ შერწყმას. საქართველოს მაღალმთიანი რეგიონების წესჩვეულებები თითქმის უცვლელი სახითაა შემონახული, რადგანა მათზე გავლენა არ მოუხდენია თანამედროვე ცივილიზაციას. ამდენად, ადგილობრივი მოსახლეობა დღესაც მისდევს უძველეს წესჩვეულებებს, შემონახული აქვთ უძველესი ხელობები და დღესასწაულები, სტუმართმასპინძლობისა და სადღეგრძელოების წარმოთქმის ძველად არსებული წესები.

ხელუხლები ენდემური ფლორა და ფაუნა. საქართველოს ქალაქგარე რეგიონები უჩვეულოდ კარგად არის შემონახული და საკმაოდ მრავალფეროვანია. ენდემური ფლორა და ფაუნა კვლავაც ტურისტებისა და მეცნიერების უზარმაზარი დაინტერესების საგანს წარმოადგენს.

მსოფლიოში არსებული ფლორის 6000-ზე მეტი სახეობიდან, კავკასიაში აღმოჩენილია 4100 სახეობა, და ვრცელდება ქვეყნის შორეულ და აუთვისებელ სამოვრებსა და ხეობებში. საქართველოს ენდემური ჯიშებიდან ერთ-ერთია ენძელა, რომლის ნახვაც, მიუხედავად მისი არსებობის ხანმოკლე პერიოდისა, შესაძლებელია იანვრიდან ივნისის ჩათვლით. ზანზალაკები და პრიმულა, რომლებიც საყოველთაოდ ცნობილ ჯიშებს წარმოადგენენ, აგრეთვე ფართოდაა გავრცელებული საქართველოში. მოყვარული ნატურალისტები შეძლებენ საქართველოს თვალისმომჭრელი სილამაზის ხედებში აღმოაჩინონ თვალნათლად შემონახული და დაცული მცენარეული საფარი.

დასათაურება

თემა 1. ტურიზმის განვითარების ისტორია

1.1. საქართველო და ტურიზმი

თემა 2. სათავგადასავლო ტურიზმის ბაზარი, მოთხოვნა და მიწოდება

თემა 3. სათავგადასავლო ტურიზმის ფორმები და სახეები

თემა 4. სპორტული ტურიზმი და ალპინიზმი

თემა 5. ტურისტული ლაშქრობის ორგანიზება სათავგადასავლო ტურიზმში

5.1. სამედიცინო უზრუნველყოფა

5.2. მარშრუტის შედგენა ლაშქრობისათვის

5.3. საგზაო დოკუმენტაცია

5.4. ადჰუროვილობა

თემა 6. სათავგადასავლო ტურიზმის ახალი ფორმები. ჰელისკის განვითარება საქართველოში. სათავგადასავლო ტურების დაპროექტება

6.1. საპასუხისმგებლო ტურიზმი

6.2. სათავგადასავლო ტურების დაპროექტება

თემა 7. კვება მშენებლობის და მშენებელურ პირობებში

7.1. კვების პროდუქტები

7.2. კვების რეჟიმი

7.3. კვების რაციონის შედგენილობა

7.4. წყალ-მარილის რეჟიმი

7.5. პროდუქტების მომზადება ლაშქრობის წინ

თემა 8. მოგზაურობის უსაფრთხოება და პირველი დახმარების აღმოჩენა სამგზავრო აფთიაქი

საშიშროებები, ტრამპები და დაავადებები, განპირობებული ტურისტის არასწორი მოქმედებით

ჭრილობები ცეცხლსასროლი იარაღით

კვების პროდუქტებით მოწამლევა და ნაწლავური დაავადებები

ქირურგიული დაავადებანი

კოჭრები, კანის დაზიანება

დაბეჭელობა, დრძობა, მოტეხილობა, ტვინის შერყევა

გულის შეწყვეტა, გულსისხლძარღვოვანი უკმარისობა

თემა 9. მოძრაობა ლაშქრობისას და წინააღობების გადალახვა

ორიენტირება მოგზაურობის დროს

თემა 10. საცხენოსნო ტურიზმი

თემა 11. სპელეოლოგიური ტურიზმი

11.1. კარსტული მღვიმეების კლასიფიკაცია წარმოშობის მიხედვით.

11.2. მღვიმეებში გადაადგილება

11.3. საფრთხეები, გამომწვეული სპელეოტურიზმის სპეციფიკით

11.4. საფრთხეები, გამომწვეული სპელეოლოგიის სუსტი მომზადებით

თემა 12. მშენებელური ტურიზმის საწყალოსნო სახეები

12.1. დაივინგი

12.2. რაფტინგი

ლიტერატურა

დანართები

დანართი 1. ტურისტული ლაშქრობის ორგანიზება სპორტულ ტურიზმში

დანართი 2. ლაშქრობისათვის მოსამზადებელი კერძების რაციონი 8-10 კაციანი ჯგუფისთვის.

დანართი 3. სამთო ტურიზმი და ალპინიზმი