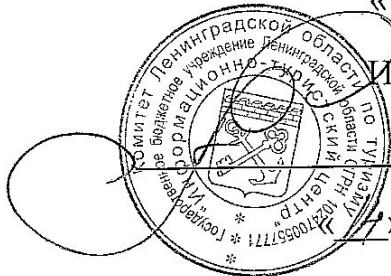


«УТВЕРЖДАЮ»
И.о.руководитель
ГБУ ЛО «ИТЦ»
А.С. Голубь
» августа 2026 г.



ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении туристского похода на звание
«Турист Ленинградской области»
(далее – Турпоход)

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ И ЦЕЛИ ТУРПОХОДА

1.1. Оргкомитет Турпохода (далее – Оргкомитет):

- Учредитель Турпохода: Комитет по культуре и туризму Ленинградской области;
- Организатор Турпохода: Государственное бюджетное учреждение Ленинградской области «Информационно-туристский центр»
- Оператор Турпохода: Общество с ограниченной ответственностью "КОРЮШКИН ДОМ".

1.2. Место проведения старта и финиша Турпохода: Ленинградская область, Волховский район*

** Обращаем внимание, что по форс-мажорным обстоятельствам, место проведения старта и финиша турпохода может быть изменено.*

1.3. Время проведения Турпохода 11-13 сентября 2026 года

1.4. Турпоход проводится с целью пропаганды и популяризации туризма на территории Ленинградской области; организация активного водного отдыха; развитие навыков экологической культуры и водных видов туризма.

2. УСЛОВИЯ УЧАСТИЯ

2.1. К участию в Турпоходе допускаются делегации органов исполнительной власти Ленинградской области и муниципальных районов Ленинградской области, вузов, некоммерческих организаций и предприятий, осуществляющих деятельность на территории Ленинградской области, а

также иные организации (учреждения) и физические лица по согласованию с Оргкомитетом.

2.2. Численность каждой команды должна быть не менее 10 человек.

** В случае предоставления заявки на участие команды с большей или меньшей численностью человек, предусмотренной п.п. 2.2 настоящего Положения, возможность участия такой команды рассматривается Оргкомитетом в отдельном порядке.*

2.3. В Турпоходе могут принять участие лица в возрасте от 18 до 65 лет (включительно).

2.4. В Турпоходе допускается участие несовершеннолетних только в числе организованной группы в сопровождении родителя (законного представителя), руководителя. В остальных случаях участие несовершеннолетних допускается в сопровождении представителя при нотариальной доверенности от родителя (законного представителя) с указанием названия мероприятия, дат и места проведения Турпохода.

** В случае участия в туристском походе несовершеннолетних детей в сопровождении законного представителя ответственность за несовершеннолетних детей возлагается на законного представителя.*

2.5. Заявки на участие в Турпоходе принимаются в срок не позднее **1 сентября 2026 года**, на электронный адрес Организатора Турпохода rohod-lo@yandex.ru. Заявки должны быть оформлены согласно установленной форме (**Приложение 1, 2, 3**).

2.6. В связи с оформлением Оператором Турпохода необходимых документов финальный список участников команды должен быть представлен Организатору Турпохода в срок **не позднее 5 рабочих дней** до даты начала проведения мероприятия на адрес электронной почты rohod-lo@yandex.ru.

2.7. При внесении изменений в финальную заявку о данных участников команды после ее подачи, участник **самостоятельно оформляет** страховку и предоставляет ее при регистрации. В противном случае, участник исключается из состава команды и не допускается до участия в Турпоходе.

2.8. В случае непредставления запрашиваемых сведений, участник до Турпохода не допускается.

2.9. Участники обязаны соблюдать требования Постановления Правительства Ленинградской области от 13 августа 2020 года № 573 «О мерах по предотвращению распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) на территории Ленинградской области и признании

утратившими силу отдельных постановлений Правительства Ленинградской области».

2.10. При регистрации на Турпоход всем участникам проводится обязательный контроль температуры тела.

** В случае выявления повышенной температуры тела и/или иных признаков простудных заболеваний участник не допускается до участия в Турпоходе.*

2.11. Допуск к участию в Турпоходе осуществляется на основании следующих документов:

- заявка, заполненная в соответствии с Приложением 1 к настоящему Положению;
- паспорт на каждого участника;
- страховой полис обязательного медицинского страхования на каждого участника;

2.12. При регистрации каждый участник должен представить документ, удостоверяющий личность (паспорт), свидетельство о рождении (в случае участия несовершеннолетних).

При регистрации капитан каждой команды предоставляет заполненную заявку с подписями участников. Подпись участника подтверждает факт ознакомления и согласие на обработку персональных данных в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 27 июля 2006 года № 152-ФЗ «О Персональных данных» (Приложение № 2 к настоящему Положению), а также ознакомление с техникой безопасности и правилами поведения (Приложение № 3 к настоящему Положению).

2.13. Каждому зарегистрированному участнику на «Старте» предоставляется ветровка и бейсболка с нанесением символики Турпохода, а также выдается необходимый инвентарь для прохождения похода (туристические палатки, коврики, рюкзаки и прочее). За каждой командой закрепляется инструктор-проводник, который сопровождает команду на протяжении всего Турпохода.

3. ПРОГРАММА ТУРПОХОДА

3.1. Оргкомитет разрабатывает туристские маршруты разных категорий сложности (не менее 5 маршрутов, в т.ч. водный, пеший, велосипедный), включающие объекты туристского интереса, которые не имеют степени технической сложности в прохождении.

3.2. В каждый маршрут входят стационарные точки, где для участников Турпохода проводятся мастер-классы по туристской технике – не менее 15 дисциплин.

3.3. В первый день Турпохода на «Старте» состоится Торжественное открытие мероприятия, а в день окончания похода на «Финише» – проведение «Вечернего костра».

3.4. Квалификационные требования к участникам:

«Турист Ленинградской области»
<i>Либо пешком</i>
Продолжительность – не менее 3-х дней Протяженность – не менее 30 км
<i>Либо на велосипедах</i>
Продолжительность – не менее 3-х дней Протяженность – не менее 75 км
<i>Либо на байдарках и каяках</i>
Продолжительность – не менее 3-х дней Протяженность – не менее 50 км

4. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТУРПОХОДА

4.1. Маршрут движения участников Турпохода согласует и курирует инструктор-проводник команды. На всех маршрутах организуется беспроводная связь при помощи рации. При прохождении маршрута участникам Турпохода предоставляется все необходимое снаряжение, отвечающее всем требованиям безопасности на указанном маршруте.

4.2. При регистрации по прибытию на место «Старта» Оргкомитет Турпохода представляет всем участникам маршрутные листы и топографические карты местности проведения мероприятия в соответствии с установленными требованиями.

4.3. Оргкомитет проводит и обеспечивает соревновательную программу и прохождение маршрутов; организует работу квалификационной комиссии, принимающей решение о зачете совершенного Турпохода, судей, инструкторов-проводников групп и инструкторов по проведению мастер-классов.

4.4. График Турпохода составлен из расчета: не более 45 минут движения в пути и 15 минут отдыха. После 4-х часов движения в пути отдых составляет – не менее 60 минут.

4.5. Оргкомитет обеспечивает питание в соответствии с нормами питания Федерального закона от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения». Приготовление пищи проходит в условиях, отвечающих санитарно-эпидемиологическим нормам. В Турпоходе инструкторы-проводники групп организуют 3-х разовое приготовление пищи участниками и контролируют ее качество.

4.6. Каждый участник Турпохода должен иметь при себе комплект индивидуальной посуды, включающий в себя кружку, тарелку (миску) вилку, ложку и нож.

4.7. Все участники Турпохода должны иметь комфортную водонепроницаемую одежду и обувь, а также предусмотреть вторую пару обуви на смену.

4.8. Оргкомитет предоставляет каждой команде необходимое снаряжение для прохождения Турпохода, а именно:

- тент водонепроницаемый;
- палатку (2-х местную или 4-х местную);
- рюкзак походный туристический;
- спальный мешок;
- коврик туристический;
- кухонную утварь (котелок, половник, костровой тросик);
- средства индивидуальной защиты (маски, перчатки, антисептики).

По окончании проведения Турпохода представленное снаряжение для прохождения Турпохода передается капитаном каждой команды представителям Оргкомитета.

4.9. Оргкомитет согласует проведение Турпохода, включая схемы связи и взаимодействия в чрезвычайных ситуациях с руководителями Главного управления МЧС России по Ленинградской области (далее – Управление МЧС) и Главного управления МВД России по Санкт-Петербургу и Ленинградской области, с Администрацией Волховского района Ленинградской области. Оргкомитет Турпохода сообщает в Управление МЧС о начале и завершении Турпохода в день его начала и завершения соответственно.

4.10. Оргкомитет обеспечивает наличие аттестованных инструкторов-проводников для сопровождения групп, по 1 инструктору на каждую группу. Инструкторы имеют опыт руководства прохождением маршрута, являются организаторами туристских мероприятий по направлению «пешеходный туризм», имеют опыт предоставления первой медицинской помощи пострадавшему, имеют медицинскую аптечку с набором необходимых медицинских препаратов для оказания первой доврачебной помощи пострадавшему.

4.11. Оргкомитет обеспечивает круглосуточное дежурство бригады скорой медицинской помощи с наличием медикаментов и оборудования для организации круглосуточного медицинского контроля за здоровьем участников на протяжении проведения Турпохода.

4.12. Оргкомитет обеспечивает постоянное патрулирование территории «Старт» и «Финиш», а также места проживания административной группы, обеспечивает работу сотрудников службы МВД и МЧС.

4.13. Оргкомитет организует регистрацию участников Турпохода на «Старте» в первый день проведения Турпохода.

4.14. Оргкомитет фиксирует количество участников Турпохода на «Финише» в последний день проведения Турпохода.

4.15. Оргкомитет формирует состав судейской коллегии, в состав которой входят не менее 3-х профессиональных судей.

5. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ТУРПОХОДА

5.1. Итоги подводятся по завершении маршрутов.

5.2. Руководитель группы (инструктор) сообщает об успешном прохождении маршрута судейской коллегии Турпохода, выставляя оценку на основании удовлетворительного/неудовлетворительного участия группы в мастер-классах и факта достижения финишной точки маршрута.

5.3. Оргкомитет может учреждать специальные призы и номинации.

6. НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

6.1. По итогам прохождения Турпохода, решением судейской коллегии, участникам вручается значок «Турист Ленинградской области» и удостоверение к нему.

7. ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ВОПРОСЫ

7.1. Участники принимают на себя ответственность перед организаторами и другими участниками Турпохода за соблюдение условий настоящего Положения, техники безопасности и правил поведения. Оргкомитет оставляет за собой право удалять с Турпохода команды и отдельных участников команды в случае нарушения порядка в Турпоходе и настоящего Положения.

7.2. Во время проведения Турпохода **ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

7.2.1. Употребление алкогольных напитков и наркотических веществ, нахождение на территории проведения Турпохода в состоянии алкогольного или наркотического опьянения (нарушение данного правила наказывается в соответствии с действующим законодательством);

7.2.2. Курение в неустановленных для курения местах (нарушение данного правила наказывается в соответствии с действующим законодательством);

- 7.2.3. Рубка зеленых насаждений;
 - 7.2.4. Разведение костров в неустановленных местах;
 - 7.2.5. Купание в неустановленных местах;
 - 7.2.6. Использование электрогенераторов, газовых баллонов в неустановленных местах;
 - 7.2.7. Использование звукоусиливающей аппаратуры.
- 7.3. За вышеперечисленные нарушения на команду будут налагаться штрафные баллы, в случае проявления грубых нарушений команда может быть снята с участия в походе. Персональную ответственность несет капитан команды.
- 7.4. Маршрут движения команды определяется по приезду, при регистрации.

8. ФИНАНСОВЫЕ УСЛОВИЯ

8.1. Расходы, связанные с организацией мероприятия несет Оператор Турпохода в соответствии с Федеральным законом от 05 апреля 2013 года № 44-ФЗ «О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд».

8.2. Расходы по командированию команд несет направляющая сторона.

ЗАЯВКА
на участие в Походе на звание «Турист Ленинградской области» 11-13 сентября 2026 года

Наименование команды	
ФИО ответственного лица команды	
Контактная информация ответственного лица команды	моб. тел.: e-mail:

СОСТАВ КОМАНДЫ					
№п/п	ФИО	Дата рождения	Паспортные данные (серия и номер)	Телефон	Подпись
1.	Ответственный от команды				
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					

Заявки принимаются по адресу электронной почты: rohod-lo@yandex.ru

СОГЛАСИЕ НА ОБРАБОТКУ ПЕРСОНАЛЬНЫХ ДАННЫХ

Я даю свое согласие на обработку моих персональных данных, относящихся исключительно к перечисленным ниже категориям персональных данных: фамилия, имя, отчество; пол; дата рождения; данные документа, удостоверяющего личность; гражданство.

Я даю согласие на использование персональных данных исключительно в целях регистрации участия в Походе на звание «Турист Ленинградской области» и оформление страховки, а также на осуществление фото- и видеосъемки с моим участием и дальнейшее размещение данных материалов (фотографий, видео) в средствах массовой информации и социальных сетях.

Настоящее согласие предоставляется мной на осуществление действий в отношении моих персональных данных, которые необходимы для достижения указанных выше целей, включая (без ограничения) сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, передачу третьим лицам для осуществления действий по обмену информацией (операторам ФИС и РИС), обезличивание, блокирование персональных данных, а также осуществление любых иных действий, предусмотренных действующим законодательством Российской Федерации, в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 27 июля 2006 года № 152-ФЗ «О Персональных данных» (последняя редакция).

Я проинформирован, что комитет по культуре и туризму Ленинградской области и ГБУ ЛО «Информационно-туристский центр» гарантирует обработку моих персональных данных в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации как неавтоматизированным, так и автоматизированным способами.

Данное согласие действует до достижения целей обработки персональных данных или в течение срока хранения информации.

Я подтверждаю, что, давая такое согласие, я действую по собственной воле и в своих интересах.

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ И ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ

Техника безопасности и правила поведения в походе

1. К участию допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний и возрастных ограничений для участия в данном виде похода, имеющие необходимые прививки и надлежащее состояние здоровья.

В случае если участник похода не прошел медицинский осмотр в своей поликлинике и не сделал необходимые прививки, либо нарушил рекомендации врача, согласившись на поход, который ему не рекомендован, а также не проинформировал организатора (инструктора) о своём состоянии здоровья - всю ответственность за возможные негативные последствия несёт участник похода. Участник должен в первую очередь самостоятельно оценить риски для своего здоровья в данном виде похода, согласно предоставленной ему информации о маршруте.

В целях безопасности участник обязан соблюдать данные правила и выполнять указания инструктора, в противном случае он будет считаться вышедшим из группы и будет снят с маршрута.

2. Участникам похода категорически запрещено употребление любых алкогольных напитков и психотропных веществ (включая курительные смеси и иные вещества, влияющие на психику человека) начиная со дня, предшествующего дню начала похода, и на протяжении всего похода.

3. Участники обязаны расписаться, в заявке на участие, после ознакомления с техникой безопасности, выполнять все указания, требования и рекомендации данных правил и инструктора, во время участия в походе, даже если их мнение противоречит мнению инструктора. В случае отказа от подписи участник к походу не допускается.

4. Участники обязаны иметь с собой необходимые и подходящие для участия конкретно в данном виде похода вещи, снаряжение, удобную одежду и обувь, не стесняющую движений и соответствующую сезону и погоде. В случае если участник похода не может самостоятельно оценить, подходят ли его вещи и снаряжение для данного вида похода, он обязан обратиться за консультацией к инструктору до начала похода. Если инструктор укажет на несовместимость вещей участника с данным походом, участник обязан отказаться от похода, либо взять все возможные риски и негативные последствия под свою ответственность.

5. Участник обязан уведомить организатора (инструктора) о своих знаниях, навыках и умениях для участия в данном виде похода с активными способами передвижения. В случае если участник похода не проинформировал организатора (инструктора) о своих знаниях, навыках и умениях для участия в данном виде похода (мероприятия / путешествия) -

всю ответственность за возможные негативные последствия несёт участник похода.

6. Участники обязаны до начала похода внимательно изучить пособие по основам оказания первой помощи, в случае возникновения вопросов задать Их инструктору.

7. На протяжении всего похода запрещается:

- Хранить, транспортировать, производить, покупать и употреблять спиртные напитки и наркотические вещества.
- Залезать и перелезать через установленные ограждения.
- Подходить к краям озёр, рек, обрывов, за исключением случаев, предусмотренных необходимостью похода и прямым указанием инструктора.
- Залезать на деревья, скалы и другие опасные объекты как природного, так и техногенного характера.
- Хранить, транспортировать, покупать или изготавливать и использовать оружие, а также иные предметы, неосторожное обращение с которыми может нанести вред его владельцу или другим участникам похода.
- Хранить транспортировать, покупать или изготавливать и использовать ядовитые, взрывчатые и легковоспламеняющиеся вещества, кроме средств, специально предназначенных для разведения костра (горючее типа «сухой спирт» и подобные).
- Курение в непредназначенных для этого местах, либо местах, в которых это может повлечь негативные последствия.
- Заниматься охотой, браконьерством, заготовлением или сбором растений, иных объектов флоры и фауны.
- Засовывать конечности тела, включая голову, в различные норы, щели, отверстия и т. п., а также в механизмы и иные предметы технического устройства.
- Уничтожать или повреждать деревья, кустарники, растения, мхи, а также иные объекты флоры и фауны.
- Нарушать обычаи, традиции и нормы поведения коренных жителей посещаемых мест.
- Совершать действия, мешающие отдыху других участников путешествия или опасные для здоровья и жизни окружающих, в том числе провоцировать конфликтные ситуации, либо поддерживать их развитие внутри походной группы или между участниками путешествия и местными жителями или другими отдыхающими.
- При встрече с дикими и домашними животными, включая змей и насекомых, дразнить их или пытаться поймать, сфотографировать. Трогать ядовитых, жалящих или иных опасных для здоровья и незнакомых насекомых, рыб и животных.
- Ходить без обуви, одежды, за исключением мест, в которых

нахождение в обуви запрещено или не предусмотрено.

- Трогать руками и употреблять в пищу опасные для здоровья, либо незнакомые растения, ягоды, грибы, рыбу, птиц, животных, насекомых и другие «дары природы».

- В местах бывших военных действий приближаться к обнаруженным боеприпасам и оружию, заниматься поисковыми работами с помощью металлоискателя.

- Нарушать правила дорожного движения и иные законы Российской Федерации, а также законы государства, в котором проходит поход.

- Заниматься самолечением, применять народные средства лечения и косметологии, изготовленные самостоятельно, такие как настойки трав, кусы насекомых (муравьёв, ос и т. п.), лечебные мази из различных трав и минералов и т. п.

- Уничтожать, повреждать, оставлять какие-либо пометки, отламывать куски от памятников природы и архитектуры.

- Отходить от группы и инструктора, двигаться параллельно группе альтернативными путями, выбранными самостоятельно, либо двигаться впереди группы, уходя на значительные расстояния и теряя группу из вида. Идти в аудионаушниках, берушах или очках виртуальной реальности, а также пользоваться иными средствами, отвлекающими внимание и снижающих скорость реакции.

- Проводить политическую, религиозную или иную агитационную деятельность.

- Играть в азартные игры, а также и иные игры, способные нанести вред участнику, либо другим участникам похода и спровоцировать ссору среди них.

- Осуществлять интимные связи с другими участниками группы или сторонними нарушать общественный порядок и режим тишины.

- Производить любые действия, связанные с риском для жизни и здоровья как своих, так и других участников группы, в том числе делать «селфи» и иную съёмку в опасных местах и позах.

- Халатно и небрежно относиться к своему снаряжению, снаряжению выданному организаторами и снаряжению и вещам других участников группы, использовать снаряжение и вещи в нарушение правил эксплуатации.

- Находиться на опасных природных объектах, таких как болота, зыбучие пески и т.п.

- Использовать беспилотные летательные устройства, скрытые видеокамеры и иные устройства получения негласной информации, для проведения фото и видеосъёмки.

- Употреблять в пищу просроченные продукты, остатки еды либо продукты, которые могли подвергнуться негативному влиянию окружающей

среды, условия хранения и транспортировки которых могли быть нарушены.

- Пить воду неизвестного качества, в том числе воду из сомнительных источников.

Пилить или рубить дрова без контроля инструктора и не имея соответствующих навыков.

- Во время заготовки дров стоять на расстоянии менее 5 м от того, кто рубит или пилит дрова.

- Разводить костёр без разрешения инструктора и согласования места. Пользоваться опасными для людей и окружающей среды методами, кидать в костёр инородные предметы, непредназначенные для разжигания и поддержания костра.

- Оставлять костёр, пищу и иные существенные предметы без присмотра, оставлять костер тлеющим или горящим после ухода с данного места.

- Находиться у костра в легковоспламеняющейся, неподходящей одежде или обуви, не соблюдать безопасную дистанцию от костра, находиться у костра без обуви.

- Покидать лагерь, не предупредив инструктора, уходить из лагеря поодиночке.

- Покидать группу, не предупредив инструктора, уходить от группы поодиночке.

- Ставить палатки в непредусмотренных для этого, либо опасных местах (в том числе вблизи источников огня, вблизи наклонённых или гнилых деревьев, вблизи объектов, которые могут сверху упасть на палатку и т. п.).

- Вносить в палатки, а также в другое снаряжение и вещи, конструктивные изменения, не одобренные производителем.

- Находиться в зоне возможного падения наклоненных, гнилых или иных деревьев, а также находиться в зоне иных источников опасности, особенно при усилении ветра.

- Находиться в зоне, куда могут упасть камни или иные опасные для здоровья предметы.

- Сбрасывать со склона камни и иные предметы, которые могут причинить ущерб.

- Использовать в палатках источники открытого огня, либо иные источники, способные спровоцировать возгорание.

9. Купания проводятся только с разрешения инструктора. Купаться разрешается только в месте, указанном инструктором. Запрещается прыгать в воду (с судна, с берега, с пристани, с дерева и т. п.).

Категорически запрещается купание:

- В нетрезвом состоянии.

- Поодиночке.

- В сумерках и ночью.

- После приёма пищи в течение 45-60 мин.
- В дождь или грозу.
- С применением предметов или объектов, способных нанести вред, с дикими животными.

- В местах, где глубина водоёма превышает $\frac{3}{4}$ вашего роста.
- В местах с сильным течением.
- В карстовых реках и озерах.

10. Приготовление пищи проводится только после соответствующего указания и под присмотром инструктора.

При приготовлении пищи необходимо:

- тщательно вымыть руки;
- очистить и вымыть посуду;
- провести осмотр продуктов на их пригодность к употреблению в пищу;
- соблюдать технологию приготовления данных видов продуктов, в случае если приготовленные продукты по виду и/или запаху вызывают недоверие, отказаться от их употребления.

11. Использование специального технического оборудования (инструменты для заготовки дров, скалолазное оборудование, моторы и т. п.) допускается только после соответствующего указания инструктора и под его руководством.

При применении такого оборудования необходимо:

- осмотреть оборудование на наличие повреждений и дефектов;
- ознакомиться с инструкцией либо проконсультироваться у инструктора,
- подготовить оборудование к работе, удостовериться в правильности и безопасности использования оборудования;
- в процессе использования соблюдать меры предосторожности, технику безопасности и правила использования.

12. В случае наступления обстоятельств, при которых инструктор не может самостоятельно принимать решения и руководить дальнейшей деятельностью группы, необходимо оставаться на месте и сообщить о произошедшем по номеру телефона, который вам сообщит инструктор. Если инструктор не сообщил номер, или по номеру невозможно дозвониться, то позвонить по номеру телефона письму, указанного в подписи к ответному письму, пришедшему вам после оформления вами заявки на присоединение к группе телефона, указанному в подписи к ответному инструктора. Ожидать дальнейших инструкций.

13. На протяжении всего путешествия участники обязаны:

- Соблюдать данную технику безопасности.
- Передвигаться по маршруту в порядке, установленном инструктором.
- О всякой замеченной опасности немедленно сообщать инструктору и участникам группы.

- В солнечный день надевать головной убор для защиты от солнца, а также использовать крем от солнечных ожогов, гигиеническую губную помаду. Самостоятельно следить за комфортным для себя температурным режимом, не допуская перегревов или переохлаждений.
- Соблюдать правила безопасности в конкретных природных и погодных условиях.
- Иметь с собой необходимый запас питьевой воды и соблюдать для себя комфортный питьевой режим.
- Соблюдать требования гигиены при приготовлении пищи и её потреблении. Сообщить инструктору о наличии заболеваний, не позволяющих заниматься приготовлением пищи.
- Аккуратно обращаться с огнём и кипятком, оборудованием для приготовления пищи.
- Не допускать потёртости ног, об их возникновении немедленно сообщать инструктору. О малейших признаках любых иных заболеваний или недомоганий немедленно сообщать инструктору и сняться с маршрута, чтобы обратиться за квалифицированной помощью.
- Регулярно осматривать себя на предмет клещей и укусов иных насекомых. Самостоятельно применять репелленты и иные средства индивидуальной защиты.
- Соблюдать правила пожарной безопасности.
- Соблюдать правила личной гигиены.
- Соблюдать правила дорожного движения и пользования транспортом.
- Самостоятельно нести всю ответственность и следить за детьми, которые путешествуют вместе с вами, а также за соблюдением ими настоящей техники безопасности.
- Самостоятельно нести ответственность за сохранность всех своих вещей, документов, денежных средств и иных предметов личного обихода.
- Иметь при себе рекомендованные врачом, необходимые для личного пользования медицинские препараты и своевременно пополнять их запас. В случае нехватки препаратов и невозможности пополнения, незамедлительно сообщить об этом инструктору и сняться с маршрута. Лекарства необходимо хранить в недоступном для других участников месте.
- Установить на телефон приложение компас, карты местности похода, либо иметь их на физическом носителе и уметь пользоваться ими. При отсутствии возможности подзаряжать телефон, сберегать его заряд и дополнительно иметь с собой «внешний аккумулятор».
- Помнить и не пренебрегать мерами предосторожности и пожарной безопасности при нахождении рядом с ёмкостями с бензином, или другими горючими веществами.
- При использовании походной бани, вести себя осторожно и

предусмотрительно, а также не заливать раскалённые камни и/или раскалённый металл большим количеством воды.

- В случае наличия проблем со зрением обеспечить себя подходящими техническими средствами, согласно рекомендации врача (очки, линзы).

Техника безопасности для сплава, водного похода

1. На воде все участники похода должны находиться в спасательных жилетах. Спасательный жилет должен быть застёгнут на все штатные застёжки.

2. При преодолении порогов все участники похода должны находиться в касках.

3. Во время передвижения (на судах) по воде запрещено:

- Нырять с судов (лодок, катамаранов, байдарок и др.) в воду.
- Снимать спасательные жилеты.
- Свешивать ноги, руки, либо свешиваться самому за пределы плавсредства (судна).
- Подходить, подплывать, фотографировать подводной камерой или трогать руками работающий гребной винт.
- Находиться на катамаране или ином судне без надетых средств индивидуальной защиты.

- Покидать судно самостоятельно без команды инструктора.

4. Запрещается самостоятельно отплывать на судах с места стоянок с целью прогулки, ловли рыбы и тому подобного без согласования с инструктором.

Техника безопасности для велопохода

1. Участники обязаны:

- Соблюдать ПДД (правила дорожного движения), принимать дополнительные меры безопасности.

- Иметь велошлем и светоотражательный жилет, быть в них во время движения. • Перед каждым выездом (перед каждым днём похода) проверять техническое состояние своего велосипеда - велосипед должен быть полностью исправным.

- Иметь фонари переднего белого света и заднего красного света, а также боковые оранжевые катафоты на колёсах. Фонари должны быть включены в тёмное время суток и в условиях недостаточной видимости.

- Ехать в колонне по проезжей части, по тротуару, по обочине или по велосодорожке (на усмотрение инструктора) на безопасном расстоянии друг от друга, не обгоняя инструктора. Обгон друг друга (не инструктора) разрешён только по правилам, обговоренным инструктором.

- При езде по проезжей части двигаться как можно правее (в странах с правосторонним движением - как можно правее, а в странах с левосторонним движением — как можно левее).
- При вашем уверенном катании с одной рукой - подавать рукой сигналы поворота, предусмотренные ПДД РФ, перед началом движения, перестроением и остановкой.
 - При торможении использовать прерывистое нажатие на ручку тормоза.
 - Самостоятельно выбирать для себя и соблюдать комфортную и безопасную скорость передвижения.
 - На пешеходных переходах снижать скорость или остановиться, чтобы пропустить пешеходов.
 - При пересечении дороги по пешеходному переходу вести велосипед рядом с собой
 - При проезде перекрёстка соблюдать приоритет движения согласно ПДД.

2. Участникам запрещается:

- Управлять велосипедом, не держась за руль хотя бы одной рукой.
- Вести себя не осмоторительно, отвлекаться от управления велосипедом, ехать с закрытыми глазами.
- Двигаться на велосипеде при наличии технических неисправностей.
- Разгоняться до скорости, при которой есть риск потери управления велосипедом.
- Разгоняться на плохих участках дороги, на участках, где закрыт обзор дальнейшего пути.
- Тормозить передним тормозом, а также тормозить путём полной блокировки колёс.
- Управлять транспортным средством в состоянии опьянения (алкогольного, наркотического или иного), под воздействием лекарственных препаратов, ухудшающих реакцию и внимание, в болезненном или утомлённом состоянии, ставящем под угрозу безопасность движения.
- Пользоваться во время движения телефоном, не оборудованным техническим устройством, позволяющим вести переговоры без использования рук.

Правила поведения при встрече с дикими животными

- Старайтесь избегать встреч с дикими животными. Не двигайтесь по направлению к невидимому шороху, рычанию, нестандартным звукам.
- Не ходите поодиночке. Старайтесь передвигаться группами не менее трёх человек, при этом старайтесь постоянно разговаривать, чем-то периодически шуметь, издавать иные звуки, чтобы дикий зверь смог услышать ваше приближение и уйти. Не передвигайтесь по лесу или местам, где вероятна встреча с дикими животными во время сильного ветра и шума. Дикое животное может вас не услышать и не учуять, а в случае неожиданной встречи напасть на вас.

- Избегайте участков с плохим обзором - высокая трава, папоротник, кустарник, малинник, заросли молодого ельника и т. п., старайтесь передвигаться по открытым местам.

- Если вы увидели павшее животное или массу рыбы, выброшенной на берег у реки, постарайтесь не подходить к ним, дикие животные зачастую едят падаль.

- Устраивайте привал только на открытых местах с хорошим обзором, как можно дальше от территории возможного пищевого промысла диких животных.

- Принимайте все меры, чтобы не оставлять пищевых отходов, особенно возле лагеря и тех мест, где вы рыбачите или отдыхаете. Закапывать отходы бессмысленно, дикие животные придут на них по запаху, поэтому отходы необходимо сжигать на костре, жестяные банки от консервов также обжигать. Продукты должны убираться в герметичные пакеты или иные приспособления, не пропускающие запахи. Всё это делается, чтобы не приваживать диких животных, иначе они очень быстро привыкнут рыскать поблизости, что создаст опасность.

- Если вы увидели дикого зверя, а он вас не видит, медленно уходите, не поворачиваясь к нему спиной, не шумите.

- Если дикий зверь подошёл близко, надо шуметь и изображать свои решительные намерения, но не агрессивность, не издавать звуки и не производить движения, которые могут спровоцировать хищника (рычание, броски вперёд, резкие взмахи рук). Необходимо говорить ровным, уверенным голосом, чтобы зверь распознал в вас человека, ни в коем случае не убегать.

- Активно убегать можно в случае непосредственной агрессивности хищника, когда средства индивидуальной защиты не помогли и нет другого выхода то есть зверь близко и идёт решительно на вас, но только если вы заметили высокое дерево, до которого вы доберётесь раньше хищника и сможете на него залезть, или иное укрытие. На дереве иногда удаётся спастись от взрослого тяжелого медведя, но не от молодого.

- Отступайте, пятась по диагонали, никогда не поворачивайтесь к медведю спиной, иначе он сочтёт вас добычей и неминуемо настигнет. Убежать на открытой местности от хищника невозможно, он развивает скорость до 60 км/час, как собака, а удар его лапы быстрый и мощный.

- Если вам всё же пришлось убегать от медведя, и он за вами погнался, а рядом нет деревьев, на которые можно залезть, бросайте на землю свои вещи, рюкзак, куртку, шапку и т. д. Медведь отвлечётся на них и, возможно, остановится.

- Если убегать и прятаться некуда, поднимите над головой какой-нибудь большой предмет (рюкзак, штатив, весло) и кричите как можно громче.

- Также помогает любое неожиданное действие, например, раскрыть зонт навстречу медведю. Ещё лучше, если на зонте находятся изображения, имитирующие лицо или морду животного.

- Если вы встретились с медвежатами, необходимо немедленно уйти от них как можно дальше.
- Помните, что поведение зверя непредсказуемо, его миролюбивое настроение может моментально смениться агрессией.

Завершающие положения техники безопасности и правил поведения в походе

Помните, что вы не единственный член группы, инструктор не всегда может быть рядом с вами, не может заставить вас что-то сделать или наоборот - не сделать, не может одновременно уследить за всеми участниками похода. В жизни происходит множество непредсказуемых ситуаций, в которых нужно рассчитывать в первую очередь только на себя. Ваша жизнь, здоровье и безопасность во время похода - только в ваших руках, а инструктор может лишь помочь вам.

«УТВЕРЖДАЮ»

Исполнителя
ГБУ ЛО «Информационно-туристский центр»
А.С. Голубь



августа 2026 г.

Положение о значке «Турист Ленинградской области»

Значком «Турист Ленинградской области» награждаются туристы, достигшие 18-летнего возраста, участвовавшие в течение года в одном или нескольких туристских походах суммарной продолжительностью: пешком – не менее 3 дней, протяженностью не менее 30 километров, либо на велосипедах – не менее 3 дней, протяженностью не менее 75 километров, либо по воде – не менее 3 дней, протяженностью не менее 50 километров и овладевшие основами туризма.

Решение о награждении значком «Турист Ленинградской области» принимается квалификационной комиссией на основании успешного прохождения участниками Турпохода.

Лицам, выполнившим установленные требования и нормы, вручаются удостоверения и значки установленного образца.

Значок «Турист Ленинградской области» носится на правой стороне груди ниже государственных наград.