



Я ТУРИСТ



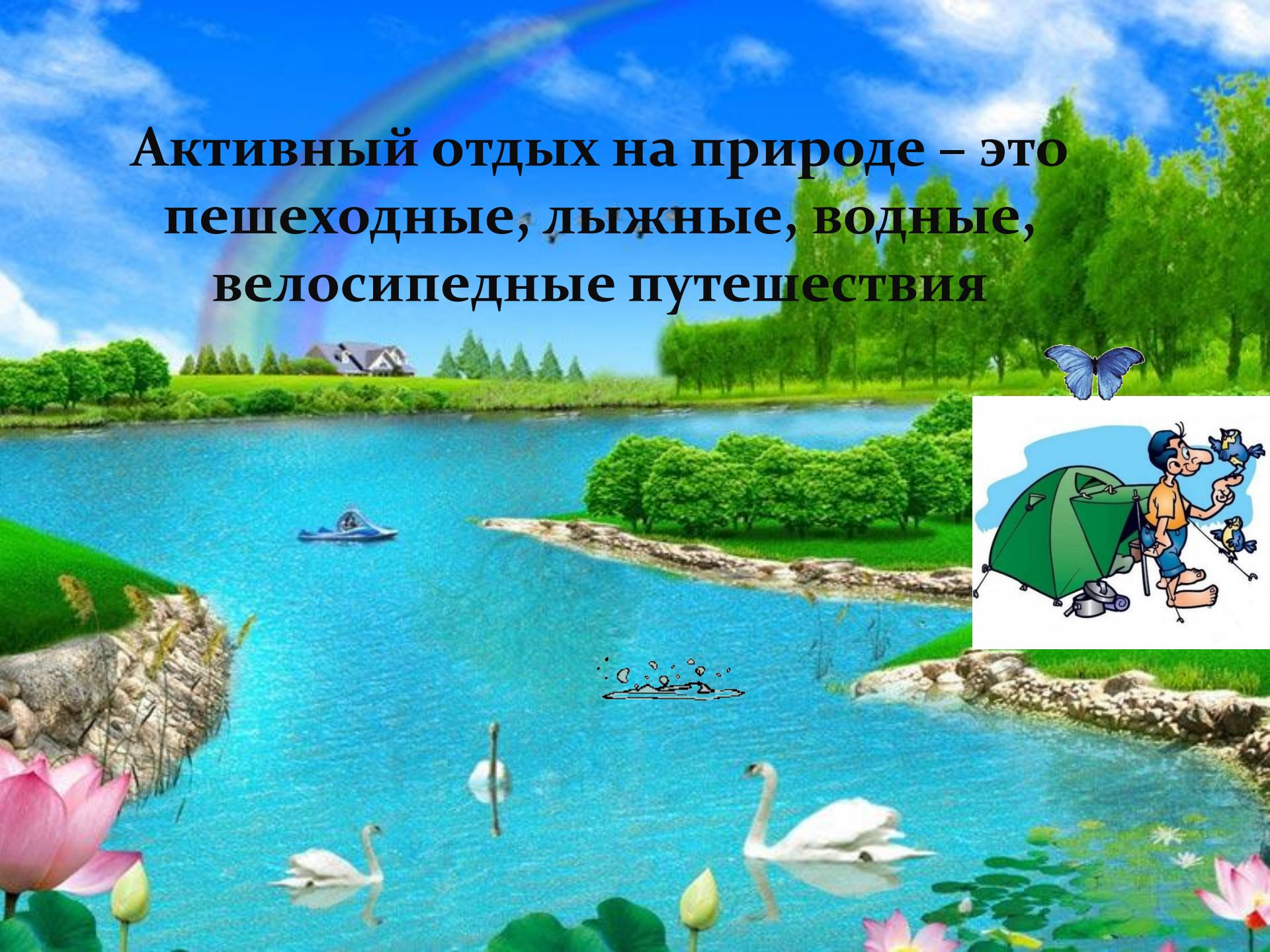
У туристов есть правила:



- Любить и охранять родную природу
- Тщательно тушить костер, уходя с места вашего отдыха
- Не оставлять после себя мусор
- Не засорять реки и родники
- Не ломать деревья, они могут засохнуть и погибнуть
- В лесу не шуметь, не пугать жителей леса, не разорять гнезда птиц



**Активный отдых на природе – это
пешеходные, лыжные, водные,
велосипедные путешествия**

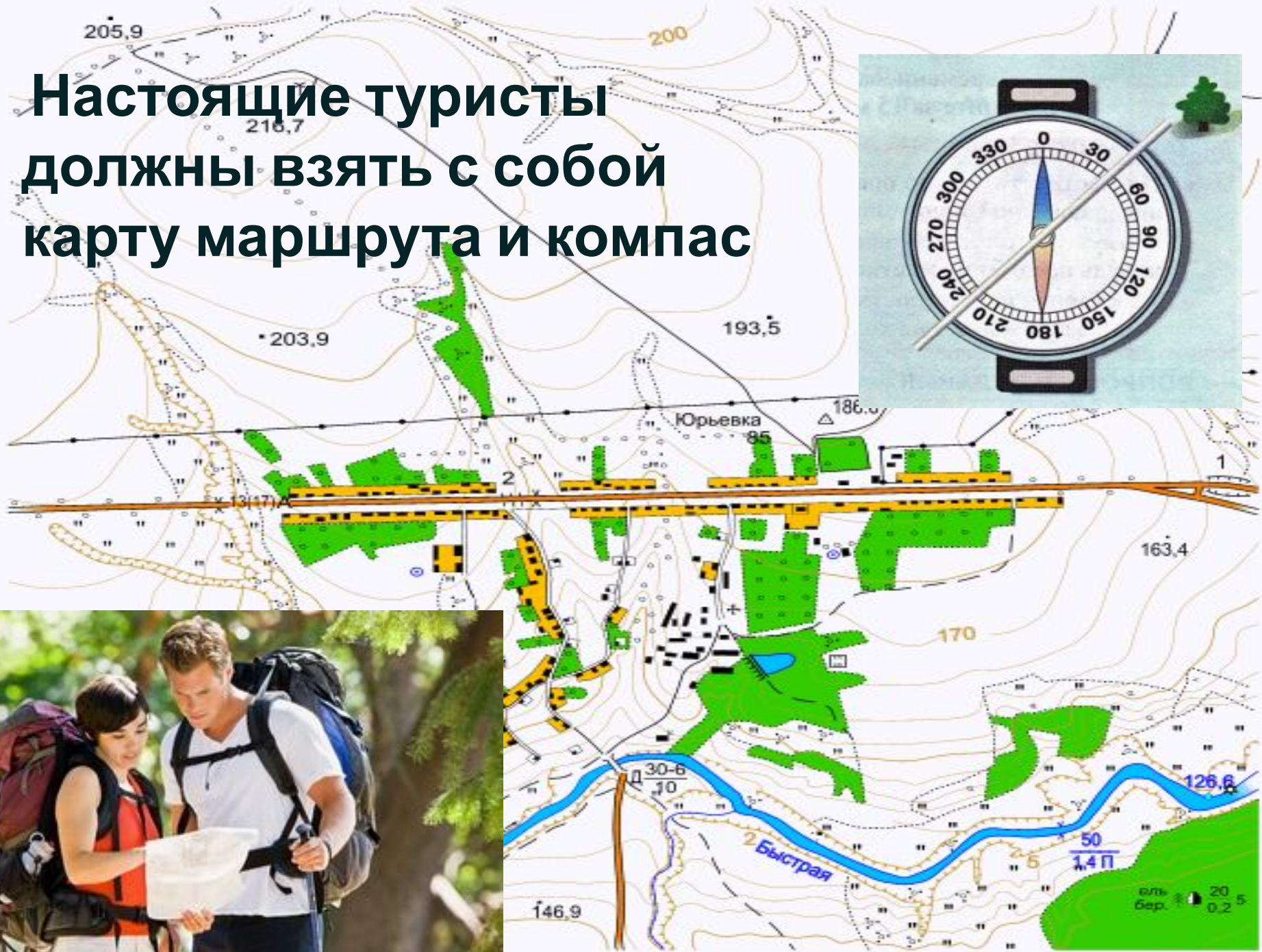


Личное снаряжение туриста.

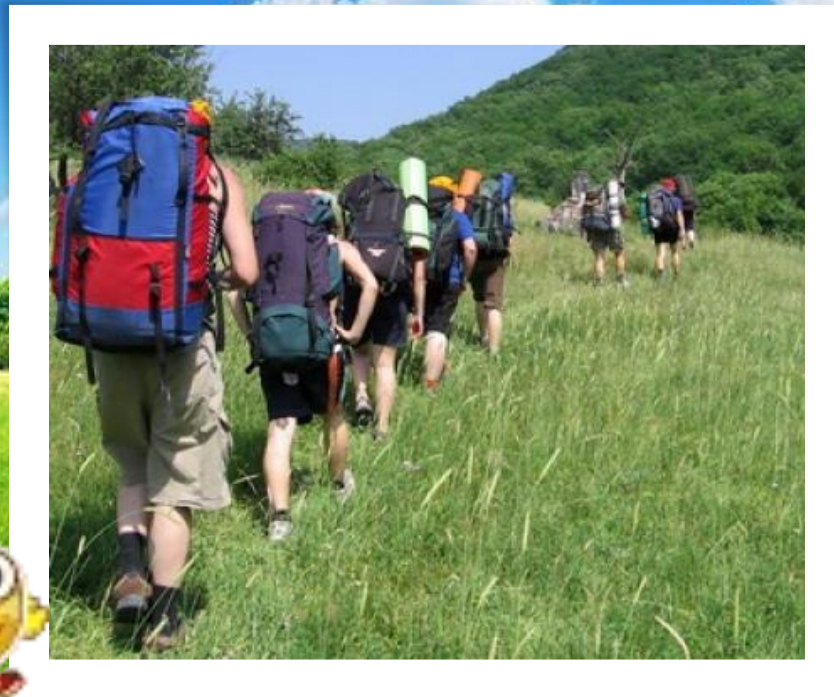


- Рюкзак. Объем рюкзака измеряется в литрах. Набитый рюкзак может казаться огромным и неуклюжим, но при этом не быть тяжелым – много места занимают спальник и одежда. Попробуйте сопоставить объем, который будут занимать необходимые в походе вещи, с вашими физическими возможностями. Хрупкой девушке или подростку подойдет рюкзак в 40 литров, среднестатистическому мужчине – 80-100 л.

**Настоящие туристы
должны взять с собой
карту маршрута и компас**



Пешие путешествия



Велосипедные путешествия



Водные путешествия



Лыжные путешествия



Горные маршруты



Горные маршруты



Конец

