



**Туроператор**  
Бесплатно по России: 8 (800) 550-69-06  
Телефон в Москве: 8 (495) 722-69-30  
E-mail: [info@baza-zemlya.ru](mailto:info@baza-zemlya.ru)  
Сайт: [baza-zemlya.ru](http://baza-zemlya.ru)

---

## 2026 Лето ГЕОТЕРМАЛЬНЫЕ ИСТОЧНИКИ В АДЫГЕЕ

на 7,8 и 11 дней.

### Подробная программа тура:

#### 1-й день 1. Воскресенье

##### **Трансфер из аэропорта и железнодорожного вокзала Заезд и первое знакомство. Поездка на геотермальный источник**

Вас встретит водитель и доставит до места проживания — в один из курортных посёлков Адыгеи: пос. Каменноостровский или ст. Даховская.

✔ **Трансфер организован из аэропортов и железнодорожных вокзалов.**

Подробный перечень городов и условий трансфера — в разделе «Что входит в стоимость тура».

##### ✔ **Размещение**

Заселение проходит в соответствии с вашим договором — в гостевых домах, или гостиничных номерах со всеми удобствами.

##### **14:00 — Обед**

Если вы прибываете позже начала обеда — не переживайте:

- водитель выдаст вам ланч-бокс в качестве перекуса,
- а на ужин дополнительно подадут первое блюдо (суп)

##### **18:00 – Ужин**

##### **19.00 -После ужина поездка на геотермальный источник:**

- купание в просторных современных бассейнах с проточной геотермальной водой, поступающей напрямую из горячего источника,
- время пребывания — 2 часа,
- в вашем распоряжении — несколько бассейнов с разной температурой: от +22°C (освежающий) до +39°C (расслабляющий).

**! Важно для гостей из Сочи:**

Поездка на геотермальный источник переносится на вечер того дня, когда запланирована экскурсия на плато Лаго-Наки.

#### 2-й день. Понедельник.

**Экскурсия: «Гуамское ущелье. По узкоколейке сквозь миллионы лет»**

**Купание в теплых бассейнах с геотермальной водой**

Трансфер • Экскурсионный поезд по узкоколейке • Пешая прогулка с гидом • Геотермальный источник



**Туроператор**  
Бесплатно по России: 8 (800) 550-69-06  
Телефон в Москве: 8 (495) 722-69-30  
E-mail: [info@baza-zemlya.ru](mailto:info@baza-zemlya.ru)  
Сайт: [baza-zemlya.ru](http://baza-zemlya.ru)

---

**08:00 — Завтракаем.**

**08:30 — Отправляемся в Гуамское ущелье**

Это — живая страница из истории Земли.

100 миллионов лет назад.

5 километров узкого, глубокого ущелья,

стены — до 400 метров (это выше Эйфелевой башни!),

и вокруг — скалы, мох, папоротники, каскады водопадов м водопадиков реки Курджипс.

По каньону проходит узкоколейная железная дорога, вырубленная прямо в скале.

**Садимся на экскурсионный поезд.**

Теперь мы больше не туристы. Мы — гости древнего мира.

Здесь легко поверить, что вы попали в другую эпоху —

ту, где ещё не было телефонов, дорог и спешки, а были только камень, вода и тишина.

Проедем 2 км вдоль отвесных скал —медленно, под рассказы аудиогuida, любуясь видами и удивляясь тому, как природа умеет быть такой грандиозной (Примерно 20 минут в одну сторону.)

Потом — пешая прогулка с гидом: около 1,5 км по тропе, где каждый поворот открывает новый вид.

Обратно — снова на поезде - так же красиво.

Только теперь — с сотней новых впечатлений

А на обратном пути — самое приятное:

**заедем на геотермальный источник**, где вас ждут тёплые бассейны с целебной водой.

**2 часа — чтобы расслабиться, отдохнуть и просто поплавать под открытым небом.**

Не забудьте: купальник, полотенце, тапочки и хорошее настроение!

**Экскурсия на весь день.**

Ланч-бокс выдается за завтраком — гид выберет уютное место для перекуса, где можно поесть, отдохнуть и поделиться впечатлениями.

**18:00 - 20:00 -Ужин с первым блюдом.**

**Что взять с собой:**

- Удобную спортивную обувь (будем ходить по тропам и камням и мокрым участкам)
- Прогулочную одежду по погоде— в ущелье всегда более прохладно
- Дождевик (погода в горах непредсказуема)
- Купальник, полотенце, шлёпанцы — для бассейнов

**3-й день. Вторник**

**Экскурсия:«Свято-Михайловский монастырь»**

**Купание в теплых бассейнах с геотермальной водой**

Трансфер • Михайло-Афонская пустынь •«Музей камня» • Пещерный монастырь • Святой источник • Пешеходная экскурсия • Бассейны с термальной водой

**08:00 — Завтракаем.**

**09:00 — Отправляемся в посёлок Победа — к Свято-Михайловскому мужскому монастырю,**



**Туроператор**  
Бесплатно по России: 8 (800) 550-69-06  
Телефон в Москве: 8 (495) 722-69-30  
E-mail: [info@baza-zemlya.ru](mailto:info@baza-zemlya.ru)  
Сайт: [baza-zemlya.ru](http://baza-zemlya.ru)

---

Здесь вас ждёт не просто экскурсия, а погружение в историю и духовную атмосферу. Вы услышите рассказ о том, как монастырь возрождался из руин, побываете в старинном Троицком храме и прогуляетесь по ухоженной территории. Услышите легенду о византийских сокровищах, которые, говорят, до сих пор спрятаны под горой.

**Далее — палеонтологический музей «Музей камня».**

Здесь хранятся аммониты, окаменелости и другие следы жизни древнего океана Тетис, который покрывал эти земли более 100 миллионов лет назад.

Особая часть маршрута — подземелья монастыря

Большинство входов сюда были завалены в 1954 году.

Мы пройдем по доступной части подземелья:

- Часовня, где до сих пор зажигают свечи,
- Келии монахов, где когда-то они молились и жили в полном уединении.

Здесь — не просто пещеры. Здесь — духовная память.

**Недалеко от монастыря, на склоне горы Физиабго, находится святой источник святого великомученика и целителя Пантелеймона.**

По преданию, вода здесь исцеляет болезни тела и души.

Мы поднимемся к нему по мягкой тропе (около 500 метров, плавный подъём) и наберём немного воды — на память и на здоровье.

Возвращаемся. Выезд в 13 часов., чтобы успеть к обеду

**14:00 — Обед.**

**Во второй половине дня — отправляемся на геотермальный источник, где вас ждут тёплые бассейны с геотермальной водой.**

2 часа — чтобы расслабиться, отдохнуть после прогулки и просто поплавать. **18:00-20:00 — Ужин на базе.**

**В ущелье работает «Экстрим-парк Мишоко»**

---

**Что взять с собой:**

- Удобную обувь (будем ходить по тропам и камням)
- Прогулочную одежду по погоде
- Дождевик (погода в горах непредсказуема)
- Бутылку или флягу для святой воды
- Купальные принадлежности и полотенце — для геотермального источника
- Треккинговые палки никогда не помешают
- Открытость сердца — она здесь особенно уместна

**4-й день. Среда**

**Экскурсия: «Мишоко: медвежье ущелье»**

**Купание в теплых бассейнах с геотермальной водой**

Трансфер • Геотермальный источник • Ущелье «Мишоко» • Пешая прогулка или конный маршрут



**Туроператор**  
Бесплатно по России: 8 (800) 550-69-06  
Телефон в Москве: 8 (495) 722-69-30  
E-mail: [info@baza-zemlya.ru](mailto:info@baza-zemlya.ru)  
Сайт: [baza-zemlya.ru](http://baza-zemlya.ru)

---

**08:00 — Завтракаем.**

**09:00 — Отправляемся к геотермальному источнику.**

Вас ждут бассейны с термальной водой (около 37°C).

2 часа — чтобы поплавать, расслабить мышцы и дать телу отдохнуть.

Берите с собой купальник, полотенце и шлёпанцы .

**14:00 — Обед на базе.**

**15:00 — Выезжаем к ущелью реки Мишоко.**

Этот объект расположен на окраине посёлка Каменноостский..

Вы пойдете по верхней тропе, где каждый шаг раскрывает новые панорамы предгорий — зелёные волны холмов, уходящие вдаль, нарисованные кистью самой природы.

Вас встретит ущелье, ограждённое с обеих сторон скалами высотой до 70 метров — их ярко-жёлтые стены переливаются в свете солнца и имеют причудливые формы.

По крутым склонам возвышаются величественные буки и каштаны, а внизу течет река Мишоко и струятся водопады.

Существует несколько версий происхождения названия этого ущелья, одна из которых связывает его с адыгейским словом «мышъэкъо» — что дословно означает «медвежье ущелье», отражая древнюю связь земли с её природными обитателями.

Пешая прогулка продлится 1,5 - 2 часа.

На маршруте нет перил, вымощенных дорожек и лестниц.

**Если вы выбрали конный маршрут:**

Длительность маршрута (1 час в седле + 30 мин на подготовку)

Пройти конный маршрут по ущелью - это редкая возможность не просто посмотреть, а проехать верхом по горной тропе, и испытать удовольствие от общения с этим красивым и сильным животным: ощутить тепло лошади, услышать ритмичный цокот копыт по камням , увидеть красоту ущелья с высоты.

**Далее, едем в уникальный частный музей "Беловодье", собранный с любовью и страстью к истории.**

Здесь хранится историческая и палеонтологическая коллекция:

Редкие находки,

Аммониты, и другие окаменелости древнего океана Тетис,

Артефакты быта и истории Адыгеи.

Экскурсия по музею — 30–50 минут.

Не лекция, а увлекательная беседа.

Возвращаемся к ужину

**18:00 - 20:00 -Ужин.**

**Форма одежды на весь день:**

- Прогулочная, по погоде
- Спортивная обувь
- Треккинговые палки никогда не помешают

**Что взять для конной прогулки:**

- Кроссовки или другую закрытую обувь
- Брюки без грубого внутреннего шва (чтобы не натереть ноги)
- Футболку или рубашку с длинным рукавом



**Туроператор**  
Бесплатно по России: 8 (800) 550-69-06  
Телефон в Москве: 8 (495) 722-69-30  
E-mail: [info@baza-zemlya.ru](mailto:info@baza-zemlya.ru)  
Сайт: [baza-zemlya.ru](http://baza-zemlya.ru)

- Желание довериться природе и животному

## **5-й день. Четверг**

**Экскурсия: «Зубр и леопард: История спасения целого мира»**

**Купание в теплых бассейнах с геотермальной водой**

Трансфер • Остановки на обзорных площадках • Менгиры и дольмены • Кавказский биосферный заповедник • Верёвочный парк

**08:00 — Завтракаем.**

**09:00 — Отправляемся в путешествие по живописной долине реки Белой. в пос. Гузерипль в Кавказский биосферный заповедник**

Кавказский заповедник является ядром объекта Всемирного природного наследия “Западный Кавказ”. его территория была включена в Список всемирного наследия ЮНЕСКО.

Изначально заповедник был создан с целью сохранения горного зубра

**По пути — остановки на лучших смотровых площадках: «Казачий камень», «Большой Гранитный каньон», «Менгиры и дольмены», «Слияние рек Киша и Белая».**

Пройдём на территорию крупнейшего в Европе, природного биосферного заповедника, где располагается музей заповедника, веревочный парк и один из интереснейших загадочных мегалитических сооружений древности – дольмен.

Заглянем в музей природы, познакомимся с историей этого места и увидим интересные артефакты.

В вольерном комплексе посмотрим на представителей местной фауны.

Прогуляемся, полюбуемся пихтовым лесом, горной рекой, подышим чистейшим горным воздухом.

И, конечно, верёвочный парк — если захотите немного поднять себе настроение, поднявшись на высоту среди деревьев.

В этот день пройдем от 1,5 до 2 км

Возвращаемся к обеду

Форма одежды прогулочная, обувь спортивная.

**14.00- 15.00 -Обед.**

**После обеда — самое приятное: геотермальный источник. Погрузитесь в тёплые бассейны с природной минеральной водой**

Два часа — и вы выйдете отсюда как будто заново рождёнными.

**18:00 - 20:00 -Ужин.**

## **6-й день. Пятница.**

**Экскурсия: «Плато «Лаго-Наки: дыхание древнего океана»**

Трансфер • Смотровые площадки • Сувениры • Пещера «Большая Азишская» • Скала «Утюг» • Пешеходная экскурсия • **Ужин с горячим супом и шашлыком**

**08:00 — Завтракаем.**

**09:00 — Выезжаем в горы.**



**Туроператор**  
Бесплатно по России: 8 (800) 550-69-06  
Телефон в Москве: 8 (495) 722-69-30  
E-mail: [info@baza-zemlya.ru](mailto:info@baza-zemlya.ru)  
Сайт: [baza-zemlya.ru](http://baza-zemlya.ru)

По дороге делаем **«панорамные остановки»**, где горы-трёхтысячники раскроются перед вами во всём своём величии.

Воздух здесь уже другой — свежий, прохладный, хрустальный, с ароматом хвои и горных трав.

Вы не просто дышите — вы чувствуете, как лёгкость возвращается к вам.

Ваш гид — человек, который по-настоящему любит Адыгею, — будет сопровождать вас весь день и делиться не только фактами, но и историями, легендами и тем, что не найти в путеводителях.

Можно прогуляться, сделать фото, перекусить, заглянуть в сувенирные лавки, где продают: местные сладости, **адыгейский сыр - мягкий, соленый, копченый**, **травяные чай и халюжи** и милые безделушки - на память или в подарок.

**Далее — посещение пещеры «Большая Азишская».**

Пещера оборудована подсветкой и безопасными дорожками. Внутри прохладно, влажно и тихо — сразу чувствуешь, что попал в другой мир.

Пещере больше 2 миллионов лет, и она входит в пятёрку самых крупных в Европе.

Главное богатство этого подземного царства - сталактиты, сталагмиты и сталагматы — каменные «скульптуры», которые росли веками.

Многие из них получили названия:

- «Каменные водопады»,
- «Крылья Ангела»,
- «Апостолы»,
- «Будда»,
- «Указующий перст»,
- «Пальма желаний»...

Игра теней и света рождает яркую игру воображения - делает их похожими на настоящие фигуры. **Интересно, — а что увидите вы?**

Продолжительность экскурсии по пещере — около 30–40 минут.

**Завершим наш маршрут на смотровой площадке «Скала Утюг» — на высоте около 2000 метров.**

Отсюда видно всё плато: альпийские луга, отвесные скалы, снежники, дальние хребты и горы. Здесь хорошо постоять немного в тишине, сделать фото и просто посмотреть вокруг.

Запечатлейте этот момент, когда вы стоите между небом и пропастью и ощущаете бескрайность и состояние полета!

**И ради таких моментов стоит ехать сюда!**

А если присмотреться к камням под ногами — можно найти окаменелую ракушку. Да, именно ту, что жила в океане Тетис — 300 миллионов лет назад!

**Классный сувенир, но правда, из другого времени.**

Возвращаемся к вечеру — с лёгкой усталостью от ветра и свежего воздуха, но довольные и с сотнями классных кадров.

**18:00 — Встречаемся за ужином.**

**Горячий суп, шашлык, приготовленный на открытом огне** и возможность пообщаться, поделиться впечатлениями и просто отдохнуть после насыщенного дня.



**Туроператор**  
Бесплатно по России: 8 (800) 550-69-06  
Телефон в Москве: 8 (495) 722-69-30  
E-mail: [info@baza-zemlya.ru](mailto:info@baza-zemlya.ru)  
Сайт: [baza-zemlya.ru](http://baza-zemlya.ru)

---

#### **Что взять с собой:**

- Удобную спортивную обувь (будем ходить по тропам и камням)
- Прогулочную одежду по погоде
- Лёгкую куртку или ветровку (в пещере прохладно, на высоте — ветрено)
- Дождевик (погода в горах непредсказуема)
- Треккинговые палки никогда не помешают
- Фотоаппарат или телефон с зарядкой - если хотите запечатлеть виды
- Хорошее настроение — оно всегда к месту!

---

#### **Маршрут на весь день.**

Ланч-бокс вы получите за завтраком — гид выберет уютное место для перекуса  
Подходит всем, кто хочет увидеть горы, не торопясь походить, подышать свежим воздухом и провести день без спешки и экстрима.

#### **7-й день. Суббота**

##### **✓ Для гостей по 7-дневной программе тура**

##### **Завтрак или ланч-бокс с собой Отъезд**

Завтрак начинается в 08:00.

Отъезд на трансфере — с 06:30 до 10:00 (время зависит от пункта назначения).

**!** Важно для гостей, выезжающих до 08:00:

Вам будет выдан ланч-бокс вместо завтрака в день отъезда.

Выдача — накануне, после ужина, чтобы обеспечить удобство и своевременную подготовку.

##### **✓ Для гостей по 8-дневной программе тура**

##### **Экскурсия: «Уна-Коз — там, где горы становятся панорамой»**

##### **Купание в теплых бассейнах с геотермальной водой**

Трансфер • Канатная дорога • Смотровые площадки • Грот «Желаний» • Скала «Чёртов Палец» • Пешеходная экскурсия • Геотермальный источник

#### **08:00 — Завтрак**

Начинаем день с тёплого, ароматного завтрака — заряжаемся энергией для одного из самых живописных дней вашего путешествия.

#### **09:00 — Подъём по канатной дороге на хребет Уна-Коз**

С комфортным подъёмом по канатной дороге вы окажетесь на вершине хребта Уна-Коз — месте, где горы становятся панорамой.

С первых шагов открывается захватывающий вид:

- Лаго-Накское плоскогорье — бескрайнее горное море;
- Долина реки Белой, извивающаяся, как серебряная лента;
- Хаджохский каньон, глубокий и таинственный;
- Грандиозные скалы Азиш-Тау и Уна-Коз ;
- И вдали — станица Даховская, уютно приютившаяся в объятиях гор.



**Туроператор**  
Бесплатно по России: 8 (800) 550-69-06  
Телефон в Москве: 8 (495) 722-69-30  
E-mail: [info@baza-zemlya.ru](mailto:info@baza-zemlya.ru)  
Сайт: [baza-zemlya.ru](http://baza-zemlya.ru)

---

Спустимся в пещеру «Желаний» - небольшой грот с интересными окошками.  
Далее, - пройдем по хорошо промаркированной тропе около 3 км — вдоль гребня Уна-Коз.  
Перепад высоты на данном маршруте около 100 метров.  
Никаких резких подъёмов или спусков — только постепенное движение вдоль края мира.  
Тропа то выходит к самому обрыву, то уходит в лес, который благоухает всевозможными цветами и где поют птицы.

### **И вот — «Чёртов Палец».**

Эта двурога скала, выступающая из хребта на высоте более 1000 метров.

### **С неё — захватывающая 360°-панорама:**

- Все вершины Адыгеи — как на ладони;
- Леса, раскинувшиеся до горизонта;
- Поляны, озёрца, речные излуины;
- Горные поселки, будто игрушечные — внизу, в тишине.

Это не просто смотровая точка. Это момент, когда вы перестаёте быть наблюдателем — и становитесь частью пейзажа.

Идем обратно 3 километра.

### **14:00 — Обед**

Вкусный, домашний обед — чтобы восстановит силы.

### **15:00 — Геотермальный источник.**

После подъёма — идеальное время для отдыха.

Погрузитесь в тёплые бассейны с естественной термальной водой (около 37°C), где горные источники дарят тепло, расслабление и лёгкость.

Здесь, среди природы, вы почувствуете, как напряжение уходит — и тело возвращается к себе.

С собой: купальник, полотенце, шлёпанцы. Остальное — сделает природа.

### **18:00–20:00 — Ужин на базе**

## **8-й день. Воскресенье**

### **✓ Для гостей по 8-дневной программе тура**

#### **Завтрак или ланч-бокс с собой. Отъезд**

Завтрак начинается в 08:00.

Отъезд на трансфере — с 06:30 до 10:00 (время зависит от вашего пункта назначения).

**!** Важно для гостей, выезжающих до 08:00:

Вам будет выдан ланч-бокс вместо завтрака в день отъезда.

Выдача — накануне, после ужина, чтобы обеспечить удобство и своевременную подготовку.

### **✓ Для гостей по 11-дневной программе тура**

#### **Экскурсия: «Лаго-Наки: Где небо опускается на луга»**

Трансфер • Кавказский биосферный заповедник • Каменное море • Видовые площадки • Плато Лаго-Наки • Альпийские луга

### **09:00 — Сегодня едем на плато Лаго-Наки.**



**Туроператор**  
Бесплатно по России: 8 (800) 550-69-06  
Телефон в Москве: 8 (495) 722-69-30  
E-mail: [info@baza-zemlya.ru](mailto:info@baza-zemlya.ru)  
Сайт: [baza-zemlya.ru](http://baza-zemlya.ru)

---

Красота плато — с его альпийскими цветущими лугами, карстовыми воронками и снежниками — никого не оставляет равнодушным.

Пройдя через КПП «Лаго-Наки», мы попадаем на территорию Кавказского биосферного заповедника.

Наш маршрут начнётся от хребта «Каменное море» — причудливого нагромождения каменных глыб, словно замерзших волн древнего океана.

Идём 2 километра по ровной гравийной дороге.

Останавливаемся на обустроенных смотровых площадках с беседками и лавочками, наслаждаемся открывающимися потрясающими видами: на горы Оштен, Тхач и панорамы Главного Кавказского хребта.

Выходим на само плато Лаго-Наки. Проходим 1 км по альпийским лугам, где ещё сохраняются снежники.

Отсюда снежники на склонах дают начало рекам Курджипс и Армянка.

Вдоль тропы можно увидеть редкие растения — эндемики, в том числе множество видов цветущих цветов, характерных только для этого региона.

Путь — лёгкий, почти медитативный.

Плавный, незаметный подъём и спуск по оборудованной, маркированной тропе — ведущей через сказку.

За день пройдем около 5 километров.

Маршрут рассчитан на весь день до 16:00.

Ланч-бокс на перекус выдаётся за завтраком.

Обратный путь также - через КПП «Лаго-Наки».

Возвращаемся к ужину

**18:00 - 20:00 - Ужин с первым блюдом**

**Маршрут на весь день.**

Подходит всем, кто хочет увидеть горы, не торопясь походить, провести день без спешки и экстрима.

**✓Что взять с собой:**

- Удобную спортивную обувь
- Прогулочную одежду по погоде (закрывайте плечи и руки, ибо даже двадцати минут достаточно, чтобы с непривычки обгореть на солнце)
- Лёгкую куртку или ветровку (на высоте может быть ветрено)
- Дождевик (погода в горах непредсказуема)
- Головные уборы (обязательно!)
- Солнцезащитные очки
- Крем от загара
- Треккинговые палки еще никому не помешали
- Фотоаппарат или телефон с зарядкой - если хотите запечатлеть виды

**9-й день. Понедельник.**

**Экскурсия: «Путь к Сердцу Руфабго»**

**Купание в теплых бассейнах с геотермальной водой**



**Туроператор**  
Бесплатно по России: 8 (800) 550-69-06  
Телефон в Москве: 8 (495) 722-69-30  
E-mail: [info@baza-zemlya.ru](mailto:info@baza-zemlya.ru)  
Сайт: [baza-zemlya.ru](http://baza-zemlya.ru)

---

Трансфер • Водопады Руфабго • Пешая прогулка • Бассейны с термальной водой

### **09:00 — Экскурсия в ущелье Руфабго.**

Сегодня мы отправимся в одно из самых живописных мест региона — ущелье Руфабго, памятник природы регионального значения.

Всего в 2 км от посёлка Каменноостровский, нас ждёт прогулка вдоль ручья Большой Руфабго, который на своем пути создал целую галерею водопадов.

Пройдём по мосту через реку Белая, поднимемся по лестнице на поляну у входа на тропу — здесь нас встретят кафе, небольшой рынок с местными сувенирами и даже стрелковый тир. Далее - посещение этнографического музея «Адыгское подворье» - небольшое погружение в культуру. Узнайте о традициях адыгов, увидите традиционные постройки, предметы быта и ремёсла — живая история под открытым небом.

Маршрут — около 4 км (2 км туда и 2 км обратно) по сильнопересечённой местности.

Тропа хорошо проложена, оборудована, но требует внимания: камни, корни, лестницы, перепады высот — всё как в настоящем горном походе.

Вдоль пути — четыре водопада, каждый со своим характером:

«Шум» — 4 метра мощного ниспадающего потока, полностью оправдывает свое имя! Его слышно задолго до того, как он появляется в поле зрения!

«Второй каскадный» («Малыш») — лёгкий, многоступенчатый, словно игра воды по камням - падает каскадами в 1,5 метра.

«Сердце Руфабго» — скрытый под «каменным сердцем», он словно тайно бьётся в груди ущелья.

«Девичья коса» («Шнурок») — 15-метровый водопад, падающий в глубокую логуну, словно серебряная нить.

### **Но даже без водопадов ущелье Руфабго — это магия:**

— прохладная тень густого леса и солнечные блики сквозь листву,

— журчание воды повсюду — то порог, то перелив, то ручей у самой тропы,

— чистейший воздух, лёгкая влажность, аромат земли ...

Это место — не просто маршрут, а настоящая терапия природой.

Мы идём медленно, осторожно. Останавливаемся, чтобы сфотографировать, прислушаться.

Время на маршруте — 2–2,5 часа.

### **14:00 — вкусный домашний обед восстановит силы.**

### **15:00 — Едем на геотермальный источник**

После прогулки — идеальное время для расслабления.

Два часа в тёплых бассейнах.

Берите купальник, полотенце, шлёпанцы

### **18:00–20:00 — Ужин**

#### **✓ Что взять с собой:**

- Спортивная обувь — с хорошей подошвой, (не плоской!)
- Прогулочная одежда — по погоде, но с возможностью намочнуть
- Треккинговые палки — если есть, помогут на камнях (очень нужны!)

### **10-й день. Вторник.**



**Туроператор**  
Бесплатно по России: 8 (800) 550-69-06  
Телефон в Москве: 8 (495) 722-69-30  
E-mail: [info@baza-zemlya.ru](mailto:info@baza-zemlya.ru)  
Сайт: [baza-zemlya.ru](http://baza-zemlya.ru)

---

### **Экскурсия: «Майкоп - город в устье яблоневого долины»**

#### **Купание в теплых бассейнах с геотермальной водой**

Трансфер • Столица Адыгеи - город Майкоп • «Национальный музей» • Городской рынок •  
Пешеходная экскурсия • Бассейны с термальной водой

#### **09:00 — Завтрак**

Лёгкий старт перед погружением в многовековую историю Кавказа. Не забудьте взять с собой выданный ланч-бокс — он пригодится в пути!

Столица Республики Адыгея — не просто административный центр, а древнее поселение с тысячелетней историей, упоминания о котором восходят к эпохе бронзового века.

Это красивый зелёный город, его название переводится как «город в устье яблоневого долины», и, действительно, как раньше, так и сегодня его окружают фруктовые сады.

Сегодняшняя экскурсия — это путешествие сквозь века: от археологических открытий до живых традиций адыгского народа.

#### **Национальный музей Республики Адыгея**

Один из самых современных и содержательных музеев Кавказа. Здесь гармонично соединены: — глубокая археология (включая знаменитую Майкопскую культуру, давшую имя всей эпохе),

— богатейшая этнография,

— история и природа региона.

Особое внимание — выставке «Культура и быт адыгов»:

традиционная одежда, оружие, украшения, предметы домашнего обихода и убранство жилища — всё это оживает в рассказе гида и раскрывает дух, достоинство и мудрость одного из древнейших народов Евразии.

#### **Городской рынок — вкус Адыгеи**

Здесь вы найдёте:

— аутентичный адыгейский сыр (от нежного до копчёного),

— ароматные пряности, знаменитую адыгейскую соль,

— мед, орехи, варенье, соленья и другие гостинцы — идеальный подарок для близких.

Не упустите возможность попробовать свежий сыр прямо у прилавка!

#### **Обед на маршруте**

Ланч-бокс выдаётся за завтраком — гид подберёт удобное место для остановки

Форма одежды: удобная прогулочная (по погоде), обувь — только спортивная или трекинговая (ожидается активное передвижение по городу и музею).

#### **На обратном пути — геотермальный источник**

Завершим насыщенный день естественным SPA-ритуалом в тёплых водах геотермального источника.

Два часа свободного времени — чтобы снять напряжение, отдохнуть и «переварить» впечатления от древнего Майкопа.

Не забудьте с собой: Купальник / плавки, полотенце, шлёпанцы

**18:00–20:00 — Ужин с первым блюдом**

**День 11. Среда**

**Завтрак или ланч-бокс с собой Отъезд**



**Туроператор**  
Бесплатно по России: 8 (800) 550-69-06  
Телефон в Москве: 8 (495) 722-69-30  
E-mail: [info@baza-zemlya.ru](mailto:info@baza-zemlya.ru)  
Сайт: [baza-zemlya.ru](http://baza-zemlya.ru)

---

Завтрак начинается в 08:00.

Отъезд на трансфере — с 06:30 до 10:00 (время зависит от пункта назначения).

**!** Важно для гостей, выезжающих до 08:00:

Вам будет выдан ланч-бокс вместо завтрака в день отъезда.

Выдача — накануне, после ужина, чтобы обеспечить удобство и своевременную подготовку.

**📞 Организатор тура:**

8 (800) 550-69-06

[info@baza-zemlya.ru](mailto:info@baza-zemlya.ru)

[baza-zemlya.ru](http://baza-zemlya.ru)