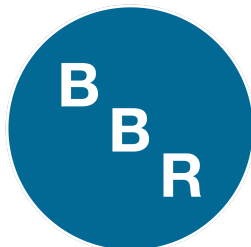


BAIKAL BIKEPACKING RACE
RACE MANUAL



Экстремальная велогонка на самообеспечении
19–26 июля 2025 г.

Инструкция для участников
Версия 1 от 28.02.2025

Предстартовая регистрация: 19 июля 2025 г.

Место: г. Иркутск (точный адрес добавим позже)

Старт гонки: 20 июля 2025 г.

Место: г. Иркутск / д. Олха (координаты добавим позже)

Закрытие финиша: 26 июля, в 18:00 (время местное)

Финишная черта: пристань паромной переправы на острове Ольхон

Финишный лагерь: окрестности села Сахюрта (материковая часть)

ОБРАЩЕНИЕ ОРГАНИЗАТОРА

BAIKAL BIKEPACKING RACE (BBR) — это многодневная велогонка на самообеспечении по окрестностям и берегам озера Байкал. Райдерам предстоит преодолеть фиксированный маршрут, пролегающий через таёжные леса, обрывистые берега и гравийные дороги, в том числе по территориям Прибайкальского национального парка.

Я постарался сделать маршрут живописным и разнообразным, чтобы участники могли познакомиться с несколькими областями юго-западного Байкала, а также посетить остров Ольхон.

Трек гонки настолько же красив, насколько сложен. Это состязание, которое не стоит недооценивать. От вас потребуется не только отличная физическая форма, но и умение находиться долгое время в экстремальных условиях на полном самообеспечении. Самостоятельно запастись продуктами, находить места для ночлега, справляться с возникающими трудностями, а также ремонтировать свой велосипед.

Гонка BBR-2025 будет длиной 630 км. Я сделал маршрут максимально интересным и уложил в одну неделю, чтобы вы могли продлить свой отпуск на Байкале ещё на недельку, если позволит время.

Создавая эту гонку, я вдохновлялся своим опытом участия в одной из самых сложных многодневок Silk Road Mountain Race, откуда взял основные принципы организации состязания и сопровождения гонщиков. Мы сотрудничаем с департаментом туризма Иркутской области, дирекцией Прибайкальского национального парка, а также с опытными гидами, которые помогают с общей организацией и безопасностью во время гонки.

Максим Лапчук, основатель и организатор BBR.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРОХОЖДЕНИЮ ГОНКИ

Этот документ содержит всю необходимую информацию о гонке. К моменту составления этой версии инструкции мы тщательно исследовали маршрут и решили организационные вопросы. Изменения возможны ближе к старту — рекомендуем следить за обновлением информации в нашем телеграм-канале <https://t.me/baikalbikepackingrace>. Инструкция создана также для того, чтобы вы всё взвесили ещё раз и решили, принимать участие в гонке или нет.

ОГЛАВЛЕНИЕ

- Маршрут
- Категория участия
- Брифинг для гонщиков
- Контрольные пункт (чек-поинты)
- Финиш и финишный лагерь
- Сход с гонки
- Пополнение запасов
- Мобильная связь и доступ в интернет
- Связь с организаторами во время гонки
- Близкие родственники
- Транспортировка и хранение вашего багажа
- Безопасность на протяжении гонки
- Скорая помощь на трассе
- Чрезвычайные ситуации
- Животные и насекомые
- Климат и погодные условия
- Забота о здоровье
- Страховка
- Справка от врача
- Основные средства первой помощи / лекарства
- Велосипед и оборудование
- Какой велосипед выбрать
- Что делать в случае серьёзной поломки велосипеда
- Обязательный и рекомендуемый список оборудования
- Документы для участия

Маршрут

Общее расстояние: 630* км

Общий набор высоты: 9800* м

*Разные сервисы могут показывать разные величины при загрузке GPX-файлов.

[ССЫЛКА НА ТРЕК](#)

Ближе к дате мероприятия мы отправим вам финальный маршрут в формате GPX, который вы сможете загрузить в свои велокомпьютеры.

Таблица расстояния между точками маршрута, с обозначением магазинов и организованных мест для ночлега, будет предоставлена также перед гонкой.

Пожалуйста, будьте на стартовой линии, полностью упакованными и готовыми к старту как минимум за 30 минут до официального старта. Время старта будет объявлено заблаговременно. Можем точно сказать, что это будет раннее утро 20 июля.

Сегмент 1: Олхинское плато

Лесистая возвышенность с множеством скальников, туристических троп и запахом таёжного леса. Олхинское плато облюбовали альпинисты ещё в 60-е годы XX века. Здесь начинали свои тренировки многие выдающиеся спортсмены, в том числе Екатерина Иванова, первая русская женщина, которая покорила Эверест в 1990 году. На вершине скальника Идол под камнем хранится гостевая книга, которую скалолазы беспрерывно ведут с 1970-х годов.

Маршрут гонки по плато состоит из различных дорог: от места старта до туристических троп можно добраться по просёлочной автомобильной дороге, далее будут встречаться болотистые местности и небольшие броды. В конце сегмента откроется вид на Байкал — это первая встреча гонщиков с озером.

Сегмент 2: КБЖД

Одна из самых красивых железных дорог в мире. Будучи когда-то участком Транссибирской магистрали, Кругобайкальская железная дорога следовала вдоль левого берега реки Ангары. Сегодня это тупиковый железнодорожный путь и один из главных туристических маршрутов Байкала. Узкий карниз между Олхинским плато и Байкалом вместил однопутную дорогу, при строительстве которой возведена масса инженерных сооружений: 38 тоннелей, 248 мостов и виадуков и почти столько же подпорных стенок.

Сегмент гонки состоит из тропинок вдоль путей, мелкого и крупного гравия, старых и новых шпал, пеших участков и множества тоннелей, в которых заметно прохладнее. Статистика прохождения КБЖД от различных велосипедистов разная: кто-то передвигается пешком не более 20% от общего пути, кто-то проходит пешком половину.

Большая часть КБЖД сохранила свой исторический облик, включая деревянные шпалы, старые мосты, тоннели и галереи. Встречаются отремонтированные участки с бетонными шпалами и насыпью из крупного камня, передвижение по которым на велосипеде затруднительно.

Рекомендуем использовать широкие покрышки (от 2 дюймов) для более комфортного прохождения сегмента.

Дорога упирается в порт Байкал, откуда участники гонки на пароме смогут переправиться в Листвянку и продолжить путь. Постарайтесь успеть на последний вечерний паром. Если у вас это не получилось — не переживайте,

вы сможете переночевать в порту Байкал и отправиться на первом утреннем пароме на другой берег.

Сегмент 3: ББТ

Южный участок Большой Байкальской тропы, проходящий по гребням и склонам Приморского хребта вдоль Байкала.

Райдеров ждут скалистые утёсы Чаячий и Скрипер, леса и участки с редкими растениями, а также исторические объекты — золотиносные прииски в селе Большие Коты.

На маршруте встречаются опасные участки, проходящие по обрывистым склонам, где нужно передвигаться траверсом. Между Скрипером и мысом Соболев, а также на километровой участке после пади Малая Кадильная тропа проходит по берегу, заваленному обломками скал, где во время шторма при сильном юго-восточном ветре волны захлёстывают всю береговую полосу.

Большая Байкальская тропа — популярный пешеходный маршрут, на котором есть стоянки для ночёвки и туристическая инфраструктура в населённых пунктах.

Сегмент 4: Лесная

Настоящее дорожное испытание — участок маршрута через Прибайкальский национальный парк от Большого Голоустного до Бугульдейки. 120+ км пути, чтобы вы могли оторваться от соперников. Сначала вас ждёт асфальтированный участок до Малого Голоустного, а затем лесовозная безлюдная дорога с различными грунтами и лужами, поэтому стоит запастись терпением и продуктами.

В селе Бугульдейка получится посмотреть на мраморный карьер, камни из которого использовали при оформлении станций метро «Таганская» и «Белорусская» в Москве.

Сегмент 5: Тажераны

Тажеранская степь — уникальное место на западном побережье Байкала, известное живописными пейзажами, скальными массивами, минеральными источниками и степными просторами.

Здесь находится Долина каменных духов — даже с дороги видны причудливые скальные останцы, словно разбросанные по степи. Считается, что это место обладает сильнейшей энергетикой. Здесь можно увидеть религиозные сооружения — обо и бурханы. Атмосфера будто готовит вас к посещению загадочного Ольхона.

Большая часть дорог в Тажеранской степи — плотные грунтовки, на которых часто встречаются камни и выбоины, поэтому будет трясти. Дороги могут быть разбитыми после дождей, но в основном сухие и пыльные. В самой степи источников воды нет. Рекомендуем брать с собой достаточный запас.

Сегмент 6: Ольхон

Один из самых больших озёрных островов в мире и самый большой обитаемый остров на озере — сердце Байкала. Ольхон привлекает не только климатом, схожим с черноморским, но и множеством таинственных историй. Считается, что на острове находится могила Чингисхана, а шаманы уверены, что свой дар они получили именно здесь.

Райдерам откроется вид на скалу Шаманку — визитную карточку Ольхона, а трек будет проходить через множество достопримечательностей и дойдёт до мыса Хобой на севере острова, чтобы потом повернуть обратно.

Дороги на Ольхоне сухие и пыльные, часто встречается «гребёнка». Пути могут быть размыты после дождей. В основном вы будете передвигаться там же, где ездят автомобили. Будут встречаться участки с песком.

На обратном пути райдеров ждёт финишный маршрут со сложным градиентом — финальный рывок, чтобы проверить себя перед финишем гонки.

Категории участия

В гонке Baikal Bikerpacking Race возможны две категории участия: одиночное (solo) и парное (pair).

Ожидается, что соло-гонщики будут полностью самостоятельными. Они не должны получать никакой внешней помощи, будь то пополнение запасов, навигационная информация, информация о своей позиции в рейтинге гонки, обзор других гонщиков и т. д. Те же правила применяются к гонщикам-парам. Им разрешено помогать и поддерживать друг друга в паре, но пара в целом не может получать помощи извне. Если у вас есть какие-либо сомнения относительно того, что представляет собой внешняя помощь, мы с радостью ответим на любые вопросы.

Что происходит, если соло-гонщики едут вместе. Мы не запрещаем общаться и не исключаем случаев, когда соло-гонщики какое-то время едут рядом. Однако это гонка, и правила должны быть справедливыми по отношению к гонщикам, которые действительно едут по всему маршруту в одиночку. Не будем обозначать, сколько времени можно провести с другим гонщиком, прежде чем это будет считаться ездой в паре. По сути, если вы едете с кем-то, то лишь потому, что движетесь в одном темпе в это время. Чего вам не следует делать, так это планировать ночёвку в одном месте, ждать друг друга и т. д.

Однако существуют особые обстоятельства, при которых езда с другим соло-гонщиком или парой приемлема. Мы никогда не будем отговаривать гонщика от ожидания кого-то другого, в чьём присутствии ему спокойнее пересечь реку, если он чувствует себя небезопасно. Однако это всегда короткие участки общего маршрута, и после этого одиночная езда должна возобновиться.

Обратите внимание, что вам разрешено финишировать в общей классификации только в той категории, в которой вы стартовали. Соло-гонщики не могут финишировать в паре, если решат объединиться в середине гонки. То же касается и случая, когда парный гонщик финиширует без своего партнёра. В обоих случаях у гонщиков будет указано время финиша, но они будут исключены из общей классификации.

Брифинг для гонщиков

Инструктаж для гонщиков состоится в Иркутске (место будет определено позже) 19 июля 2025 года, во второй половине дня. Инструктаж обязателен для всех гонщиков. Бrevet-карты — ваш официальный документ участника гонки — будут выдаваться во время инструктажа. Без brevet-карты участие в гонке невозможно.

Контрольные пункт (чек-поинты)

На BBR будут контрольные пункты. Они начнут работу по прибытии первого гонщика и будут закрываться по расписанию, которое будет опубликовано на ресурсах организатора. Контрольные пункты позволяют нам понять, что участники следуют по маршруту, укладываются в заданное время и с ними всё в порядке.

Прохождение через каждый контрольный пункт подтверждается штампом дежурного представителя BBR в вашей brevet-карте. Контрольные пункты располагаются в населённых пунктах. В соответствии с принципами гонок на самообеспечении, вы можете воспользоваться только теми ресурсами или услугами, которые доступны в данной локации.

Контрольные пункты — это место, где вы можете встретиться со своими друзьями и близкими. Однако передача близкими продуктов питания, экипировки и запасных частей не допускается.

Финиш и финишный лагерь

Финишная линия и финишный лагерь будут расположены в разных местах. Зачёт времени будет происходить на станции паромной переправы со стороны

Ольхона. Мы решили сделать финиш до парома, чтобы вы не переживали, что вас может догнать соперник. Далее вы спокойно отправляетесь на пароме на материковую часть и двигаетесь в финишный лагерь, расположенный в окрестностях села Сахюрта.

27 июля, в воскресенье, после окончания официального времени зачёта финишный лагерь всё ещё будет работать, и вы сможете повидаться с другими участниками и организаторами, если не успели переправиться в субботу, 26 июля.

Финишная линия закрывается 26 июля в 18:00 (время местное). Для того чтобы попасть в официальный зачёт гонки, вам нужно успеть до закрытия финишной линии. Если вы понимаете, что не успеваете закончить гонку в указанное время, за вами остаётся право самостоятельно прибыть на точку финиша в любое время после. В этом случае организация ваших дальнейших действий лежит полностью на вас.

Сход с гонки

Если вы оказались в ситуации, когда по той или иной причине не можете продолжить гонку и хотите сойти, свяжитесь с организаторами как можно скорее. Укажите в своём сообщении максимум информации об обстоятельствах вашего схода с гонки, включая ваше полное имя и номер участника.

Обратите внимание, что все гонщики могут отпраздновать с нами финиш, независимо от того, как они туда попали. Если вы сошли с гонки, то несёте ответственность за дальнейшее путешествие к выбранному вами месту назначения.

Пополнение запасов

Некоторые участки маршрута находятся на удалении от населённых пунктов, и пополнение запасов будет одной из основных проблем, с которыми вам придётся столкнуться. Информация о точках пополнения запасов, которые, по нашему мнению, будут работать во время гонки, будет предоставлена до старта. Имейте в виду, что эта информация носит ознакомительный характер. Вы можете провести собственное исследование и отметить места, где можно будет пополнить запасы.

Рекомендуем сохранять некоторые резервы на случай, если вы не сможете планомерно пополнить запасы. В большинстве небольших деревенских магазинов нет большого выбора закусок и высокоэнергетической еды, которую удобно брать в дорогу. Тщательно продумайте количество калорий, необходимое для прохождения сегментов гонки.

Мобильная связь и доступ в интернет

Мобильная связь и интернет хорошо работают в окрестностях Байкала, но вы часто будете находиться в зоне полного отсутствия мобильной связи / интернета.

Мы будем публиковать ежедневные отчёты в наших соцсетях. На треке будут находиться машины сопровождения (контрольные машины), в которых будут дежурить фото- и видеооператоры. Мы сделаем всё возможное, чтобы публиковать информацию о как можно большем количестве гонщиков, независимо от того, на каком месте в турнирной таблице они находятся. Дело не только в победе.

У вас может не быть постоянного доступа в интернет, но когда вы поймаете связь, то сможете рассказать друзьям и близким, как проходит гонка. Мы рекомендуем гонщикам приобрести местную сим-карту по прибытии и пополнить баланс. Советуем T2 (бывший Tele2) в качестве оператора, но все операторы похожи и на разных сегментах гонки работают с переменным успехом.

Официальный хештег гонки: #BBR2025

Это позволит нам просматривать ленту ваших обновлений на различных платформах.

Во время гонки способы связи с нами будут напечатаны на вашей брелет-карте.

Baikal Bikepacking Race будет публиковать обновления на следующих каналах:

Instagram: @baikalbikepackingrace

Telegram: @baikalbikepackingrace

Связь с организаторами во время гонки

Штаб-квартира гонки будет расположена на одном из участков маршрута и оборудована средствами связи. Режим работы: круглосуточно. Официальный телеграм — лучший способ связаться с персоналом штаб-квартиры гонки.

Основными сопровождающими гонки будут контрольные машины, которые будут перемещаться по маршруту вместе с участниками. На тех участках, где движение автомобиля невозможно, будут дежурить персональные посты. Все они будут иметь при себе устройства связи для быстрого реагирования.

Участникам гонки необходимо оставить свои контакты для экстренной связи. Крайне важно, чтобы гонщики, их близкие и родственники понимали, что это может быть единственным способом связи с вами в случае возникновения

непредвиденных ситуаций. В то же время гонщики должны понимать, что полностью самостоятельны и несут за себя ответственность.

Близкие родственники

Все гонщики обязаны предоставить контакты близких родственников, чтобы организаторы могли связаться с ними в случае каких-либо инцидентов или несчастных случаев с участием гонщиков.

Советуем гонщикам обсудить своё участие в гонке со своими ближайшими родственниками задолго до соревнований. Ваши родственники должны понимать, что гонщик берёт на себя полную ответственность за свою жизнь. Это важнейший момент для предотвращения недопонимания между участниками или их ближайшими родственниками и организаторами гонки.

В случае возникновения подозрительных ситуаций ваши друзья и родственники могут связаться с командой гонки. Дежурный в штаб-квартире запросит данные о перемещениях гонщика у дежурных на контрольных машинах.

Из-за характера соревнования и распределения гонщиков по трассе организаторы BBR не всегда могут обеспечить экстренную помощь гонщикам. Наше обязательство состоит в том, чтобы по возможности оказать первую помощь, скоординировать экстренные службы и связаться с родственниками.

В случае инцидента администрация BBR не будет делать никаких публичных заявлений без предварительного обращения к ближайшим родственникам, проверки информации и получения разрешения родственников.

Транспортировка и хранение вашего багажа

BBR предоставит гонщикам бесплатную услугу транспортировки багажа в финишный лагерь. Вы сможете оставить у нас велосипедный бокс/сумку при регистрации в Иркутске. Ваши вещи мы доставим на финиш.

Так у вас будет сменная одежда и дополнительные вещи, которые могут потребоваться на финише, плюс вы сможете разобрать и упаковать велосипед для транспортировки до места вылета. Хотя сумки будут храниться в надёжном месте, пожалуйста, не оставляйте в них ценных вещей. Ваш багаж будет доставлен в финишный лагерь сразу после регистрации. Если вы сойдёте с гонки, вам придётся самостоятельно добраться до финиша, чтобы забрать свои вещи.

Если вы хотите оставить свой багаж или его часть в Иркутске, пожалуйста, организуйте хранение самостоятельно.

Безопасность на протяжении гонки

К участию в гонке нельзя относиться легкомысленно. Это серьёзное мероприятие, которое потребует высокого уровня физической подготовки и тщательно подобранного оборудования. Ваша безопасность — наша главная забота. Большая часть маршрута проходит по бездорожью, тропам, утёсам и горам. Есть участки, где вы будете делить дорогу с автомобилями — будьте внимательными.

Организаторы самостоятельно прошли весь маршрут для оценки его сложности и возможных рисков. BBR требует от гонщиков сверхвыносливости. Ваш велосипед должен соответствовать рельефу и быть в идеальном рабочем состоянии. Освещение и тормоза должны быть в порядке. Используйте фары в условиях темноты или ограниченной видимости.

Мы проверим ваш велосипед при регистрации, чтобы убедиться, что тормоза и фары работают. Также проверим необходимое оборудование (спальник и палатку или бивачный мешок). На маршруте есть длинные участки, где вам необходимо будет ночевать в диких условиях, в том числе при пониженных температурах.

Обязателен к ношению во время езды шлем, соответствующий стандарту EN1078.

Настоятельно рекомендуем не слушать музыку во время езды, использовать передние и задние фонари. Обязательно надевайте шлем во время езды. Также внимательно выбирайте место установки палатки (не ставьте палатку близко к воде, обрывам, под скалами). Не оставляйте еду или остатки еды рядом с палаткой.

Скорая помощь на трассе

Контрольные машины, которые будут следовать за участниками во время гонки, снабжены средствами оказания первой помощи. Просим учесть, что в отдалённые участки, где нет автомобильных дорог, помощь может следовать продолжительное время. Учитывая, что гоночный трек разделён естественными преградами, на каждом участке мы проинформируем местные службы скорой помощи о возможном вызове.

Чрезвычайные ситуации

Независимо от того, насколько вы спортивный и какие места занимаете на гонках, безопасность всегда должна быть вашей главной заботой. Всегда думайте о личной безопасности и избегайте ненужных рисков. Многие участки маршрута удалены от городов и районных центров. Чтобы добраться до вас, службам экстренной помощи может потребоваться много времени.

Вы должны вдумчиво принимать решения. Например, стоит ли идти дальше или оставаться на месте, столкнувшись с экстремальной погодой.

Если вы всё-таки оказались в опасной для жизни ситуации, для начала попробуйте дозвониться до организаторов. Контактная информация будет предоставлена во время брифинга для гонщиков и напечатана на вашей брелет-карте. Если этот вариант недоступен, вам придётся принимать дальнейшие решения самостоятельно.

У нас будет команда наблюдателей, которые будут следить за передвижениями участников на протяжении всей гонки. Если мы заметим что-то необычное, то проанализируем условия до периода бездействия участника: местность, скорость, местоположение и т. д., чтобы оценить вероятность возникновения проблемы и отреагировать соответствующим образом.

Животные и насекомые

В летние месяцы дикие животные не должны представлять серьёзной опасности. Встреча с медведем требует спокойствия и правильного поведения. Во время движения в отдалённых местах используйте свистки, музыкальную колонку: это отпугивает медведей.

Не оставляйте еду в лагере: храните продукты в герметичных контейнерах и подвешивайте как можно выше от земли.

Не подходите к медвежатам: их мать может быть рядом и воспринять вас как угрозу. Если видите свежие следы медведя — измените маршрут при возможности.

Медведи, как правило, избегают людей, если их не тревожить. Главное — соблюдать осторожность.

На Байкале обитают змеи, но ядовитых видов немного. В основном встречается обыкновенная гадюка, она ядовита, но её укус редко представляет смертельную угрозу для человека при своевременной медицинской помощи. Чтобы избежать укуса ядовитых змей, носите закрытую обувь и длинные штаны при передвижении по травянистым или лесным местам, не трогайте змей (даже мёртвых) и не заходите в густые заросли. Если видите змею, дайте ей возможность уползти — они редко атакуют первыми. В целом змеи на Байкале не слишком агрессивны, и встреча с ними редка.

Сезон клещей на Байкале обычно начинается с апреля и продолжается до конца июня. Однако в некоторых местах клещи могут оставаться активными до начала осени, особенно в лесистых или травянистых районах. Важно принять меры предосторожности: носить закрытую одежду и головной убор, использовать репелленты, защищающие от клещей, регулярно осматривать

тело и одежду, по возможности избегать высокой травы и кустарников. Обсудите с врачом необходимость прививки против клещевого энцефалита.

Климат и погодные условия

Климат Байкала — континентальный, но смена времён года сглажена большими водными просторами: здесь холодная зима и прохладное лето. Климат на озере более мягкий, чем в соседнем Иркутске: зимой здесь теплее, а весна начинается позднее. Погода на Байкале часто меняется. Будьте к этому готовы.

На юго-западе Байкала днём воздух прогревается до +20...+25 °С. Ночная температура составляет +10...+15 °С. Температура воды: +12...+16 °С.

Температура воздуха на Ольхоне в это время обычно на 3–5 °С ниже.

Это усреднённые показатели, они могут варьироваться год от года. Рекомендуем уточнять прогноз перед поездкой.

Забота о здоровье

Страховка

Всем гонщикам рекомендовано иметь действующую страховку, которая покрывает экстренную эвакуацию и репатриацию. Пожалуйста, возьмите с собой номер вашего полиса и название вашей страховой компании или копию страхового сертификата.

Гонщик обязан связаться со страховщиком и подтвердить, что ему предоставлен необходимый уровень покрытия, в частности для BBR, которая является соревновательным мероприятием. Обратите внимание, что в BBR нет денежных призов или призов высокой стоимости, поскольку это может повлиять на премии и покрытие.

Справка от врача

Мы попросим вас предоставить медицинскую справку, подписанную вашим врачом, подтверждающую, что вы физически здоровы и можете участвовать в мероприятии. В справке должно быть упомянуто название гонки.

Основные средства первой помощи / лекарства

Будет полезно попросить у врача рекомендации по составлению базовой аптечки первой помощи, которую вам необходимо взять с собой. В дополнение к вашим обычным лекарствам обсудите, следует ли вам брать другие средства,

такие как антибиотики и пр. Подумайте, какую непривычную для себя пищу вы можете принимать во время гонки и может ли она вызвать у вас расстройство пищеварения. Существуют профилактические пробиотические методы лечения, которые могут снизить вероятность заболевания, если вы съедите что-нибудь вредное.

Существует вероятность заражения бешенством от укусов животных. Пожалуйста, спросите своего врача о профилактике бешенства, включая иммунизацию.

Пожалуйста, проверьте наличие соответствующих прививок для поездки в регион.

Велосипед и оборудование

Какой велосипед выбрать

Сложно однозначно определить тип велосипеда, который вам потребуется. Вы будете проезжать много участков, требующих высокой техники управления велосипедом, в том числе передвигаться по шпалам железной дороги. Рекомендуем использовать покрышки не уже 2 дюймов.

Подходящий, на наш взгляд, велосипед — это МТВ на 29-дюймовых колёсах с амортизационной вилкой с ходом от 100 мм, при этом не тяжёлый. Вес вашего байка и снаряжения имеет большое значение. Постарайтесь его минимизировать, при этом не забыть ничего важного. Вы также можете использовать кросс-кантрийный двухподвес.

Что делать в случае серьёзной поломки велосипеда

Если вы понимаете, что не сможете отремонтировать велосипед самостоятельно там, где находитесь, то можете воспользоваться такси или другими средствами передвижения и доехать до пункта ремонта, например в мастерскую в Иркутске.

Перед этим вам необходимо сообщить организаторам любым возможным способом, что вы собираетесь делать. Если в зоне поломки нет связи, вам нужно провести видео- и фотофиксацию места, где вы находитесь, характера поломки, записать на камеру ваш комментарий и отправиться к месту ремонта. При появлении связи следует незамедлительно сообщить о вашей проблеме. После проведения ремонта вам нужно вернуться ровно на ту же точку трека, откуда вы сошли для ремонта, и продолжить следовать по маршруту гонки.

Учитывайте время, которое потратили на ремонт. Вам необходимо успеть на контрольный пункт до завершения времени его работы. Если по какой-то

причине вы не произвели фото- и видеофиксацию вашего случая и/или не сообщили организаторам о проблеме, вас дисквалифицируют и не включают в общий зачёт в гонке.

Обязательный и рекомендуемый список оборудования

Для участников гонки есть перечень обязательной экипировки. Он позволяет нам убедиться, что участники отправляются на гонку технически подготовленными.

Что вам точно потребуется во время гонки обязательно:

- передние и задние фонари;
- шлем;
- велокомпьютер с GPS;
- базовая аптечка, включает бинты, антисептические/стерильные салфетки, лекарства;
- подходящая для температурного режима спальная система (спальник, коврик, палатка или бивачный мешок);
- солнцезащитные спортивные очки;
- средства связи (мобильный телефон);
- велосипедный ремнабор (инструменты и запасные части).

Что мы рекомендуем вам иметь во время гонки:

- пауэрбанк;
- средства защиты от насекомых, в том числе клещей;
- средства защиты от солнца с SPF 50;
- одеяло для выживания: оно лёгкое и может оказаться незаменимым в чрезвычайной ситуации;
- две пары перчаток, одни из них должны быть тёплыми и водонепроницаемыми;
- принадлежности для приготовления/употребления еды.

Документы для участия

- паспорт или водительские права;
- медицинская страховка (рекомендательно);
- справка от врача.