

Турклуб МГУ им. М.В. Ломоносова

Отчёт о пешем путешествии по Ютунхеймену (Норвегия), проведенном с 6 по 19 августа 2018
e-mail: ab.volikov@gmail.com



Вид туризма: пеший

Район: Юго-Запад Скандинавских гор, массив Ютунхеймен (Норвегия)

Категория сложности: 1

Количество участников: 2

Сроки проведения: 6 августа – 19 августа

Продолжительность: 12 дней

Протяженность: 128 км

Нитка маршрута: Gjendusheim - озеро Bessvatnet - траверс Besseggen - озеро Russvatnet – пер. Hestlagerhoe (н/к) - долина реки Veo – пер. Veslgluptjonnen (н/к) - долина реки Visa – пер. Kurkjeglupen (н/к) - озеро Leirvatnet – пер. Hogvaglen (н/к) - озеро Langvatnet – пер. Rauddalsbandet (н/к) - озеро Rauddalsvatnet - долина реки Storutla - долина реки Utla - склон горы Friken - долина реки Fleskedola - долина реки Utla - кемпинг Utladalen – город Orve Ardal.

Участники:

Воликов Александр Борисович (2ГУ)

Вдовина Екатерина Владимировна (2ГУ)

Фотоальбом (Google photo):

<https://photos.app.goo.gl/DyKpEqRhQ2WYapaZ6>

Трек похода (GPSies):

<https://www.gpsies.com/map.do?fileId=nyqbrumsbpjqekcr>



1. Характеристика района путешествия	2
2. График маршрута.....	4
3. Обзорная карта.....	5
4. Описание маршрута.....	5
04-06.08 Москва – Осло - Gjendesheim	5
06-07.08 Gjendesheim –Russvatnet.....	8
08-10.08 Russvatnet – Veo.....	12
11.08 Veo - Hellstuguae.....	14
12.08 Hellstuguae –Leirvatnet.....	17
13.08 Leirvatnet – Ruaddalsvatnet.....	18
14-15.08 Ruaddalsvatnet - Storutla	21
16.08 Storutla – Fleskedola	22
17-18.08 Fleskedola – Ovre Ardal.....	23
19.08 Ovre Ardal – Осло – Москва	25
5. Итоги, выводы, рекомендации.....	26
6. Полезные ссылки.....	26
7. Снаряжение.....	26
8. Питание.....	27
9. Финансы.....	29
10. Медицина.....	29

1. Характеристика района путешествия

Ютунхеймен – горный массив, расположенный на Юго-Западе Скандинавских гор в Норвегии, а также национальный парк, в который входит значительная часть массива. Норвежский автор Aasmund Olavsson Vinje, который в течение долгого времени жил в этом районе (в хижине около озера Bygdin), дал горной местности название «Jötunheimen» в 1862 году. Согласно Vinje, «Jötunheimen» означает «дом Йотунов» – троллей-великанов. Йотунхеймен позже стал Ютунхейменом.

Физико-географическая характеристика

Площадь массива составляет примерно 3500 км², диаметр около 60 км. Преобладающие высоты – 1500–2000 м, высшая точка – гора Галлхёпигген (2469 м), самая высокая в Скандинавских горах и, в целом, в Северной Европе; в Ютунхеймене также расположены 29 высочайших пиков Норвегии. Перепад «долина – вершина» составляет, в среднем, 500-1000 метров. Горы сложены древними кристаллическими породами, расчленены глубокими долинами. В Ютунхеймене насчитывается до 300 каровых и карово-долинных ледников общей площадью около 330 км², но ледники постепенно отступают. Массив граничит с Согне-фьёрдом, который является самым крупным в Европе, его длина составляет 204 км.

Средняя температура января составляет –9 °С, июля – +15 °С (Gjendesheim, высота 1000 м над у.м.); количество осадков составляет 1000–2000 мм в год - сказывается близость моря. Наиболее благоприятные погодные условия для пеших походов в конце июля и в августе. В июне - начале июля в горах на тропах ещё лежит снег, высотные озера зачастую покрыты льдом; в сентябре выпадает больше осадков. Высокая широта сказывается на длительности суток. В июне - июле здесь стоят белые ночи. В августе уже потемнее, но всё равно фонарик практически не нужен.

В ландшафте преобладает горная тундра с её мхами и лишайниками, по долинам рек – заросли кустарниковых форм берёзы, осины, рябины. Резко выраженная горная климатическая широтность. Леса растут до 1000 м, кустарники до 1200, травы до 1500, выше растительность скудная. Много ягод: черники, голубики, брусники. Наибольший урожай черники в августе на 1000 метрах +- 100. Выше она ещё не совсем созрела, а ниже уже опала. Голубика встречается и выше. Много грибов – подосиновиков, подберезовиков, они растут прямо на тропе, туристы и местные жители их почему-то не собирают.

Животный мир представлен многочисленными птицами, а также дикими северными оленями, которых тут оберегают, грызунов и других животных не наблюдали. В озерах водится форель. Насекомых практически нет, комары, мошки и мухи практически не встречались. Грунты также бедны на насекомых, под камнями никто не живёт.

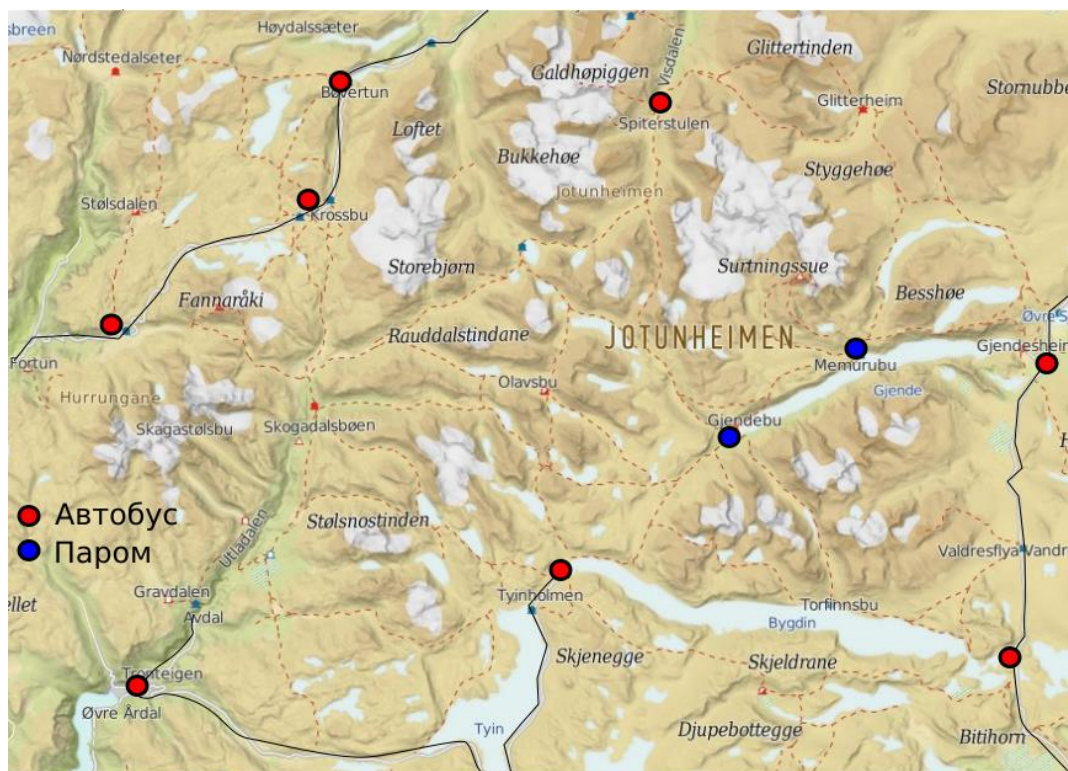
Более подробную информацию можно почерпнуть в отчетах, ссылки на которые даны в разделе «Полезные ссылки».

Транспортные возможности, проживание, формальности

Норвегия входит в Шенгенский договор, россиянам для поездки в Норвегию нужна виза, для её получения не обязательно иметь бронь на жильё, достаточно расписать подробно маршрут следования с ночевками в кемпингах. Становиться где-либо на регистрацию или выполнять какие-либо другие формальности не надо. Из Москвы прямые авиарейсы есть только до Осло. Внутри страны можно перемещаться на авиа-, железнодорожном и автотранспорте.

Добраться до Ютунхеймена можно несколькими способами. Прежде всего, это автобусы от центрального вокзала в Осло. Прямым рейсом можно доехать до приютов Gjendesheim, Tyinkrysset, Leirvassbu, до города Ovre Ardal. С пересадкой можно добраться ещё до нескольких приютов – Spitterstulen, Fondsbu, Sognefjellshuta. Можно также доехать с использованием комбинации железнодорожного и автотранспорта, доехав на жд до Отты. Ещё можно воспользоваться паромом на озере Gjende, протянувшимся на 20 км вглубь массива, чтобы добраться от Gjendesheim до приютов Memugubi и Gjendebu или обратно. Таким образом, от любой точки в массиве не более 1 дня хода до транспорта.

Автомобильных дорог, проходящих сквозь массив нет, зато проложено множество маркированных троп, что позволяет составить самые разнообразные маршруты с большим числом запасных вариантов.



Большая часть массива Ютунхеймен лежит в границах национального парка, который находится под присмотром норвежских природоохранных органов. В парке нельзя перемещаться на моторизованном транспорте, жечь костры с апреля по октябрь, мусорить. Из-за риска распространения эпидемий среди диких животных рекомендуется омыть обувь перед входом в парк и после выхода с его территории. Мы весь мусор носили с собой, не сжигая, и выкидывали, проходя кемпинги. Для охоты и рыбалки нужна лицензия. Главный принцип – оставить после себя всё так, как было. Разрешается собирать грибы, ягоды (но все, почему-то, этой возможностью пренебрегают). Ставить палатки свободно можно в любом месте, которое не является частной территорией, на расстоянии не менее 150 м от любых домов (включая кемпинговые фургоны); впрочем, это правило относится ко всей территории Норвегии в целом. Тем не менее, большинство посещающих парк туристов предпочитают пользоваться услугами кемпингов. Явных площадок под палатки встречается мало, чаще всего место нужно искать и готовить, подтаскивая камни для растягивания тента.

Мобильная связь в горах ловит только в оживлённых долинах, в которые проходит дорога к кемпингам, например в Spiterstulen, но быстро угасает при подъёме вверх по долине. Рассчитывать на неё не стоит. Вместе с тем, обширная сеть кемпингов, до которых можно довольно быстро добраться и позвать на помощь, позволяет достаточно безопасно ходить без связи.

Политическая и социальная ситуация

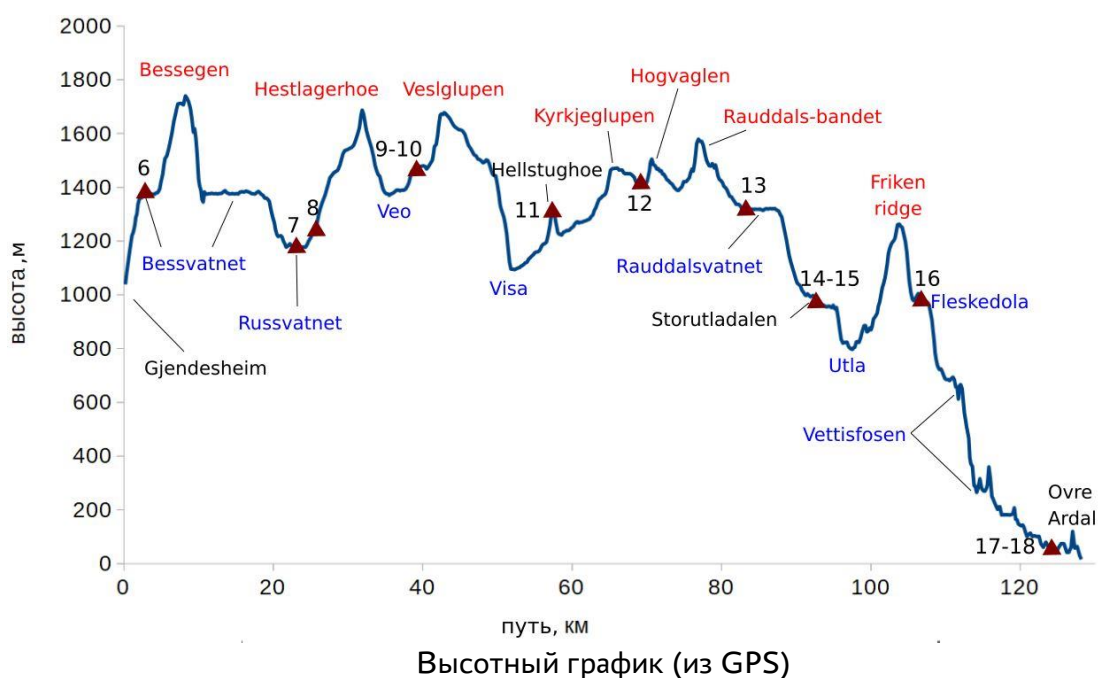
Политическая и социальная обстановка спокойная в целом по Норвегии. Летом в страну приезжает множество туристов, в том числе ради того, чтобы посетить горные районы. Но большинство людей, которых встречаешь на тропе – норвежцы, у них трекинг развит и популярен, многие ходят с детьми. Это улыбчивые, приветливые и вежливые люди. Отношение к иностранцам положительное. Большинство норвежцев отлично говорит на английском языке.

Туристические возможности

Ютунхеймен - отличное место для проведения походов самой разной сложности. Если Ваша цель – неспортивная прогулка, можно построить логичный и красивый путь по трекинговым тропам; но можно спланировать и спортивный маршрут, включив в план ледники и восхождения на вершины. Зимой здесь можно заниматься скитуром и лыжным туризмом. Можно провести в этом районе и непродолжительное путешествие - сходить недлинный трекинговый маршрут или забраться на одну из вершин. Многие жители равнинной части Норвегии приезжают сюда на выходные.

2. График маршрута

День	Дата	Участок	Подъем, м	Спуск, м	Расстояние, км	ЧХВ, ч
	4.08	Москва – Осло				
	5.08	Экскурсии по городу Осло				
1	6.08	Осло - Gjendusheim - озеро Bessvatnet	453	70	3.8	1:32
2	7.08	м.н - траверс Besseggen - озеро Bessvatnet - озеро Russvatnet	665	859	19.1	6:18
3	8.08	озеро Russvatnet. Отсидка	87	22	2.6	0:46
4	9.08	м.н - перевал Hestlagerhoe (н/к) - долина реки Veo	601	381	14.9	4:54
5	10.08	отсидка				
6	11.08	м.н. - перевал Veslgluptjonnen (н/к) - долина реки Visa	535	682	17.1	6:12
7	12.08	м.н. - перевал Kyrkjeglupen (н/к) - озеро Leirvatnet	307	212	11.1	3:43
8	13.08	м.н. - - перевал Hogvaglen (н/к) - озеро Langvatnet - перевал Rauddalsbandet - озеро Rauddalsvatnet	424	519	14.1	5:37
9	14.08	м.н. - - долина реки Storutla	84	396	8.7	2:55
10	15.08	отсидка				
11	16.08	м.н. - - долина реки Utle - склон горы Friken - долина реки Fleskedola	729	728	14.8	6:02
12	17.08	м.н. - - долина реки Utle - кеминг Utladalen - Orve Ardal	201	1208	21.8	7:58
	18.08	отдых в кемпинге Utladalen				
	19.08	Utladalen – Orve Ardal – Осло - Москва				
			4086	5077	128	46:02



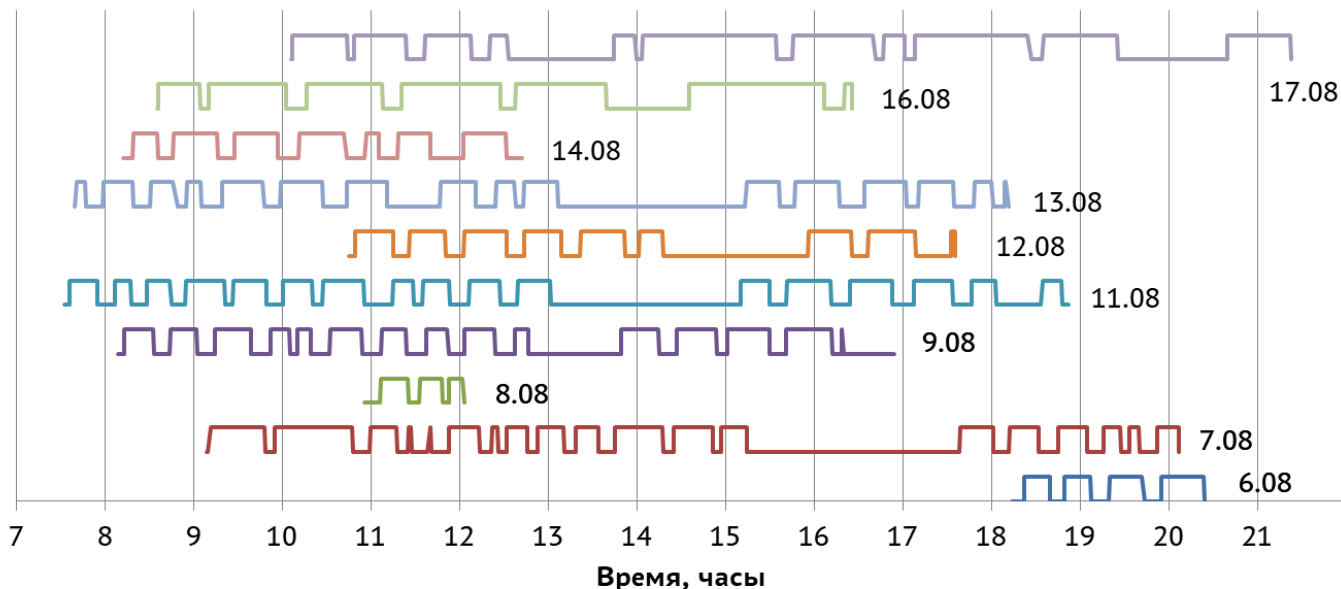
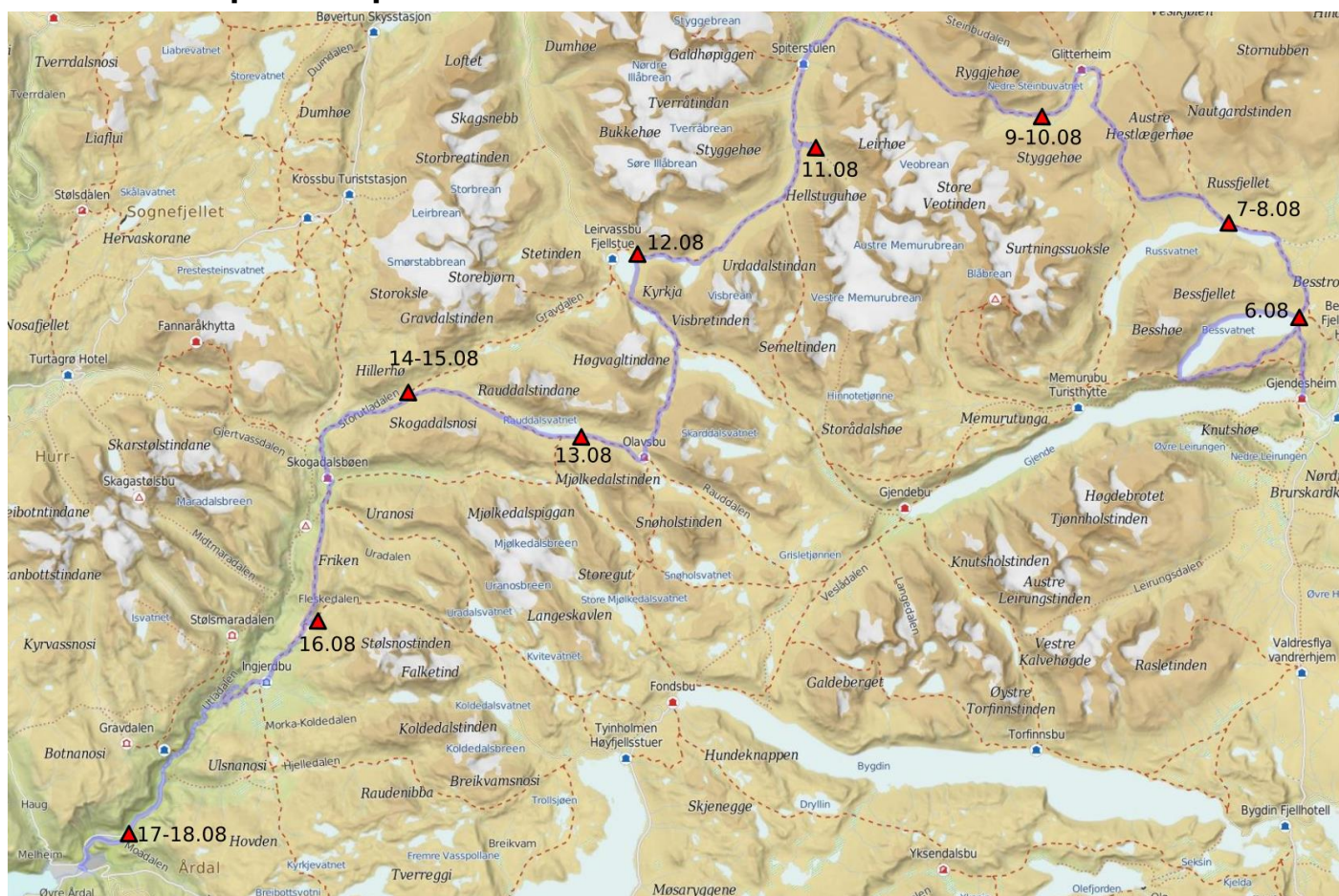


График движения (из GPS, провал – привал, обед)

3. Обзорная карта



4. Описание маршрута

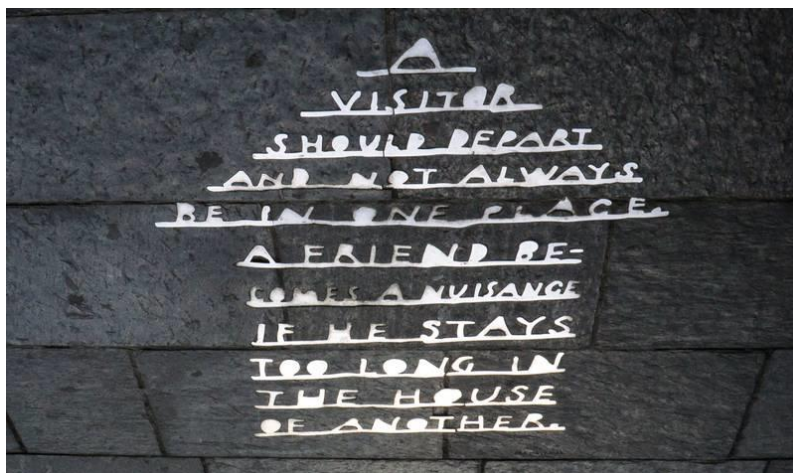
04-06.08 Москва – Осло - Gjendesheim

Идея поехать в Норвегию возникла за два месяца до поездки. У нас были открытые Шенгенские мультивизы, и мы решили воспользоваться случаем и посетить какую-нибудь Европейскую страну без дополнительных барьеров. Норвегия привлекла своей знаменитыми природными достопримечательностями, нежарким летом, удобной инфраструктурой, безопасностью. Разрабатывать поход начали меньше чем за месяц до поездки, выбрали массив Ютунхеймен на Юго-

Западе Норвегии как наиболее горный, к тому же, со множеством вариантов для простых и логичных маршрутов.

04.08. Мы летели в Осло рейсом Аэрофлота с вылетом в 18:25 из Шереметьево в субботу, что позволило посвятить утро субботы доупаковке еды, снаряжения и собиранию рюкзака. С мыслями, что мы что-то обязательно забыли, выдвинулись после обеда в аэропорт и благополучно прилетели в Осло к 20 часам по местному времени. Аэропорт Гардермуэн в Осло новый, красивый и удобный. Без проблем прошли таможеню, получили багаж. При выходе из зелёной зоны слева есть обменник валюты, мы меняли евро на кроны, курсы обмена доллара и рублей хуже. Поменять валюту можно и в городе в банках, но это требует дополнительных движений, а курс примерно тот же.

До города можно добраться на автобусе, аэроэкспрессе и на обычных поездах NBS, последние самые дешёвые, но нужно посмотреть на схеме движения поездов нужные линии. Билеты купили в автоматах, которые расположены неподалёку от выхода на жд платформы, один билет стоит 101 крону, валидировать их не надо. Вышли на платформу, нашли вмонтированный в мощение платформы оригинальный образчик норвежского остроумия – надпись, призывающую не злоупотреблять гостеприимством.



Скоро прибыл наш поезд, и через 25 минут мы добрались до центра города. В большом здании вокзала/торгового центра расположено несколько магазинов, которые работают чуть ли не круглосуточно, в том числе в воскресенье. Это Joker – обычный скромный минимаркет со всевозможными товарами, где мы купили хлеб, салат, йогурты и пару консервов, и Narvesen, где можно купить разный готовый фаст-фуд, шоколадки и прочее. Также в Narvesen можно купить почтовые марки, открытки и сувенирку (почтовый ящик есть при выходе из вокзала под часовой башней). В городе есть и большие сравнительно дешёвые (по норвежским меркам) супермаркеты – Rema1000, Kiwi, но они в субботу закрываются раньше, а воскресенье не работают совсем, как и многие другие магазины, например, магазины спорттоваров, где продаются газовые баллоны. Поэтому, если нужно закупаться и сразу выезжать в горы, то оптимально прилетать в Осло в пятницу вечером/субботу утром, чтобы успеть купить еду и газ, а в обед выехать. Мы же решили провести один день в Осло, чтобы спокойно по нему погулять, а в горы выехать в понедельник в обед.



Прямо рядом с вокзалом стоит реалистичная бронзовая статуя тигра (на фото слева).

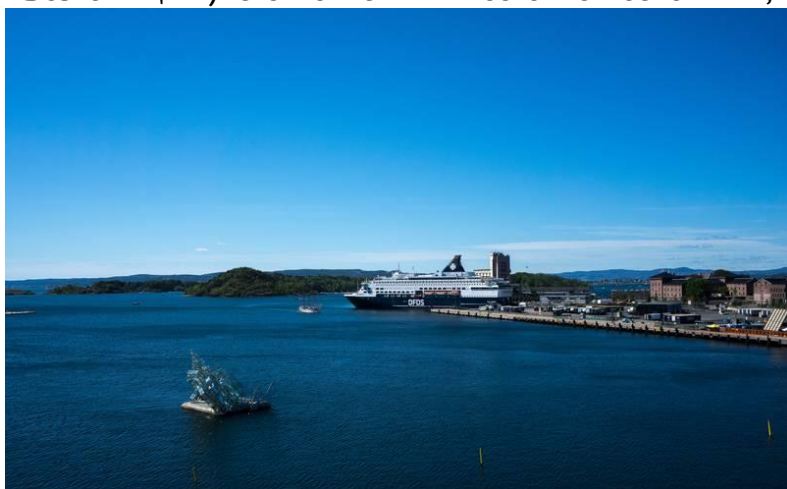
Мы пошли заселяться в наш отель неподалёку от вокзала, Oslo Citybox, особенностью которого было отсутствие привычной стойки регистрации. Вместо этого стояли автоматы самостоятельного обслуживания. Вбили номер брони, оплатили проживание карточкой, автомат нам выдал ключ-карточку, и мы благополучно заселились. В Осло также есть и кемпинги, которые позволяют более экономно разместиться, например, Ekeberg Camping,

расположенный также вблизи от центра.

05.08. Маршрут экскурсии по Осло заранее не прорабатывали, пошли просто гулять куда глаза глядят. Для начала вышли на набережную, где расположен национальный оперный театр – интересное творение современной архитектуры, построенное в 2008 году.



Здание выполнено в виде наклонных террас, по которым можно выйти на крышу. С крыши открывается чудесный вид на Осло-фьёрд. В море стоят круизные лайнеры, повсюду снуют легкие катера, бросает солнечные зайчики на волны скульптура «She Lies» Моники Бонвичини (переводят как «Возлежащая»)- стекло и сталь на бетонном основании, которое движется под воздействием волн.



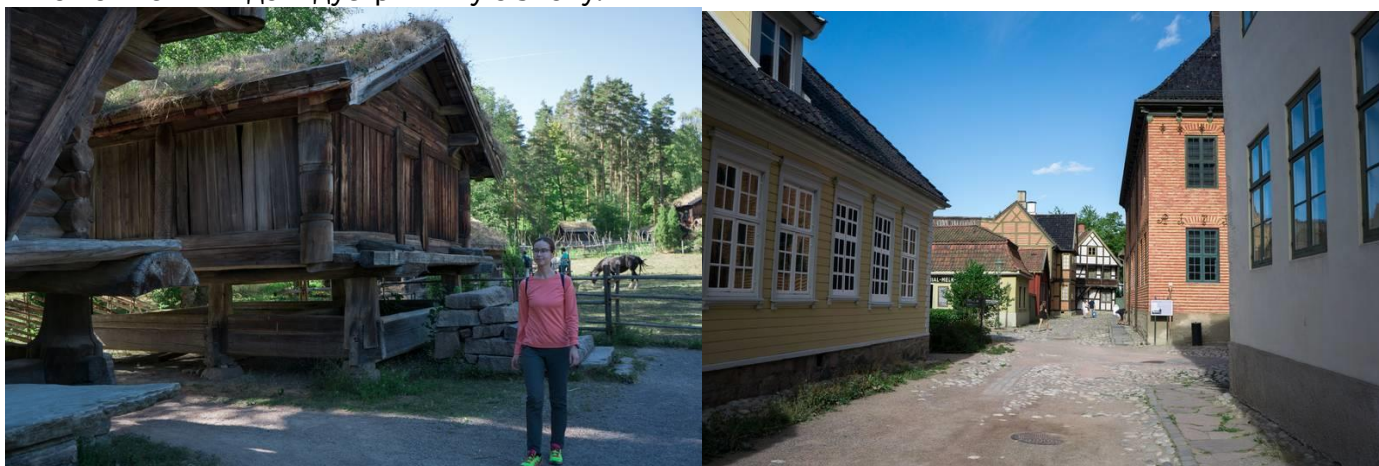
Мы спустились вниз и прошли вдоль набережной в новый район на восточной части фьёрда. Архитектура интересная, каждый дом выглядит свежо и по-своему. Прошли по новому району и вернулись обратно в центр, где двинулись по главной пешеходной улице Осло – Karl Johans gate. Она ведёт от вокзала к Дворцовому парку и проходит мимо Кафедрального собора, Норвежского парламента и Национального театра. Тут же расположено множество кафе, магазинов с разными сувенирами и различных бутиков.



Прошли через Дворцовый парк, с сожалением заметили, что на дорожках лежит множество опавших листьев, здесь уже чувствуется дыхание осени. Дворец охраняют brave гвардейцы и гвардейки (sic!). Потом пошли в парк скульптур Вигеланда, по пути купив мороженое (очень дорогое, очень вкусное). Скульптуры очень интересные, выполнены в бронзе и камне. В конце парка - примечательные солнечные часы (на один час отстают).



После парка пешком прошли до полуострова Бюгдэй, где расположены главные музеи Осло: музей полярного судна Фрам, морской музей, музей Кон-Тики, музей кораблей викингов и историческо-национальный музей Норвегии, куда пошли мы. Вход для взрослых стоит 130 крон. Музей делится на 2 части: традиционная этнографическая (ремесленные орудия, оружие, украшения) экспозиция в здании плюс выставка традиционной архитектуры под открытым небом. Здесь расположены около сотни различных деревянных сооружений разных эпох, которые сюда перенесли; кроме того, часть площади выставки занимает «типично норвежский» городок 19-нач.20 века. С первого взгляда может показаться, что деревянные лачужки и городские домики, как подобает музейному экспонату, необитаемы, но это не так: некоторые постройки населяют персонажи из соответствующего периода, имена которых можно узнать на табличках возле дома. Здесь можно увидеть народные танцы, услышать традиционную музыку и одним глазком взглянуть на жизнь такой, какой она была в доиндустриальную эпоху.



После музея мы порядком устали и двинули в отель отдыхать. Можно доехать на автобусе, мы же для разнообразия воспользовались речным трамвайчиком (60 крон), который отходит неподалёку от музея Кон-тики и Фрама. Вечером ещё раз закупились продуктами в Joker-е и спокойно провели остаток дня в отеле.

06.08. На следующий день был понедельник – день нашего отъезда в горы, и у нас была задача купить колбасу, сыр и газ (о запрете на ввоз мяса и молока в Норвегию см. п. 8, «Питание»). Продуктовые открываются рано – в 7 утра, мы пошли в Rema1000. Взяли 5 палок колбасы 220грамм разных видов за 60 кронн/штука и две упаковки сыра Чеддер 180 грамм за 60 кронн/штука и две упаковки пармезана 120 грамм за 40 кронн/штука. Получилось довольно дорого, но в походе мы нисколько не жалели об этом – продукты очень качественные и вкусные. За газом зашли в спортмагазин Intersport, взяли 2 баллона 450 грамм и 1 на 250 грамм - вышло 330 крон. Вернулись за вещами в отель и выдвинулись. Автовокзал расположен рядом с железнодорожным (соединен с ним проходом). Без труда по настенной навигации нашли нужную платформу, загрузились и около 13.00 выехали. Автобусы тут комфортные, есть wi-fi, туалет.

06-07.08 Gjendesheim –Russvatnet

06.08. Приехали в Gjendesheim около 18.00 часов, в пути автобус делает одну крупную остановку на 15 минут на станции Fagernes. Погода стояла хорошая, вскоре пошёл несильный дождик.

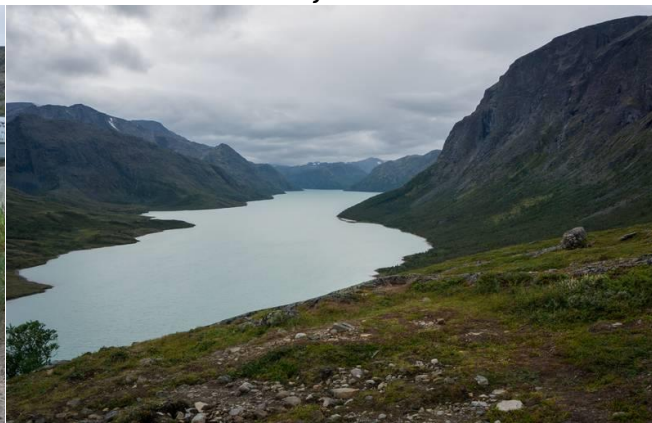


На старте сделали общее фото и пошли по трек. От приюта идёт крутая тропа с фрагментами лестницы, выложенной камнями, несмотря на довольно большой уклон и полные рюкзаки, взбираться легко. Под ногами растут черника, голубика и брусника. Тропа хорошо размечена, кроме того, трек Gjendesheim – Bessegen – Memugubi – один из самых популярных в Норвегии, от этого дорога сильно натоптана. Да и работники Норвежской ассоциации трекинга – DNT хорошо следят за всеми размеченными треками, постоянно обновляют краску на метках, в сложных местах пытаются упростить задачу – делают импровизированные мосты, подкладывают камни. Потерять тропу сложно, как правило, с одной метки видны 2-3 следующих. Кроме того, на развилках троп стоят указатели, так что навигатор при хождении по трек нужен разве что в сильный туман.

Основная тропа идёт сразу же на ребро Bessegen, мы же планируем дойти до озера Bessvatnet, где переночуем, а на следующий день

уже налегке совершим траверс ребра, поэтому после указателя выходим по правой тропинке.

Gjendu



За две ходки по 20 минут от старта мы набрали 300 метров, после чего тропа выполаживается и идёт к озеру с чередующимся спусками и подъёмами. В 20.30 дошли до озера, перешли мостик через реку Vessa и ставим палатку на её левом берегу недалеко от тропы. Воду для готовки брали из речки.

07.08. На следующий день отличная погода, солнечно. Неспешно собираемся и на траверс ребра Bessegen выходим около 9 утра. Идём налегке, с собой решили взять только аптечку и ценные вещи, а всё остальное оставить в палатке, надеясь на всеобщую порядочность. Подходим под гребень, быстро находим нужную тропу и начинаем подъём. Тропа достаточно пологая, проходит по слежавшейся осыпи. Где-то за час хода выходим на гребень.

Стоянка на озере



После выхода на гребень нужно пройти на запад до основной вершины Veslfjellet (1743 м), на которой стоит громадный тур, который мы назвали «Апофеоз туризма». От него начинается спуск вниз к ребру, до осыпного жандарма на 1638 м, после чего спуск становится крутым, и открываются великолепные виды на озера Gjendu и Bessvatnet. Они разноцветные, Gjendu бирюзовое, а Bessvatnet - темно-синее, разница высот между ними составляет почти 400 метров. К этому времени начинается активный встречный поток туристов, которые идут от приюта Memuburu до Gjendesheim. Места очень популярные и красивые. О гребне Bessegen писал Генрик Ибсен в пьесе «Пер Гюнт» в 1867 году:

А ты видала
 Этот Гендин-то хребет?
 И конца ущельям нет,
 И утесов нет острей,
 Бездны, глетчеры, лавины!
 Мы с оленем для начала,
 Сизый воздух рассекая,
 Понеслись, нельзя быстрей,
 Аж до самой до вершины.
 Внове скачка мне такая;
 Огляделся я вокруг,
 А навстречу, вижу вдруг,
 Лучезарные светила,
 Скопом выйдя в небеса,
 Светят так, что ослепило, -
 Чуть не вытекли глаза.
 А огромные орлы
 В непроглядной этой дали,
 Как пушинки среди мглы,
 Невозвратно пропадали.
 Снежные крушились глыбы,
 И с вершин вода лилась.
 Целый ад пустился в пляс!
 Право, спятить мы могли бы.



Спуск по ребру довольно крутой, с элементами простого лазанья. В некоторых местах спускаться спиной к слону некомфортно, влево и вправо уходят обрывы. В плохую погоду тут не помешает страховка. Впрочем, сложность невысокая, по крайней мере, по мнению норвежцев, которые проходят этот маршрут с детьми 8-10 лет и с собаками.



Спускаемся до перемычки, разделяющей два озера, на юг она заканчивается обрывом. Некоторые пытаются туда заглянуть, ограничителей тут нет.

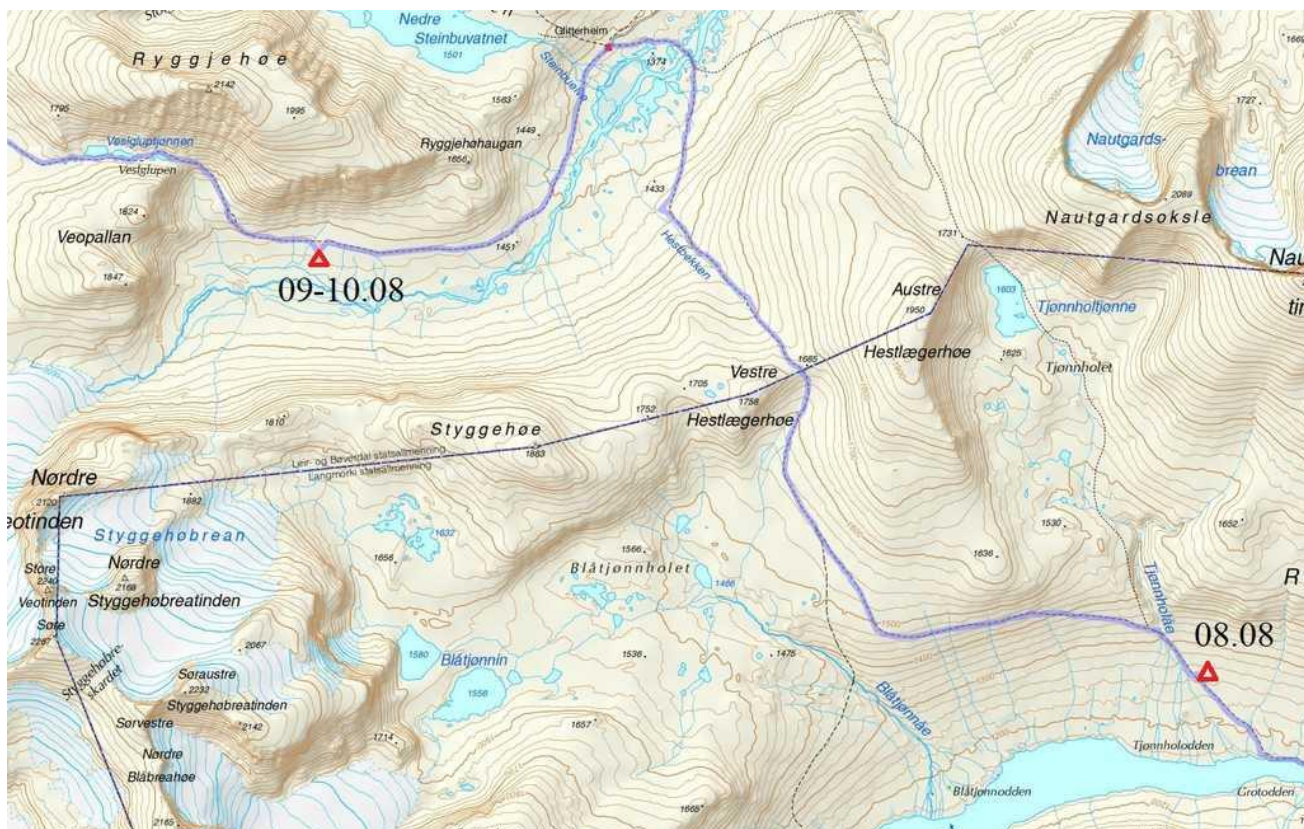


После перемычки выходим на западный берег озера Bessvatnet. Здесь нет размеченного трека, но есть тропы, которые периодически теряются, проходят через фрагменты слежавшейся крупноблочной осыпи и болотам. Расстояния обманчивы, создается впечатление, что до места ночевки рукой подать, вскоре после движения по берегу начинаешь видеть противоположный край озера. Но реальное расстояние от перемычки до истока реки Bessa составляет 7 км, поэтому шли этот участок более 2 часов и вернулись к палатке только в 15 часов. Итого на траверс у нас ушло 6 часов общего времени, примерно 4 часа ЧХВ.

Пообедали, отдохнули, собрали лагерь и выдвинулись дальше уже ближе к вечеру, в 17:30 в сторону озера Russvatnet. Вначале тропа плавно набирает, но уже через километр показывается долина реки Russa, вытекающей из озера. В долине пасутся овцы. На их шею надеты колокольчики, которые громко звенят на всю округу и будят по утрам. Также вдоль тропы растёт голубика. Некрутой спуск приводит к мосту через реку (один из норвежских аналогов лос-анжелесских Золотых ворот). С другой стороны располагается приют. Мы решаем пройти ещё на запад вдоль озера прежде чем встать на стоянку. Находим удобное место в километре дальше и ставимся на стоянку в 20.10. День получился длинным.



08-10.08 Russvatnet – Veo



08.08. Утром долго спим, потом завтракаем, погода - непонятная, над горами стоит плотная облачность, но дождя нет, поэтому собираемся и выходим. Через короткое время (в 11 часов) начинает накрапывать дождик, вскоре он усиливается, приходится надеть куртки и непромокаемые штаны. Спустя некоторое время понимаем, что кончатся он не собирается, идти под дождём на перевал нам не хочется, поэтому решаем переждать. Быстро ставим палатку неподалёку от речки, оставшийся день отдыхаем и наслаждаемся «вынужденной отсидкой». Читаем вслух «Люди Севера» Джона Хейвуда – книгу об истории викингов и становлении скандинавских и европейских государств, норманнских поселений Исландии, Гренландии, открытии Северной Америки, влиянии викингов на Русь.

Дождь идёт весь день с небольшими перерывами. Облака поднимаются, и даже иногда проглядывает солнце, к ночи дождь прекращается совсем.



09.08. Утром хорошая погода. Выглянув из палатки, видим северных оленей, которые пасутся невдалеке, они нас замечают и вальяжно убегают подальше. Быстро собираемся и выходим в 8.20 в сторону перевала, лежащего между Vestre Hestlagerhoe и Austre Hestlagerhoe – Hestlagerhoe. Тропа сначала идёт вдоль речки и приводит к подвесному мостику через неё. Затем идёт траверсом на запад и выводит в широкий цирк Blåtjønholet. По дороге открываются виды на озеро Russvatnet и окружающие вершины – Besshoe (2258), Gloptinden (1678), Austre Surtingsssue(2078).



Цирк довольно пологий, открываются виды на массивы Surtnigssue (2368), Styggehobreatinden (2232), Veotinden (2240), ледники под ними – Blabrean, Styggehobrean и озера Blatjonin. Тропа доходит до развилки – одна ведёт в приют Glitterheim, другая в Memugubu, стоит указатель. Начинают встречаться встречные туристы, идущие от Glitterheim. Вскоре доходим до перевального подъема, который представляется собой метров 100 слежавшейся осыпи с явной тропой. Выходим на перевал (н/к 1685 м). Съедаем шоколадку, фотографируемся на фоне Glittertinden (2457) – второй по высоте горы в Северной Европе – и начинаем спуск.



Спуск по маркированной слежавшейся среднеблочной осыпи, достаточно пологий. Вскоре появляется в поле зрения ручей Hestbekken, он быстро набирает силу и бежит через каньон с небольшими водопадами. Мы же выходим на выполаживание, где устраиваем обед. На месте обеда вполне пригодные площадки для постановки бивака, хороший вид на долину реки Veo, которая замыкается горой Leirhoe (2330) с обширными ледниками под ней. Напротив через речку вершина Glittertinden и приют Glitterheim. Пасутся храбрые олени.



После обеда спускаемся к речке, переходим её по мосту, проходим через приют. Над приютом шумит водопад, образуемый речкой, стекающей с озера Steinbutatnet, находящегося на плато выше.

Идём по пологой тропе вдоль левого берега Veo, к 16:30 выходим на выполаживание, где решаем ставить лагерь. Открывается красивый вид на ледник Veobrian, вершину Veobriatinden (2183), на разливы реки. Моемся и стираемся в ручье неподалёку, отдыхаем.



10.08. На следующий день с самого утра дождь с небольшими перерывами. Облака спустились до высоты 1600 метров, с гор стекают многочисленные ручьи, с противоположного борта долины слышны камнепады. Решаем отсиживаться. К вечеру ветер усиливается, порывистый ветер становится шквальным и угрожает погнуть дуги палатки. Поддерживаем тент изнутри, ставим трекинговые палки для усиления конструкции, вроде помогает. Непогода утихает лишь глубокой ночью.

11.08 Veo - Hellstuguae



Утром хорошая погода. Над горами висит небольшая облачность, но дождя нет. Решаем побыстрее собраться и пойти дальше. Выходим в 7.30, пологая травянистая тропа постепенно становится крутой и осыпной. Подходим под перевальный взлёт, набираем 100 метров по слежавшейся среднеблочной осыпи. Слева от трека небольшой водопад. Выходим на перевал, который представляет собой вытянутый ряд озёр Vesgluptjonnen (н/к, 1678 м).

Перевальный взлёт



Первое озеро трек обходит с севера, затем переходит на южную сторону. Далее он идёт по слежавшейся крупноблочной осыпи, иногда приходится подлазить, выбирать оптимальный путь. После перевала трек выводит на обширное осыпное плато Skautflye и ведёт по нему 6 километров с плавным сбросом высоты. С юга плато обрамляет горный массив с обширным оледенением и высотой в районе 2000-2300 метров.



Вскоре слева от трека показывается озеро Leirtjonne (1530 м). Из озера вытекает речка, через которую вскоре переходим по камням в районе разлива. Местами камни скользкие, из-за чего один из нас подскользнулся и промочил ботинок. После перехода речки, трек идёт с чередой небольших наборов и спусков и подходит к окончанию плато на высоте около 1420 метров. Далее тропа ведёт вниз к долине реки Visa. Galdhoriggen (2469) напротив скрывается в облаках. Здесь ловит мобильная связь, поэтому мы пользуемся возможностью отослать sms. На середине спуска находим удобное место и устраиваем обед с красивым видом в долину.



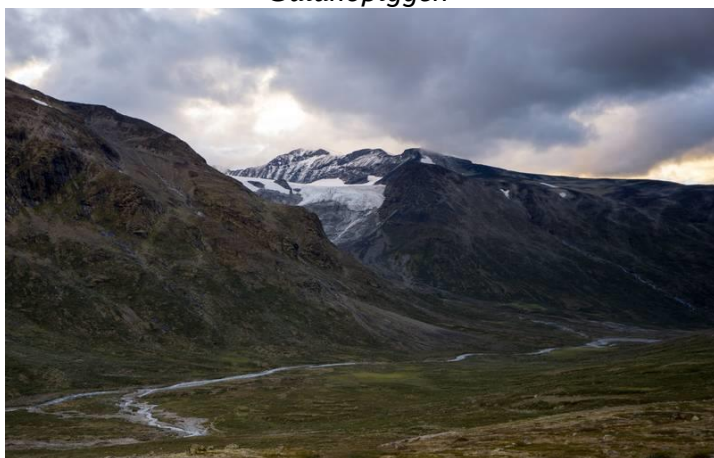
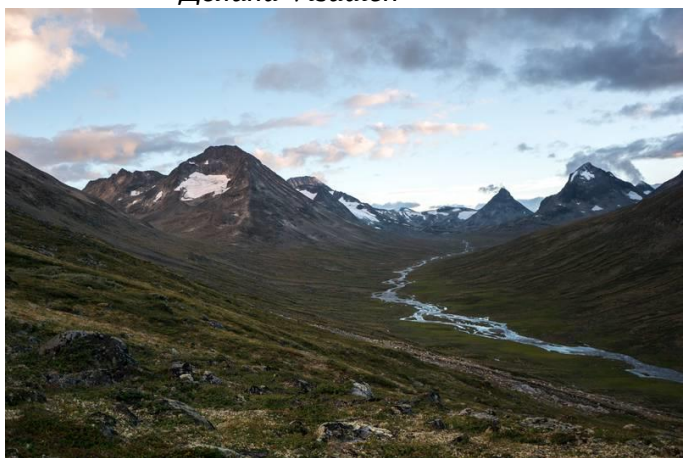
После обеда спускаемся к асфальтовой дороге и по ней проходим приют Spitterstulen. Приют большой и пользуется популярностью, здесь множество жилых домиков на любой вкус, есть столовая, специальная комната для сушки вещей. Сюда ездит автобус из города Lom.



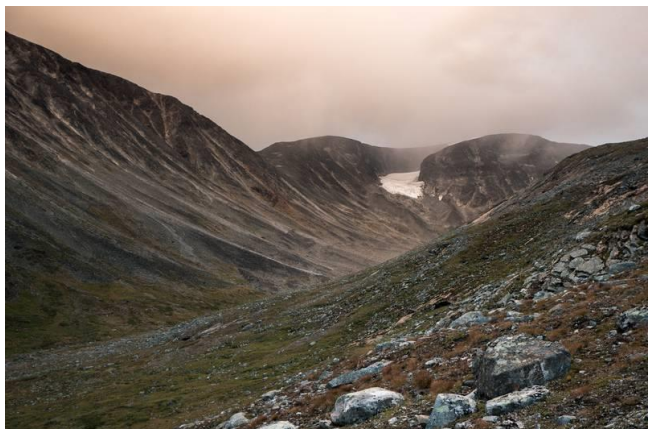
На выходе из приюта стоит табличка, запрещающая ставить палатке в пределах 1 километра. Идём по тропе вверх по пологой долине, периодически тропа проходит через участки заболоченности и пересекает несколько крупных ручьев. Речку Hellstuguae переходим по мосту и поднимаемся вверх вдоль левого берега, чтобы выйти на пологое ребро горы Hellstughoe, где у нас запланирована ночевка. По дороге проходим мимо мощного водопада в каньоне речки. Находим пологое место и в 18.40 ставим лагерь. Вечером хорошая погода, несколько сот метров вверх по пологому ребру – и можно рассматривать вид в сторону долины Visdalen, которая заканчивается горой Kirkja (2032) в виде острой правильной пирамиды. Также хорошо видны горы Store Urdalstinden (2116) на левом борту долины и Tverrbutthornet (2102), Store Bukkeholstinden(2213), Styggehoe (2200), Galdhopiggen (2469) с языком ледника Svellnosbrean на правом борту. В долине Hellstugue видна Store Memurutinden(2364) с ледником. Рядом с палаткой пасутся молодые любопытные олени, один из них, приняв нас, подошел к нам на расстояние всего лишь двух метров, но образумился и убежал.

Долина Visdalen

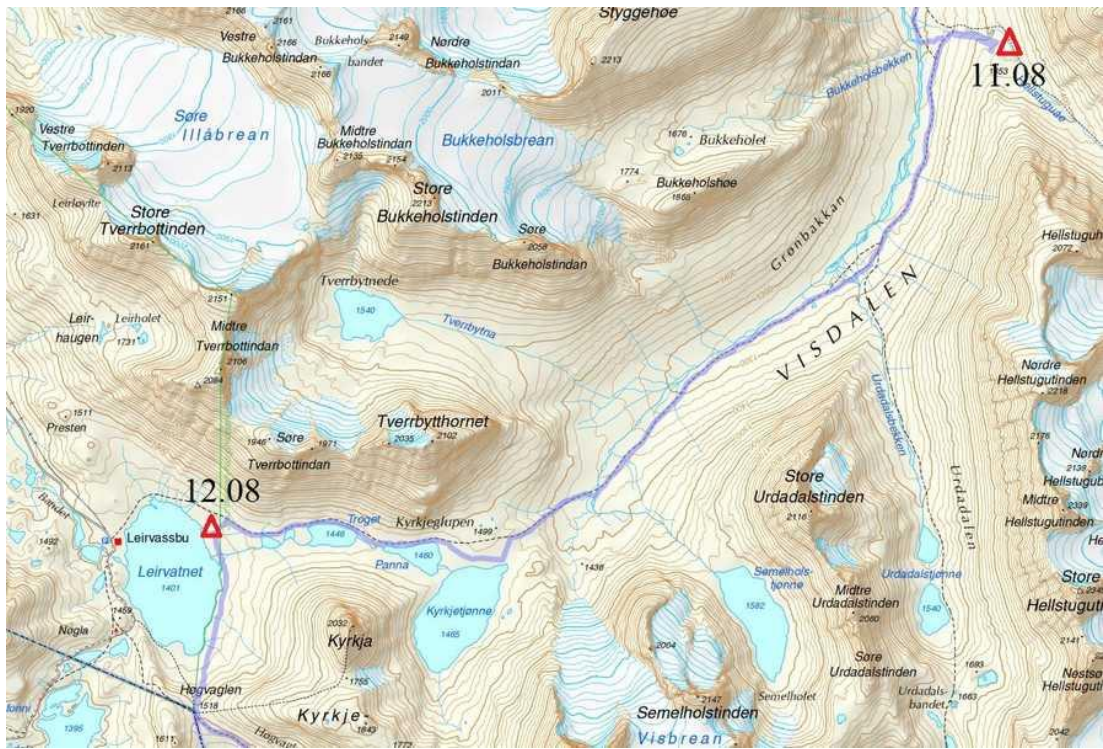
Galdhopiggen



Memurutinden



12.08 Hellstuguae –Leirvatnet



Утром долго спим и выходим только в 10:45. С утра немного облачно, верх долины в облаках, но дождя нет. Спускаемся в долину, выходим на тропу и по ней идём вверх. Подъём плавный, с заболоченными участками. Открывается чудесный вид на верховье долины. Переходим по камням в местах разлива реку Urdalsbekken и реку Visa, берущую начало из ледника Visbrean и озера Semelholsejonnen. Подходим под некрутой перевальный взлёт, который быстро преодолеваем и выходим на широкий перевал Kyrkjeglugen (н/к 1475 м), с которого видны гора Visbretinden (2234) с ледником Visbrean, вершина Kyrkja (2032) и озеро Kyrkjjetonne (1465). На берегу есть удобные места для ночевки (с ветрозащитной стенкой и рукотворной стелой непонятного назначения), обедаем.

Kyrkja, Tverrbythornet, Bukkeholstinden



Visbretinden



Kyrkja

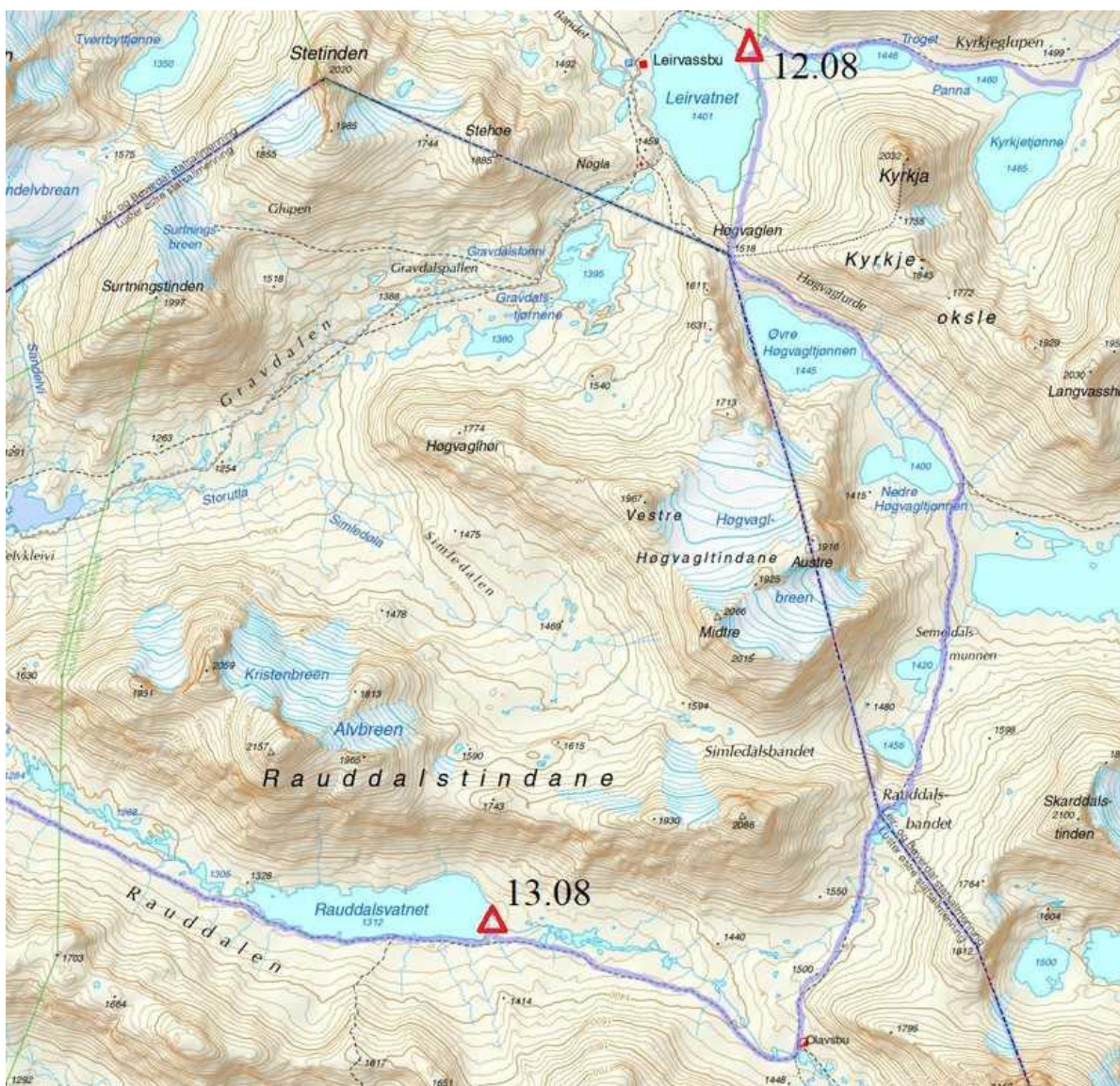


После обеда спускаемся вдоль цепочки озёр Panna (1464), Troget (1446) к большому озеру Leirvatnet (1401). Трек идёт с севера от озёр, довольно продолжительные участки крупноблочной слезавшейся осыпи, по которой движение замедляется. Вскоре выходим к Leirvatnet, понимаем, что для прохождения перевала Høgvaglen нет смысла делать крюк с заходом в приют, поэтому ставим лагерь не доходя до него около 1 км около 17:30 вечера. Предварительно сходили и посмотрели речку, впадающую в озеро с востока, убедились, что она легко преодолима.

Стоянка на озере Leirvatnet



13.08 Leirvatnet – Ruaddalsvatnet



На следующий день утром слегка подморозило – на траве иней. Погода хорошая, ясно. Собираемся и выходим в 7:40. Вскоре доходим до речки, которую бродим босиком, поток воды слабый, камни пологие и немного скользкие. Далее идём вверх к перевалу. Он достаточно пологий, идём напрямик через слежавшуюся крупноблочную осыпь, постепенно набирая высоту. Вскоре доходим до фрагментов скал с пологими плитами, по ним выходим сначала на снежник, а вскоре и на перевал (н/к 1518 м).

Вид на перевал



С перевала открывается великолепный вид на озеро Оvre Hogvagltjonnen (1445). На юго-западе обрамляет озеро массив Hogvagltindane (2066). С перевала по осыпи идёт неясная тропа на вершину Куркја, сначала пологая до перевала (1755 м) между Куркја и Куркја-олсле, затем более крутая на вершину, маршрут уровня 1А-1Б. Мы же решаем обойтись на этот раз без горвосходительства и идем вниз. Тропа идёт с северо-востока от озера Оvre и приводит к следующему озеру Nedre Hogvagltjonnen (1400), где стоит указатель с развилкой. Мы идём в сторону Olavsbu через перевал Rauddalsbandet. Переходим речку по камням и поднимаемся по тропе на плато Semeldalsminnen с живописным озером (1420) под вершиной 2086, здесь хорошие места для стоянки. Поднимаемся выше до следующего озера (1456), характер тропы меняется на осыпной, хорошо виден наш перевал и перевал Simledalsbandet, на который тропы нет.

Вершина 2086

перевальный взлёт



Подходим под перевальный взлёт. Подъём довольно крутой, местами с элементами лазанья, но встречаются импровизированные ступеньки, которые соорудили сотрудники DNT в некоторых особо крутых местах. На перевале (н/к 1580 м) ряд озёр, стоит солнечная безветренная погода, в одном из озёр купаемся, здесь же и обедаем. С перевала можно взойти по довольно пологому гребню на вершину Skardallstinden (2100, 1A), либо по более крутому на безымянную вершину высотой 2086 (1Б–2А).

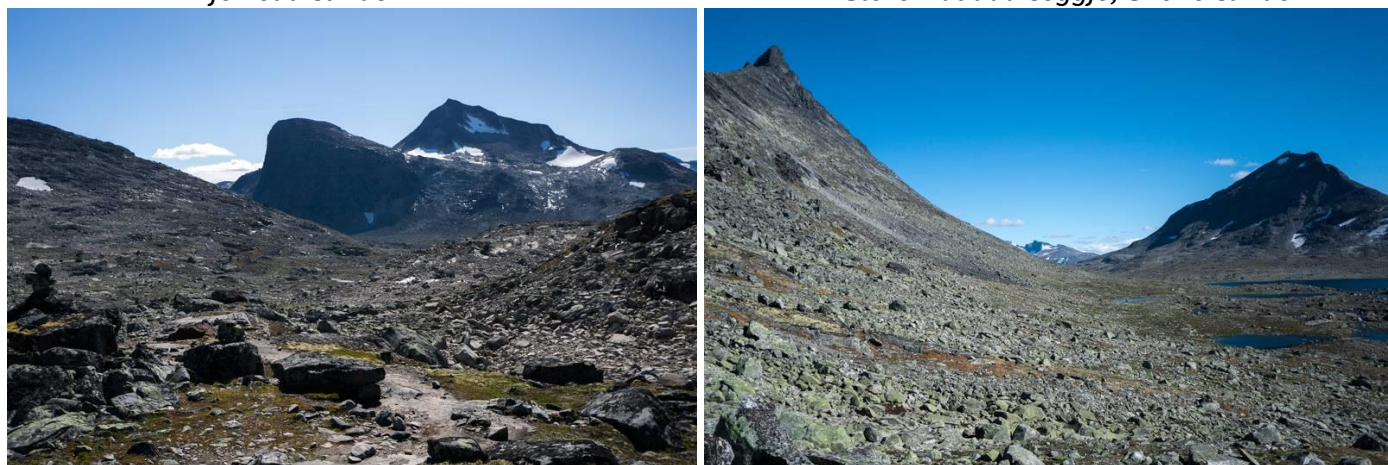
Вид на Mjolkedalstinden с озера на перевале



После обеда продолжаем путь по треку, который ведёт к приюту Olavsbu, трек проходит по слежавшейся крупноблочной осыпи, местами не очень удобен. Вскоре доходим до приюта, переходим по мостику на южную сторону долины Rauddalen и продолжаем спуск на запад к озеру Rauddalsvatnet (1312). Пологая тропа вскоре нас приводит к озеру, где мы находим хорошее место под палатку рядом с берегом и ставимся в 18:00.

Mjolkedalstinden

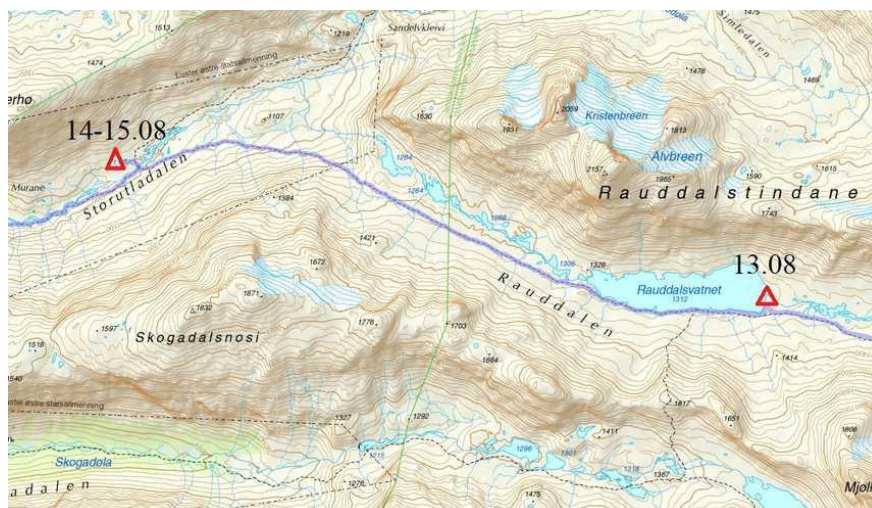
Store Rauddalseggje, Snoholstinden



Долина Rauddalen



14-15.08 Ruaddalsvatnet – Storutla



14.08. Прошедший день оказался насыщенным и тяжелым, с трудом встаём в 7, выходим в 8:20. Погода хорошая. Выходим на пологую тропу, идущую с юга от озера, и идём вниз по долине. Из озера вытекает речка, которая во многих местах разливается, образуя небольшие озерца. Вскоре доходим до конца долины, где она переходит в долину Storutladalen. Замыкает долину с запада массив Styggedalstindane (2387). Встречаем первые черничники, которые при спуске становятся всё многочисленнее, а черника – все вкуснее. Вскоре доходим до развилки троп, у развилки мост на другую сторону реки Storutla, решаем устроить в этой черничной обители полуднёвку. Перешли мост и нашли удобное местечко на большом камне посреди немного заболоченной местности. Вокруг тьма черники, обедаем, отдыхаем.

15.08. С самого утра на целый день дождь с небольшими перерывами. Время у нас есть, решаем отсиживаться.

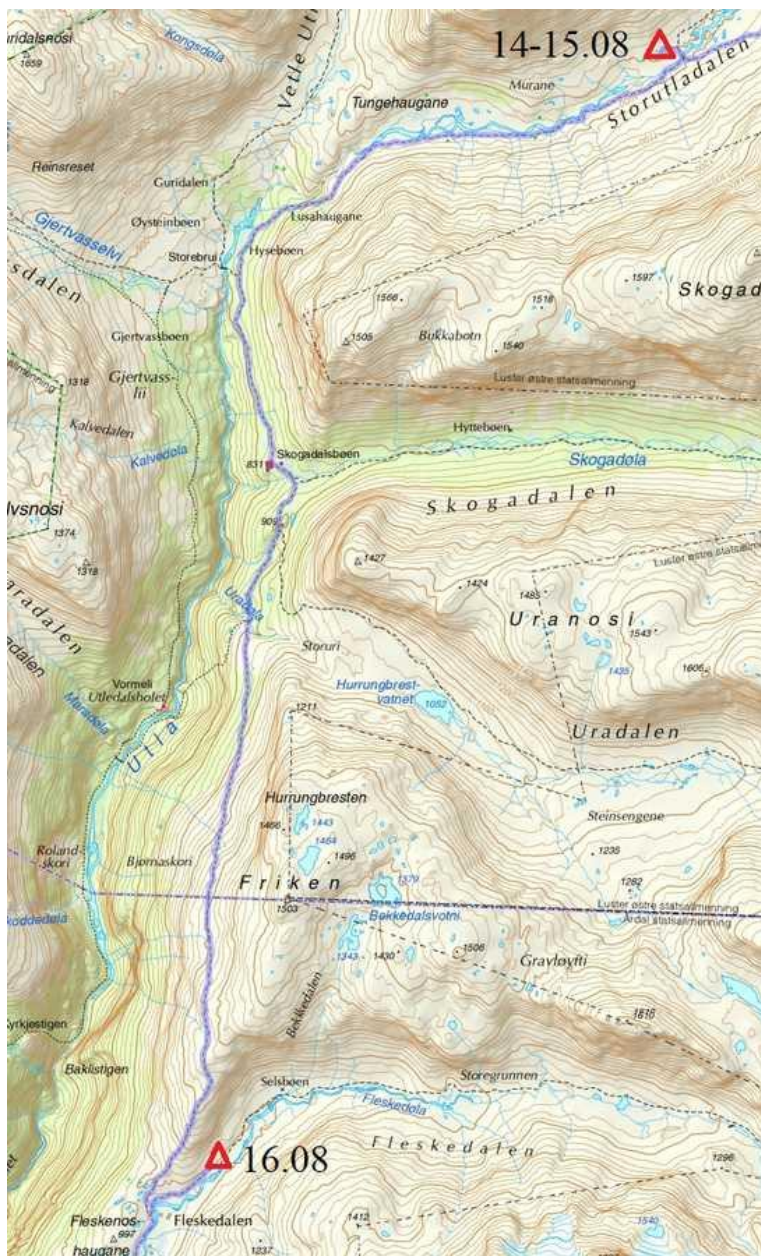
Gravdalstinden, Storebjorn



долина Storutladalen, вершина Styggedalstindane



16.08 Storutla – Fleskedola



Дождь шёл всю ночь и не собирался прекращаться. Решили второй день уже не отсиживаться, хоть запас времени у нас ещё был. Кто знает, может завтра будет ещё хуже, ну и второй день подряд на одном месте уже как-то скучно. Поэтому завтракаем, собираем рюкзаки в палатке, а потом и саму палатку уже под дождём. Выходим в 8:30 и идём под дождём с длинными перегонами без привалов, рюкзаки легкие, ботинки хлюпают, останавливаться не хочется.

Тропа постепенно спускается к реке Utlå, растительность сменяется с травянисто-кустарниковой на лес из низкорослых берез. По дороге открывается живописные виды, десятки водопадов совсем рядом с тропой. В хорошую погоду тут должно быть здорово, но и в дождь тоже очень красиво. Пересекаем ручьи в брод по камням, ботинки, рюкзаки и вся одежда уже давно стали мокрыми. Но ветра нет, поэтому нам тепло.

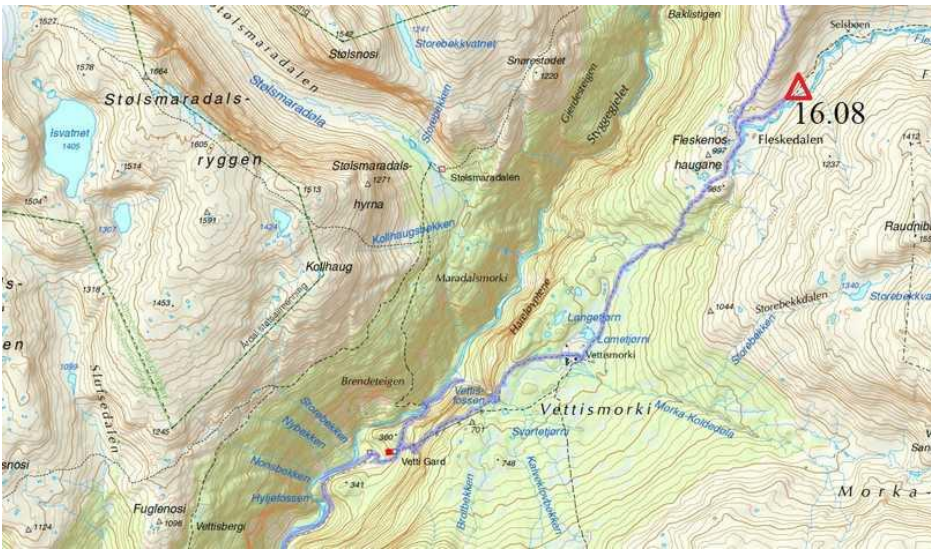
Низовье реку Storutla



Тропа спускается к реке Utlå, через неё есть мост, на другом берегу неплохая полянка под палатки. Далее тропа поднимается к приюту Skogadalsboen. Проходим мимо него, переходим речку Skogadola по мосту. Далее трек выводит вверх на плечо горы Friken (набор высоты от приюта около 350 метров), набирать высоту по мокрым камням становится сложнее, встречаются неудобные места, растительность вновь меняется с кустарников на мох и траву. На середине подъёма решаем, что не выдюжим идти до вечера без передышки, растягиваем тент, кипятим чай. На противоположном борту долины красивые и бурные речки Maradola, Midtmaradola, StolsMaradola круто обрываются и стекают бурлящим белым потоком в реку Utlå.

Вскоре после обеда трек выходит на выполаживание и начинается сначала плавный, затем более крутой спуск в долину Fleskdalen. Внизу виднеется любопытное местечко – Fleskenos-haugane, болотистая местность со множеством маленьких озёр и небольших холмов. Изначально рассчитывал там встать на ночлег, но везде довольно сыро, поэтому решаем свернуть в долину Fleskedalen и найти подходящее место там. Выходим к развилке троп, на противоположном берегу видим несколько живописных заброшенных домиков. От развилки проходим около 700 метров в долину и находим подходящее место – плоский большой камень на холмике среди болот. Вокруг снова куча черники, но мы устали и собрали всего ничего – грамм 300 для каши на завтрак)

17-18.08 Fleskedola – Ovre Ardal



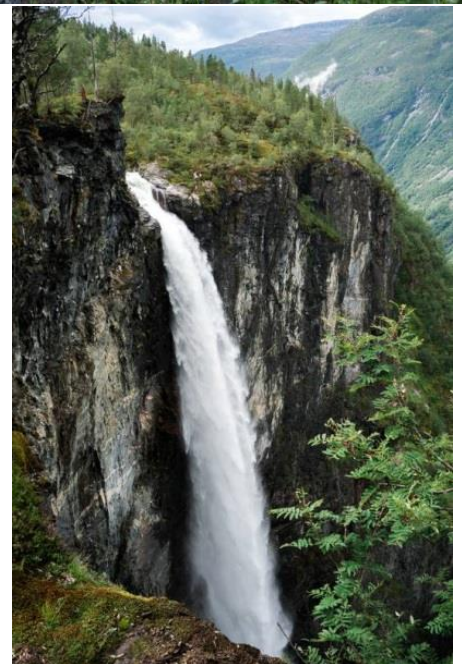
17.08. Проснулись в 6 утра, дождь так и не прекратился. Позавтракали, дождь так и не прекратился. Повторять вчерашние подвиги нам не хочется, поэтому мы ждем погоды, а пока спим и сушим своим теплом мокрые вещи. К 9 утра капать перестало, и мы двигаемся дальше. Выходим в 10.10. На легком ветерке промокшее высыхает быстро, но ботинки упорно хлюпают ещё полдня. Возвращаемся к

развилке троп и спускаемся в местечко Vettismorki. Спуск идёт по низкорослому лесу, местами тропа довольно крутая. Повсюду рядом с тропой, на тропе и под ногами растут подосиновики, и нам жаль, что их тут никто не собирает.



Выходим на заболоченное плато – Vettismorki. Тут расположены несколько домиков и, вроде как, приют. После указателя сворачиваем в сторону водопада Vettisfossen и скоро доходим до смотровой площадки. Зрелище впечатляет! С крутого уступа вниз устремляется почти вертикально вниз на 270 метров тонны воды в секунду, вода разбивается в пар и поднимается вверх выше высоты водопада.

Vettismorki





От смотровой площадки пошли дальше по тропе вокруг водопада и спустились в место, откуда он падает, где устроили обед. Ненадолго вышло солнышко, и мы успели просушить палатку и мокрые после вчерашних приключений вещи.

По крутой тропе спускаемся к кемпингу Vetti Gard, снова начинается эпизодический небольшой дождь. От приюта радиально сходили к подножью водопада, тоже здорово и впечатляет, но, сверху, пожалуй, зрелищней. Ну а дальше от приюта ведёт уже автомобильная дорога, которая идёт то по правому, то по левому берегу долины Utladalen. По дороге открываются отличные виды ещё на два высоких и мощных водопада: Avdalsfossen (175 м) и Hjellefossen (240 м).

Vettisfossen

Avdalsfossen

Hjellefossen



По асфальтовой дороге доходим до кемпинга Utladalen к 19:30, в котором размещаемся за 400 крон за двоих за две ночи. Выходим в интернет, который нам сообщает, что завтра прогнозируется дождь целый день. А всяких вкусностей после похода хочется, поэтому вместо того, чтобы мокнуть под дождём завтра, решаем сходить 4 км до Ovre Ardal и обратно сегодня, благо магазины в будни

работают допоздна. Идти следует не прямо по основной дороге, которая довольно узкая, а пройти через пригород Trontheigen и пешеходные дорожки, так безопаснее. В магазине закупаемся всякой городской едой и возвращаемся в кемпинг, ложимся спать уже ближе к полночи.

18.08. Как и обещал нам прогноз, целый день идёт дождь с перерывами. Отдыхаем в кемпинге, кушаем, моемся, погружаемся в сети Wi-fi, который ловит и в палатке, постепенно возвращаем себе привычку к цивилизации.

19.08 Ovre Ardal – Осло – Москва

Норвегия подарила напоследок солнечный день. Утром собираемся и выходим из кемпинга в сторону города. Приходим за 40 минут до отправления автобуса в 9:20, загружаем вещи и ждём на автовокзале. Он небольшой, но комфортный, есть бесплатные туалеты. Вскоре погружаемся и выезжаем в Осло. По пути длинная остановка в Fagernes, покупаем там открытки и мороженое. К 15 часам прибываем в Осло.

В городе ещё раз наведываемся за йогуртом в магазин Joker, покупаем несколько сувениров и устраиваем импровизированный обед на площади Эйдсвол около фонтанов. Возвращаемся обратно на вокзал, в 18 уезжаем в аэропорт на поезде NBS, проходим регистрацию, таможню и благополучно вылетаем на рейсе Аэрофлот в 21.05. Прилетаем в Шереметьев в 0.30 уже следующего дня берем через приложение такси до дома.

5. Итоги, выводы, рекомендации

- Район красивый, имеет удобную инфраструктуру
- К погоде в данных горах нужно относиться серьёзно, закладывать, что в половину дней будет дождь. Соответственно, готовить снаряжение с тем расчетом, что придется идти под дождем, а также стоит иметь хотя бы небольшое число запасных дней.
- Район прекрасен для любителей несложных траверсов и восхождений на горы. Практически на каждый хребет достаточно просто забраться и пройти.
- Треккинговые тропы в Норвегии хорошо размечены, логичны и проходят по красивым местам. При подготовке к походу на них можно смело полагаться.
- Норвегия страна цивилизованных и ответственных людей, и всё вокруг содержится в порядке. Люди спортивные, улыбчивые и отзывчивые. Путешествовать здесь нам было в удовольствие; правда, стоит внимательно следить за финансами – все вокруг дорого.

6. Полезные ссылки

Карты:

<https://nakarte.tk/> нужно включить слой Norway UT map, Norway paper map

<http://www.norgeskart.no>

<https://www.ut.no/kart/>

Карты для Garmin:

<http://www.frikart.no/garmin/velgkart.html>

Описание треков:

<https://www.ut.no/tur/>

Отчеты:

<https://www.tkg.org.ua/node/28752> (Онойко М.В. 2к.с. 2012)

https://www.mountain.net.ua/content/uploads/otchet_2_ks_Norvegia_Melnichuk.pdf (Мельничук Б.А. 2к.с. 2014)

<https://www.tkg.org.ua/files/3nor15dk.pdf> (Крутоуз Д.И. 3к.с. 2015)

http://www.mountain.ru/article/article_display1.php?article_id=6755 (Кондрашкин М.С. 4к.с. 2013)

Автобусы:

<https://www.nor-way.no>

Поезда:

<https://www.nsb.no/en/frontpage>

7. Снаряжение

Одежду брали стандартную для горных походов, рассчитывая на широкий спектр температур и погодных условий (флиски, теплые и тонкие термухи). Брали мембранные куртки и непромокаемые штаны в качестве ветро/влагозащиты, желательно брать надежные варианты, дневные переходы под непрекращающимся дождём весьма вероятны. Для защиты от дождя нужно хорошо паковать продукты и личные вещи, использовать пакеты, гермомешки. Также желательно иметь трекинговые ботинки с хорошей поддержкой голеностопа, тропы проходят по скалам, курумнику и осыпям, в лёгкой обуви будет некомфортно, особенно при влажной погоде. Но имея ещё легкие кроссовки будет комфортнее при забросках и на бивуаке. Без солнечных очков, в принципе, можно обойтись, но желательно иметь с собой на случай прохода по снежным участкам.

Спали в двухместной палатке, также брали тент, который использовали только два раза. Палатка должна обладать достаточной ветрозащитой, растягивать её нужно хорошо, несколько раз на стоянках был шквальный ветер, опасались, что палатка может не выдержать, укрепляли конструкцию с помощью трекинговых палок. Взяли пуховые спальники на ноль, в них было комфортно – не жарко и не холодно. Готовили всю пищу и чай на джетбойле. Для двоих это оказалось очень удобным решением. Доводили воду до кипения, а также заваривали чай в джетбойлерной кастрюле, ужины, обеды и завтраки варили в отдельной алюминиевой. В качестве емкостей для переноса и хранения воды использовали две пластиковые бутылки на 1.5 и 1 л, что хватало примерно на два приема пищи с чаем. Использовали ветрозащиту из титановой фольги (купили на алиэкспресе). Расход газа на полноценное трехразовое питание с варкой и чай составил 35 г/человекодень, снег в походе не топили. В Осло купили два баллона по 450 грамм и один на 250 грамм, маленький баллон остался в итоге

нетронутым. В качестве запасной брали легкую титановую горелку с алиэспресса, в походе не использовали. Поход предполагался без преодоления технических препятствий, поэтому альп. снаряжение не брали.

	Масса, г.
Бивачное	3650
Палатка MSR, Elixir 2	2500
Тент, силиконка 2,7*3	500
Джетбойл	400
Горелка, запасная	30
Кастрюля, 800 мл	120
Экран, фольга	30
Нож	70
Специальное	3050
Аптека	1500
Солнцезащитный крем	300
Ремнабор	200
Карты	200
Батарейки	200
Фотоаппарат	400
Компас	50
GPS с батарейками	200
Итого	6720

8. Питание

Раскладку закладывали из расчета 550 г в день вместе с карманным питанием. Этого оказалось в самый раз, лишних мыслей о еде в походе особо не было, остатков также не оставалось. Вероятно, весьма сильно сказались разнообразие и сбалансированность рациона, очень вкусная местная колбаса и сыр. Также очень понравилось сублимированное мясо «Гала-гала». Питание каждый день было трехразовым, в день перехода под дождём ограничились на обеде сухой частью обеда, чтобы не мерзнуть и быстрее пойти. Вероятно, стоило предусмотреть несколько сухих обедов на случай непогоды. Всё, кроме колбасы и сыра покупали и запаковали в Москве. Для упаковки использовали кучу пищевых пакетиков, еду на каждый приём пищи упаковывали индивидуально. Упаковки круп и хлопьев усилили капроновыми колготками. Овощи – чеснок и лук очень хорошо шли, также спросом пользовалась горчица и сушеный укроп. Сахара скушали мало, чай, в основном, пили без него, шёл по большей части только в кашу, суммарно израсходовали 500 грамм. Соли израсходовали тоже примерно половину - 70 грамм на двоих (но двойной запас в данном случае оправдан). Последний день питались практически вне раскладки, поскольку удалось закупиться в супермаркете в городе неподалеку от кемпинга.

Норвежское законодательство запрещает провоз мяса и молока, а также продуктов на их основе из стран, не входящих в ЕАС (Норвегия, Швеция, Финляндия, Исландия). Мы провезли сублимясо и сухое молоко (благодаря отсутствию досмотра на въезде), колбасу и сыр решили купить на месте. Также стоит учесть, что продуктов можно провезти не более 10 кг на человека, есть строгие ограничения на провоз алкоголя. Исходя из нашего опыта, досмотр багажа в зеленой зоне таможни происходит не всегда, в нашем случае – вообще никого не досматривали, но предполагаем, что возможен и иной сценарий

Отдельно хочется сказать про воду. В Норвегии она везде. Сложилось впечатление, что с собой можно воду не носить совсем, а лучше цеплять поближе кружку. Если привал/стоянка не была прямо рядом с ручьем, то дойти до воды было не более 50-100 метров. Вода везде чистая и пригодная для питья. Впрочем, пить во время переходов особо и не хотелось, температура для хода очень комфортная.

Вес всей еды на двоих + газ на 12 дней + завтрак и ужин + вода составил около 16 кг. Итого, стартовый общественный вес составил примерно 23 кг на двоих, что при отсутствии альпснаряжения достаточно комфортно, и логично провести поход без заброски.

дата	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	раз	гр/раз	чел	всего
гр/чел/день	277	504	517	542	521	552	511	542	526	550	516	552	542	174				13652
Завтраки																		
рисовые хлопья							1							1	2	45	2	180
геркулес (овсяные хлопья)				1				1				1			3	45	2	270
гречневые хлопья		1								1					2	45	2	180
Nordic 4 злака						1					1				2	45	2	180
Mistral 7 злаков			1		1				1				1		4	45	2	360
Изюм				1			1					1			3	7	2	42
Курага						1		1	1		1			1	5	7	2	70
Чернослив			1		1								1		3	7	2	42
Сухосливки			1	1	1	1	1	1	1		1	1	1	1	11	10	2	220
сухарь белый		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	20	2	520
сыр		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	25	2	650
Обеды																		
борщ			1						1		1				3	19	2	114
куриный		1		1		1						1			4	19	2	152
харчо					1								1		2	19	2	76
гороховый							1								1	19	2	38
грибной								1							1	19	2	38
говяжий										1					1	19	2	38
макароны (соломка)		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		12	12	2	288
сублимясо		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		12	10	2	240
Сушеные овощи		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		12	12	2	288
колбаса		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		12	20	2	480
сухари		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		12	20	2	480
нуга с орехами			1					1			1				3	30	2	180
Мюсли (30 гр)				1			1					1			3	30	2	180
батончик Corny (30 гр)						1							1		2	30	2	120
пастила					1					1					2	40	2	160
конфеты Степ		1							1						2	24	2	96
Ужины																		
карпюр			1						1						2	60	2	240
макароны	1					1				1		1			4	80	2	640
рис круглый		1			1		1				1				4	70	2	560
гречка				1				1					1		3	70	2	420
Сушеные овощи	1	1	1	1		1		1	1	1		1	1		10	6	2	120
сублимясо	1	1	1	1		1		1	1	1		1	1		10	25	2	500
колбаса	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		13	20	2	520
сухари	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		13	20	2	520
конфеты Степ		1					1			1			1		4	25	2	200
халва в шоколаде			1			1					1				3	25	2	150
конфеты Степ												1			1	25	2	50
шоколадный батончик					1				1						2	25	2	100
нуга с орехами				1				1							2	20	2	80
лимёд	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		13	15	2	390
чеснок, гр	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		13	3	2	78
лук	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		13	10	2	260
Ежедневное																		
чай черный	1	1	1	2	2	1	2	3	1	2	2	1	1	2	22	5	2	220
чай зеленый		1	1	1		1			1	1	1	1	1		9	5	2	90
шоколад				1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		10	15	2	300
соль	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		13	6	2	156
сахар	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		13	30	2	780
Специи																		
укроп	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	0.5	2	14
петрушка	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	0.5	2	14
сушеный чеснок	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	0.5	2	14
прованские травы	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	0.5	2	14
горчица хрен	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	5	2	140
Индивидуальное КП	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	50	2	1400

9. Финансы

Норвегия - дорогая страна, даже по Европейским меркам. Стоит иметь в виду, что доходы местного населения весьма крупные, поэтому и ценовая политика довольно жесткая для жителей менее обеспеченных стран. Все услуги стоят дорого. В аэропорту меняли евро на кроны, курс – за 1 евро – 9.5 крон, обратно уже около 1 евро за 10 крон (курс евро во время похода 73-77 рублей за 1 евро и 7.7 – 8 рублей за крону). В городе поменять валюту сложно. Но практически везде можно заплатить картой, чем широко пользовались.

Авиабилеты в Осло и обратно покупали за месяц до похода, вероятно, если покупать раньше, то можно и дешевле. Есть также возможность сэкономить, выбрав рейс с пересадкой, однако при этом существенно повышается риск утери багажа (группа, стартовавшая параллельно с нами, ждала 4 потерянных рюкзака в Осло три дня). Дорого также обходится и сообщение внутри страны. Самый дешевый транспорт из аэропорта в Осло – электричка NSB, билет стоит 100 крон, покупается на месте в автомате, стоит заранее узнать расписание движения и нужные поезда в интернете. Не стоит путать с их аэроэкспрессами – Flytoget, билеты вдвое дороже. Билеты на Автобусы до Ютунхейма и обратно стоят примерно 700 крон, покупали их также заранее на сайте компании por-way.no. Можно купить билет и при посадке, но мест может и не быть, да и цена тогда существенно выше.

Всю еду, кроме колбасы и сыра, везли из Москвы, в Норвегии покупали воду, йогурты, хлеб, консервы, мороженое, фрукты и овощи. Продукты в Норвегии существенно дороже (примерно в 3 раза по сравнению с Москвой). Буханка хлеба (700 грамм) – 20 крон, йогурт (450 грамм) – 20 крон, мороженое – от 20 крон, колбаса 220 гр – 270 крон/кг, сыр пармезан/чеддер – 300 крон/кг, фрукты, овощи также довольно дорогие. Из доступного – вкусный консервированный тунец в масле за 10 крон. Газ покупали в Осло в спортмагазине Intersport, но в центре существует ещё довольно много спортмагазинов, в которых можно приобрести нужные баллоны. Стоимость газа за 2 баллона по 450 г и один 250 г составила 330 крон. Важный нюанс - в воскресенье практически все магазины не работают, а в субботу - сокращенный день. Предварительно стоит узнать время работы нужных магазинов.

Нитка похода проходит через ряд кемпингов, что снижает автономность, повышает безопасность, но также может привести к дополнительным расходам в случае, если вы поддадитесь соблазну ими попользоваться. Поставить палатку на территории кемпинга – 100 крон с человека, проживание в простом помещении без удобств порядка 350 крон. Душ – 10 крон за 5 минут горячей воды (там стоят специальные счетчики, кормящиеся 10 кронowymi монетками). Можно там и покушать, но цены после перевода в рубли могут испортить аппетит.

Аптечку формировали на основе имеющейся. Страховку оформляли на горный трекинг до 4000 м в Сogласии на сумму 40к\$, проверить надежность, к счастью, не довелось. Дополнительные расходы включали проживание в Осло, поездку на пароме, поход в музеи, излишки еды, гостинцы и сувениры. В таблицу они не включены, приведены лишь «необходимые и достаточные» расходы.

Таблица расходов в рублях на человека.

Самолёт	23000
Продукты, Москва	4000
Продукты, Осло	2000
Страховка	4600
Москва – аэропорт - Москва	1000
Медикаменты	2000
аэропорт – Осло - аэропорт	1500
Газ	1300
Хлеб, вода Осло	1000
Осло - Гжедунхейм	2500
Орве Ардал - Осло	3000
Кемпинг на выезде 1 ночь	1000
Итого на участника	46900р (≈700\$)

10. Медицина

Для похода была собрана полноценная аптечка, включающая как экстренные препараты (ампулы кеторол, супрастин, дексаметазон), так и широкий спектр других – противопростудные, для

расстройств пищеварения и пр. В походе травм не случилось, разве что небольшие царапины и ссадины. Из аптеки активно использовался вольтарен-эмульгель, когда начали болеть колени, а также эластичные бинты. Также в дождливый день натерли мозоли, заклеивались лейкопластырем довольно бесполезно. Простудных заболеваний, несмотря на погоду, не было. Также не было проблем и с расстройством пищеварения.

Примерный состав аптеки:

при простуде	живот
фурацилин шипучий 10шт	Фильтрум или активированный уголь
стрепсилс пастилки 9шт	но-шпа
амброксол 20шт	лоперамид
гексорал	церукал тб
парацетамол	Маалокс
отипакс	Супрастин таб.
ринофлоимуцил	прочее
Окомистин или альбуцид	пантенол мазь
НПВС	монурал
диклофенак пролонг 20шт	Ацикловир (зовиракс)
ибупрофен	Валидол
кеторол 10тб	Гигиеническая помада с УФ
антибиотики	Крем от солнца
суммамед (азитро) 6тб	перевязка
фурагин 30шт?	хлоргексидин 100мл
Метронидазол?	пластырь рулон
	пластырь бактерицидный
	Феналгон (мазь)
	экстренная
	супрастин амп 3
	Кеторол амп 3
	бинт 14см 4шт
	шприц 5мл 4шт