

Республиканский детский центр образовательного туризма V Республиканский открытый семинар руководителей туристских походов обучающихся и МКК - 2026

**"Дальний Восток —
не такой уж и дальний!?"**

**Салазанова Ксения
педагог МАОУ УГДДТ им. В.М. Комарова, велопутешественница,
руководитель МК РГО "Поехали!", руководитель школы велотуризма**

**30 марта - 3 апреля 2026
Республика Башкортостан
г.Уфа**

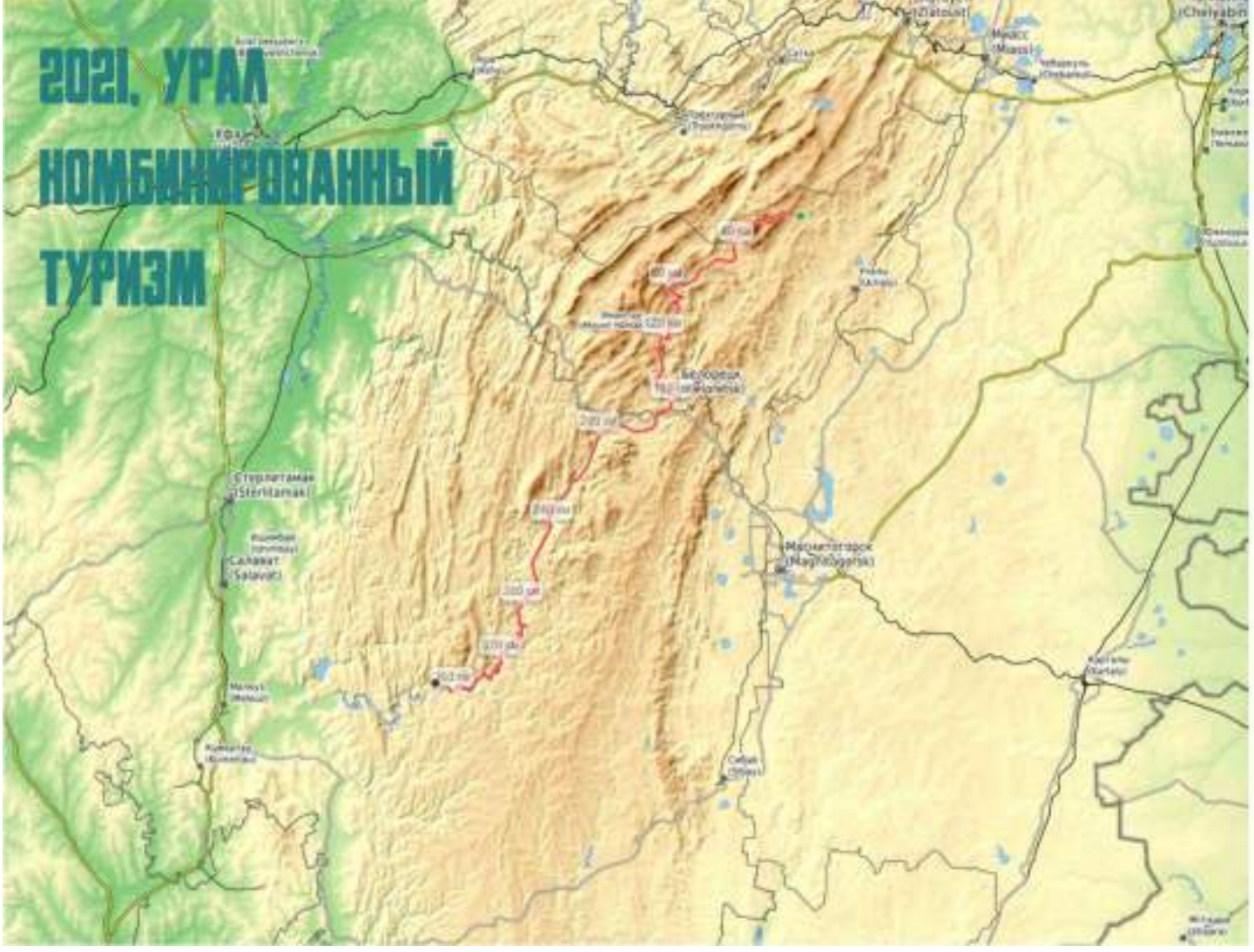


Салазанова Ксения Владимировна – лектор семинара, педагог-организатор МАОУ Уфимский городской дворец детского творчества им. В.М. Комарова, член РГО, руководитель школы велотуризма, соучредитель ООД «ВелоРоссия», кандидат фармацевтических наук, руководитель туристских велопоходов обучающихся 1 к.с., ССЗК, г. Уфа, Республика Башкортостан

До того как посвятить себя географии и туризму я 12 лет занималась наукой и преподаванием: преподавала на кафедре фармацевтической технологии в БГМУ. Позже сменила сферу деятельности, поступив в магистратуру БГПУ на географический факультет, чтобы профессионально развивать туристические веломаршруты .

Для меня велосипед - это и философия и стиль жизни! Я продвигаю идею развития велоинфраструктуры в Уфе и республике, считаю, что регион обладает огромным потенциалом для жизни и активного отдыха.

В социальных сетях можно найти по никнейму @ksunevada



363 КММ, 21 ДЕНЬ

НОВОХУСАИНОВО

ВЕРХНЕАРШИНСКИЙ

БЕЛОРЕЦК

НАГА

БАЙНАЗАРОВО

СТАРОСУБХАНГУЛОВО

ЗАПОВЕДНИК ШУЛЬГАН-ТАШ

велосипед - как основное средство передвижения

дорога - главный навигатор



1000 КМ, 21 ДЕНЬ

ЕКАТЕРИНБУРГ

В.УФАЛЕЙ

НУСА

ЗЛАТОУСТ

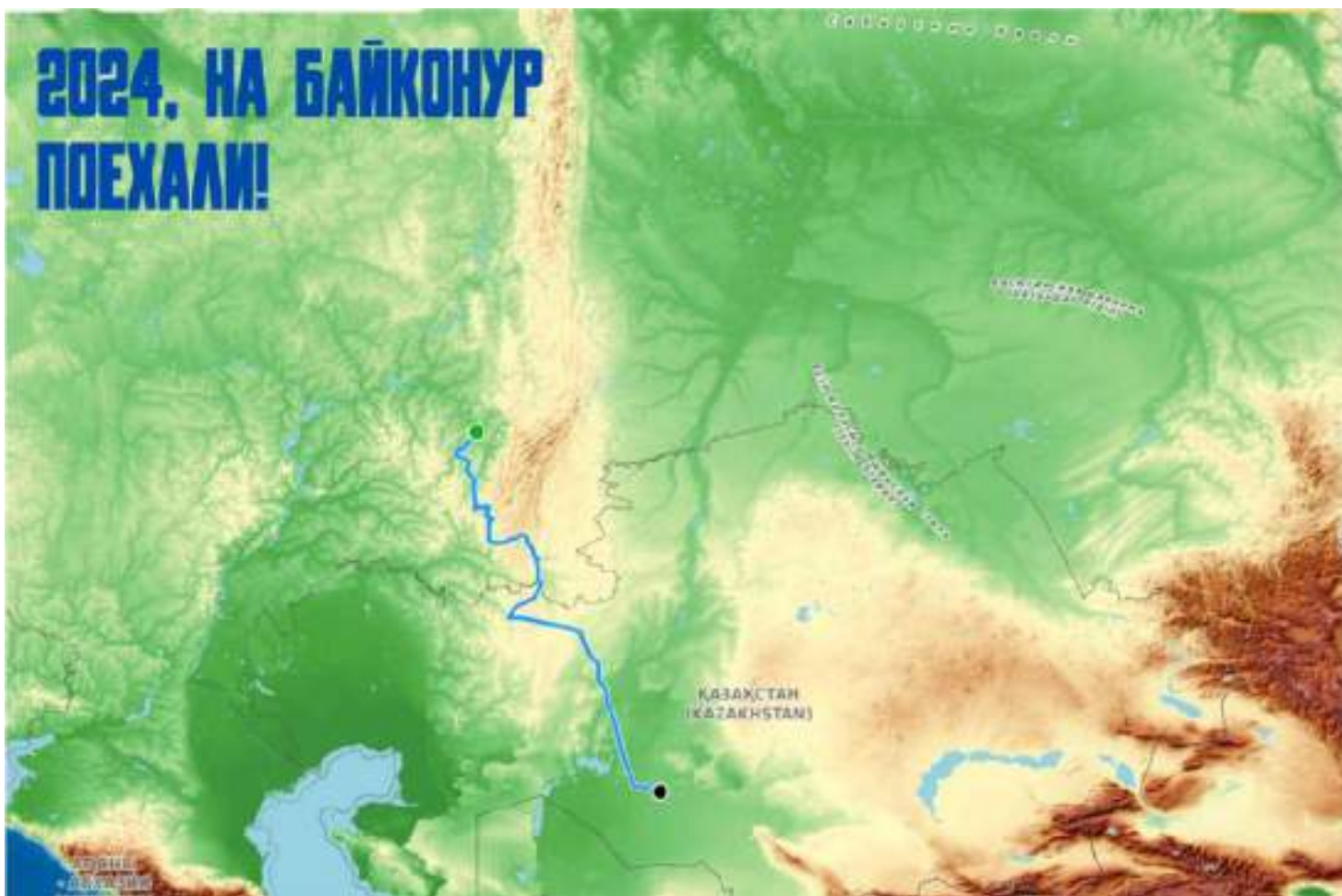
МИАСС

БЕЛОРЕЦК

ЗИЛАИР

БЕЛО АНАРЕЕВКА

ОРЕНБУРГ



2000 КМ
52 ДНЯ

УФА
КАЛИНОВКА
СТЕРАХТАМАК
ЗИЛАЙР
ГАЙ
ОРСК
АКТОБЕ

ПОЕЗД АКТОБЕ-АРАЛЬСК

АРАЛЬСК
ТОРЕТАМ
ПОЕЗД ТОРЕТАМ-АКТОБЕ
АВТОБУС АКТОБЕ-ОРЕНБУРГ
ПОЕЗД ОРЕНБУРГ-УФА

**велосипед как инструмент
проявления в мире**

**главное - не километры, а
новые горизонты и эмоции**



??? КМ, 22 ДНЯ

САМОЛЕТ МОСКВА-УЛЬЯНОВСК-
ЕКАТЕРИНБУРГ-НОВОСИБИРСК-КАТАНГА

САМОЛЕТ КАТАНГА-НОВОСИБИРСК-
ЕКАТЕРИНБУРГ

ЕКАТЕРИНБУРГ-УФА



2025, САХАЛИН ДАЛЬНИЙ ВОСТОК

52 ДНЯ, 863 КМ

ПОЕЗД УФА-ЧЕЛЯБИНСК-ЕКАТЕРИНБУРГ-ХАБАРОВСК

САМОЛЕТ ХАБАРОВСК-ОХА

ВЕЛО ОХА-ЮЖНО-САХАЛИНСК

АВТОБУС ЮЖНО-САХАЛИНСК-ХОЛМСК

ТЕПЛОХОД ХОЛМСК-ВАНИНО

ПОЕЗД ВАНИНО-ВЛАДИВОСТОК

САМОЛЕТ ВЛАДИВОСТОК-КРАСНОЯРСК

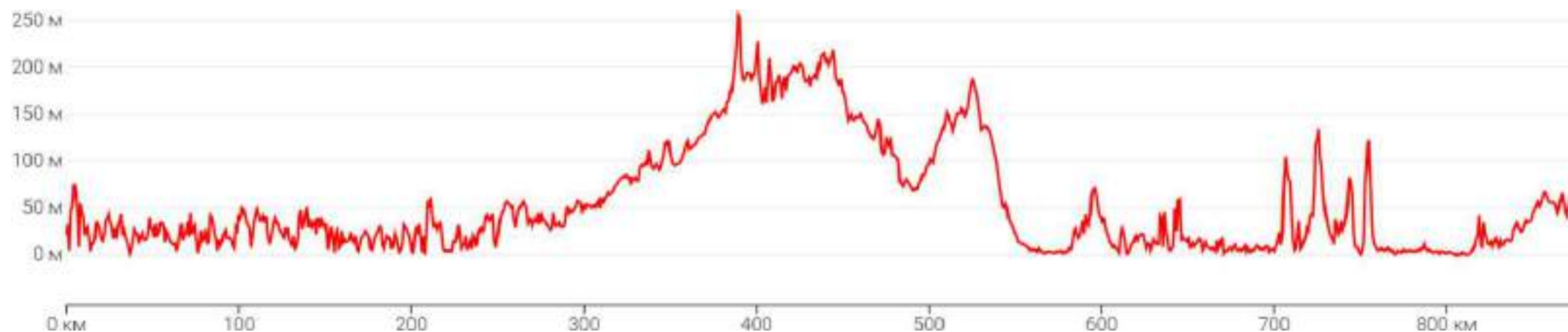
ПОЕЗД КРАСНОЯРСК-УФА



Средние значения в августе 2024 года

План-график маршрута экспедиции г. Оха – г. Южно-Сахалинск

№	Дата	Маршрут движения	Расстояние	Условия жилья	Питание в пути	Восстановительные мероприятия
1.	09.08.2025	г. Оха - п. Пальсун	112 км	поземье	поземье	
2.	10.08.2025	п. Пальсун - п. Горный склон	90 км	поземье	поземье, дорожное кафе	
3.	11.08.2025	Экспедиция в п. Погодино		поземье	поземье, кофе	бассейн, душ
4.	12.08.2025	п. Горный склон - п. Арка Папа	97 км	поземье	поземье, дорожное кафе	
5.	13.08.2025	п. Арка Папа - п. Тавонок	63 км	поземье	поземье, дорожное кафе	
6.	14.08.2025	Экспедиция в г. Александровск-Сахалинский		поземье	поземье, дорожное кафе	
7.	15.08.2025	п. Тавонок - п. Оюри	83 км	поземье	поземье, дорожное кафе	
8.	16.08.2025	п. Оюри - п. Сивериха	51 км	гостиница	поземье, дорожное кафе	
9.	17.08.2025	Экспедиция на историческую и природную достопримечательности		гостиница	поземье, дорожное кафе	бассейн, душ (басс)
10.	18.08.2025	п. Сивериха - г. Поронайск	77 км	гостиница	поземье, дорожное кафе	
11.	19.08.2025	г. Поронайск - г. Макаров	77 км	квартира	поземье, дорожное кафе	
12.	20.08.2025	Экспедиция на историческую и природную достопримечательности		квартира	поземье, дорожное кафе	басс, душ
13.	21.08.2025	г. Макаров - п. Вонорье	100 км	поземье	поземье, дорожное кафе	
14.	22.08.2025	п. Вонорье - г. Южно-Сахалинск	110 км	гостиница, дачный брев. коттедж	поземье, дорожное кафе	
15.	23.08.2025	Участие в торжественных мероприятиях, Экспедиция на историческую и природную достопримечательности		гостиница, дачный брев. коттедж	поземье, дорожное кафе	басс, душ



Восход и закат солнца в августе в Южно-Сахалинске





Весь маршрут до точки старта в г.Оха

Уфа - Челябинск (поезд) 23.07

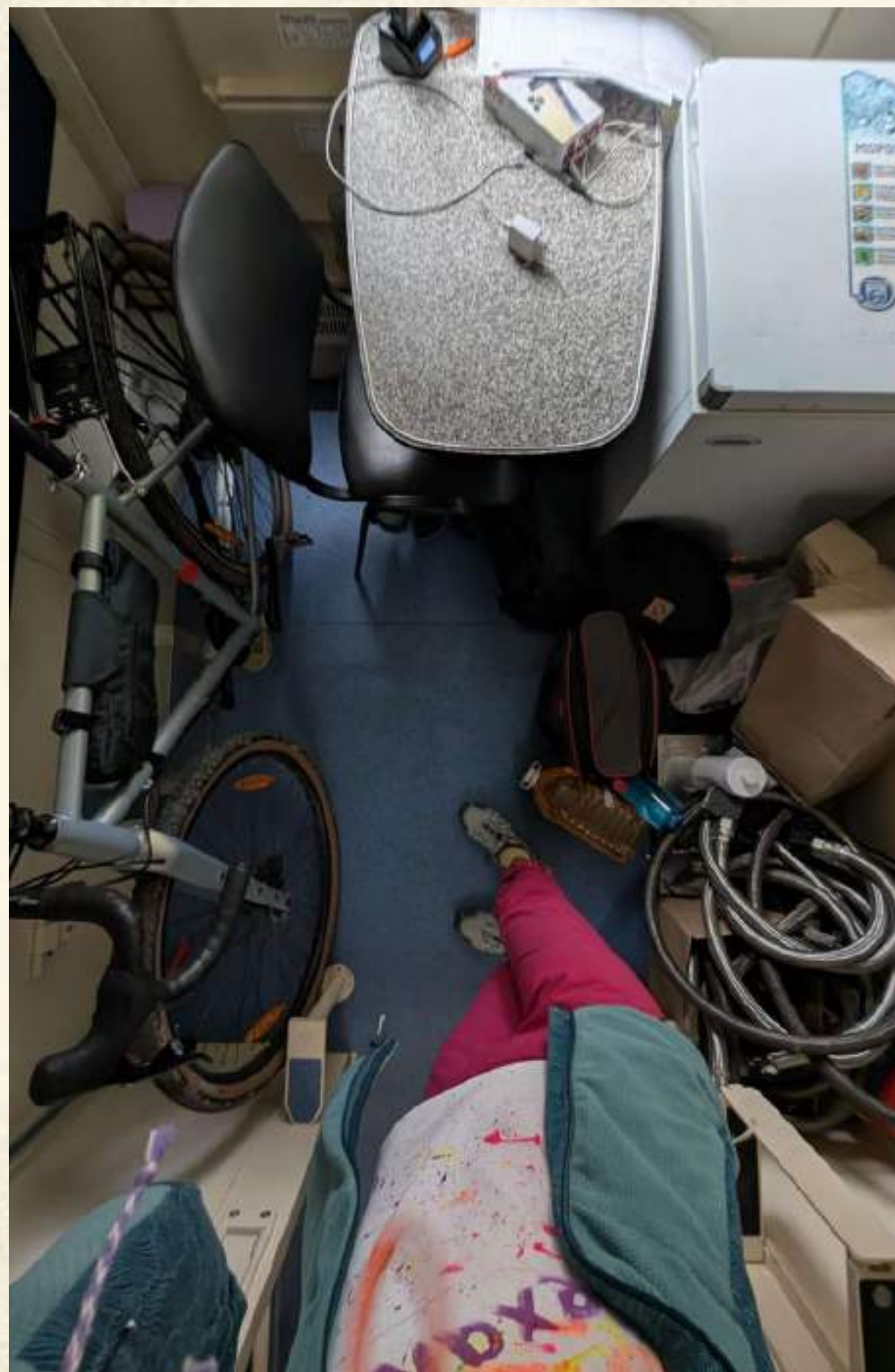
Челябинск - Екатеринбург (электричка) 23.07

Екатеринбург -Хабаровск (поезд) 25.07- 30.07

Хабаровск - Оха (самолет) 02.08



город Челябинск



Маршрут до точки старта в г.Оха (поезд)

Уфа - Челябинск (поезд) 23.07

Челябинск - Екатеринбург (электричка) 23.07

Екатеринбург - Хабаровск (поезд) 25.07- 30.07

багаж оформлять в багажное купе заранее!

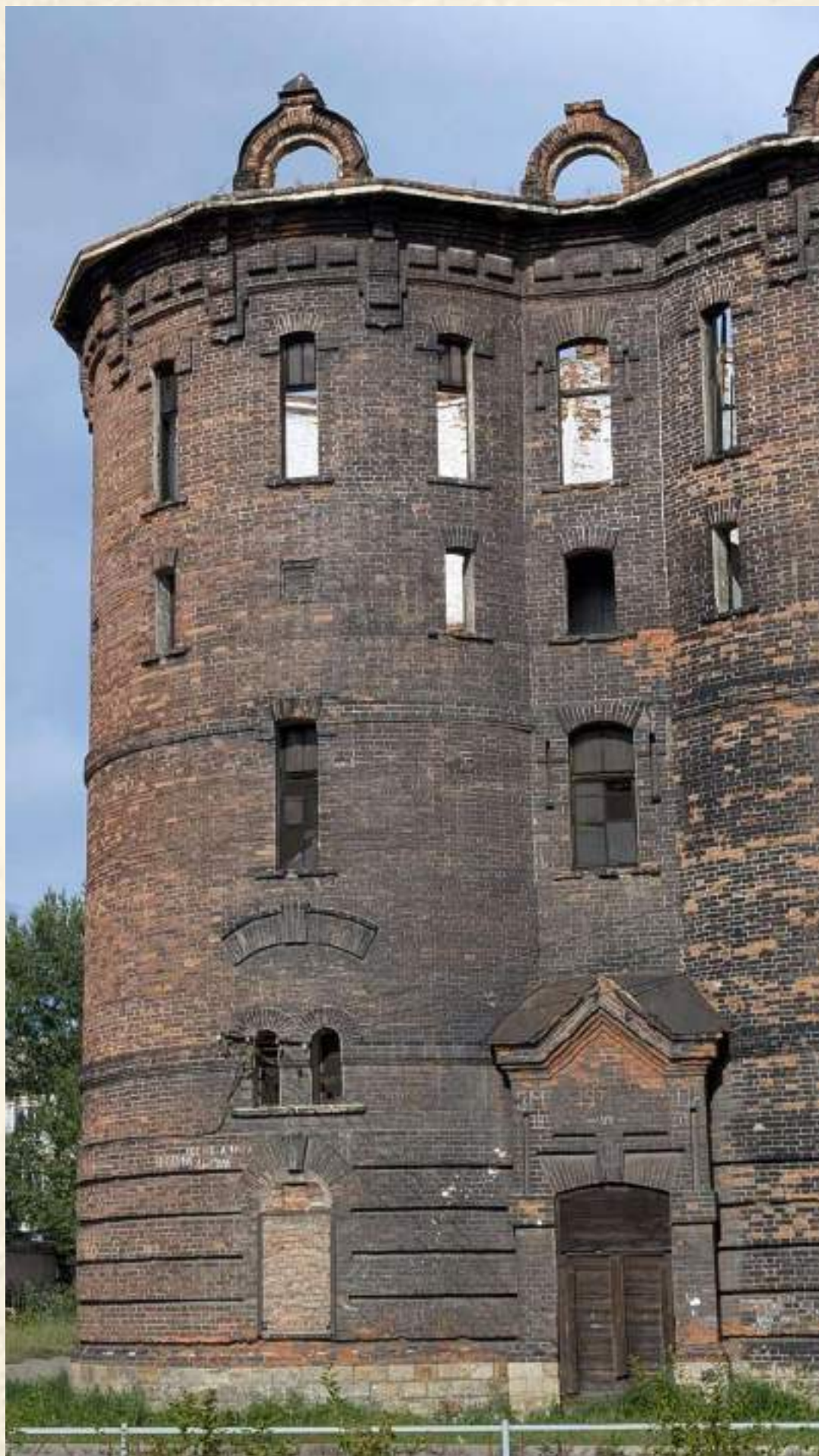


Маршрут до точки старта в г.Оха

город Екатеринбург



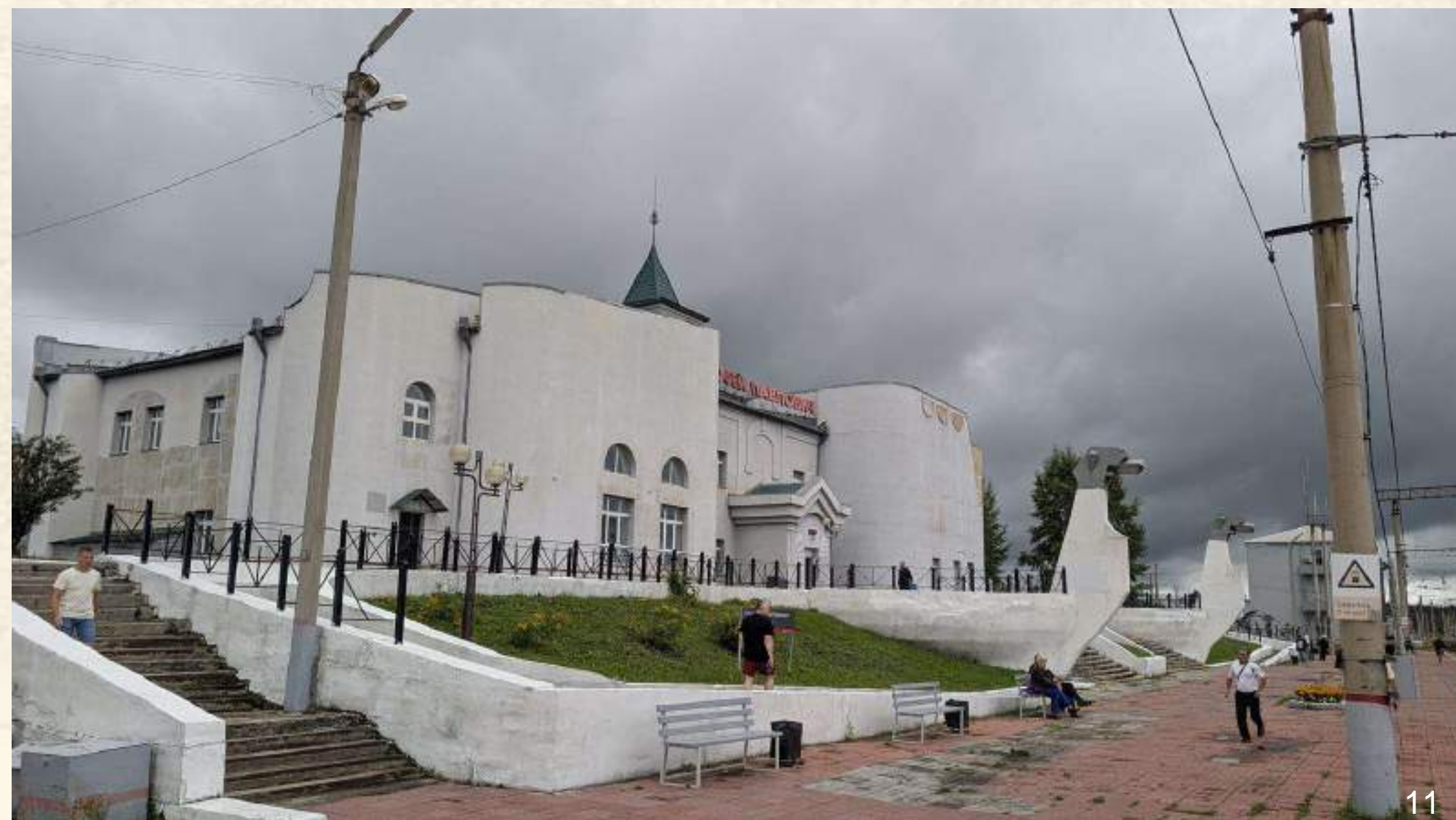
Екатеринбург - Хабаровск (поезд)
25.07- 30.07



Екатеринбург - Хабаровск (поезд)
25.07- 30.07

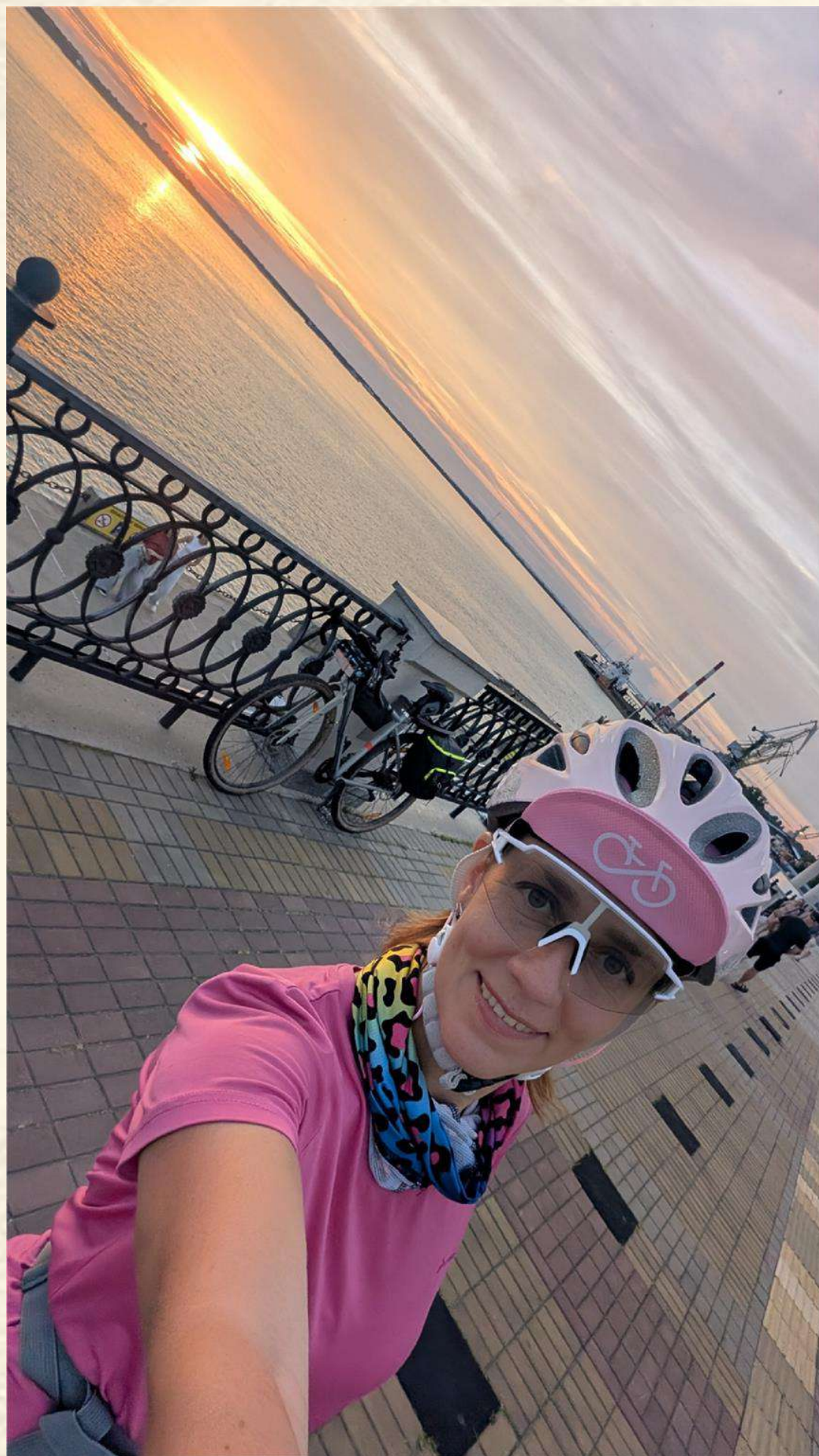


Екатеринбург - Хабаровск (поезд)
25.07- 30.07



Маршрут до точки старта в г.Оха

город Хабаровск



Маршрут до точки старта в г.Оха

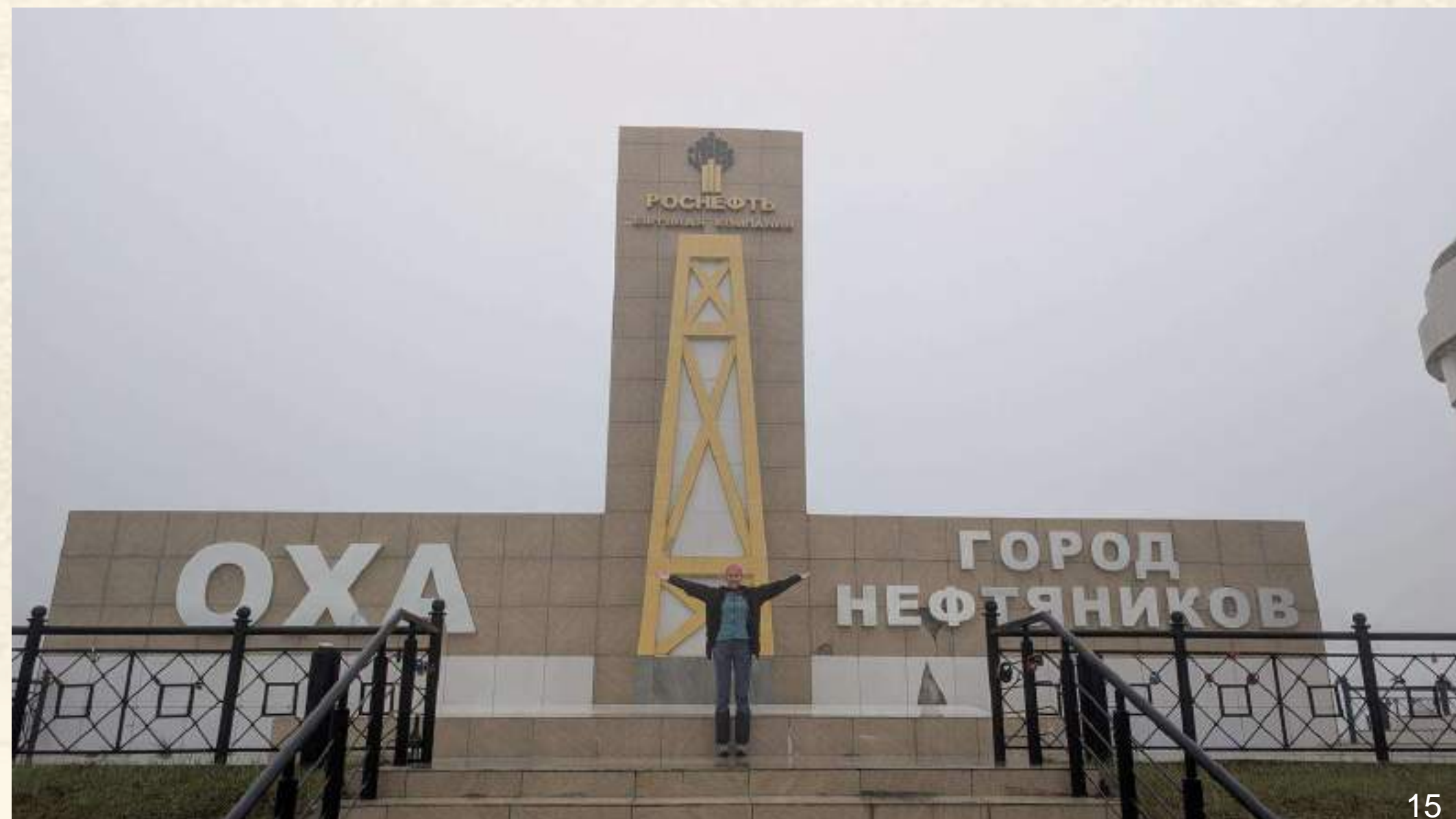
город Хабаровск

габариты багажа в самолет: не более 203 см; не более 23 кг



До начала маршрута

город Оха



До начала маршрута

город Оха





До начала маршрута

город Оха





Подготовка к маршруту

город Оха



Подготовка к маршруту



город Оха



старт 9 августа
город Оха - поселок Пильтун

команда всего 5 человек, из них на велосипедах - 4, водитель авто - 1.
самый старший возраст: 75 лет, младший: 36 лет.



город Оха - поселок Пильтун

время в пути: 05:53

120 км

1040 м



поселок Пильтун - Дагинские источники

время в пути: 04:39

82 км

627м



Дагинские источники

Термальные источники - охраняемые объекты, а именно минеральные лечебные воды и грязи.



поселок ноглики

здесь родился Владимир Михайлович Санги́ (род. 1935) — нивхский писатель и публицист. Автор книг на нивхском и русском языках.



Дагинские источники - поселок Адо-Тымово



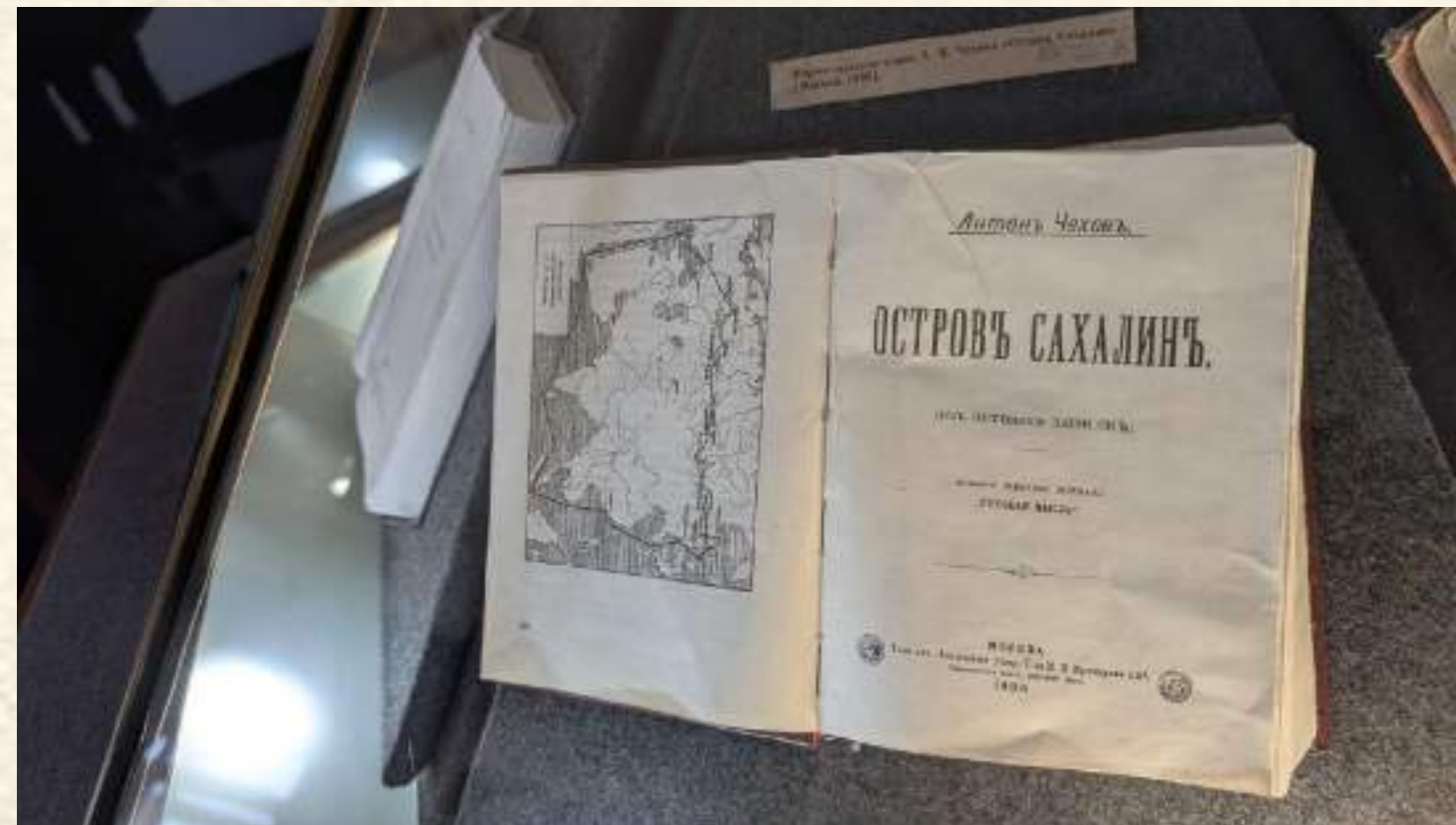
поселок Адо-Тымово - поселок Тымовск, время в пути: 02:19, 42 км, 147 м



поселок Тымовск



город Александровск-Сахалинский (бывшая столица сахалина во времена каторги 1876 - 1906гг)



поселок Тымовск-поселок Оноры



поселок Оноры - поселок Смирных



поселок Смирных



**поселок Смирных. здесь располагался аэродром для Императорской армии Японии (1868-1945гг).
Аэродром реконструирован в июне 1966 года, с постройкой новой ВПП до 1994г.**



поселок Смирных - город Поронайск, время в пути: 03:35, 79 км, 173 м



город Поронайск - город Макаров, время в пути: 04:13, 77 км, 464 м



город Макаров



город Макаров - поселок Взморье, время в пути: 05:45, 107 км, 763 м



Финиш 22 августа.

поселок Взморье - г. Южно-Сахалинск, время в пути: 05:16, 111 км, 306 м



9 августа — 22 августа 1945 года — период Южно-Сахалинской наступательной операции

город Южно-Сахалинск, Площадь Славы.



Мемориальный комплекс, посвящённый советским воинам, павшим в боях за освобождение Южного Сахалина и Курильских островов от японских захватчиков в августе 1945 года

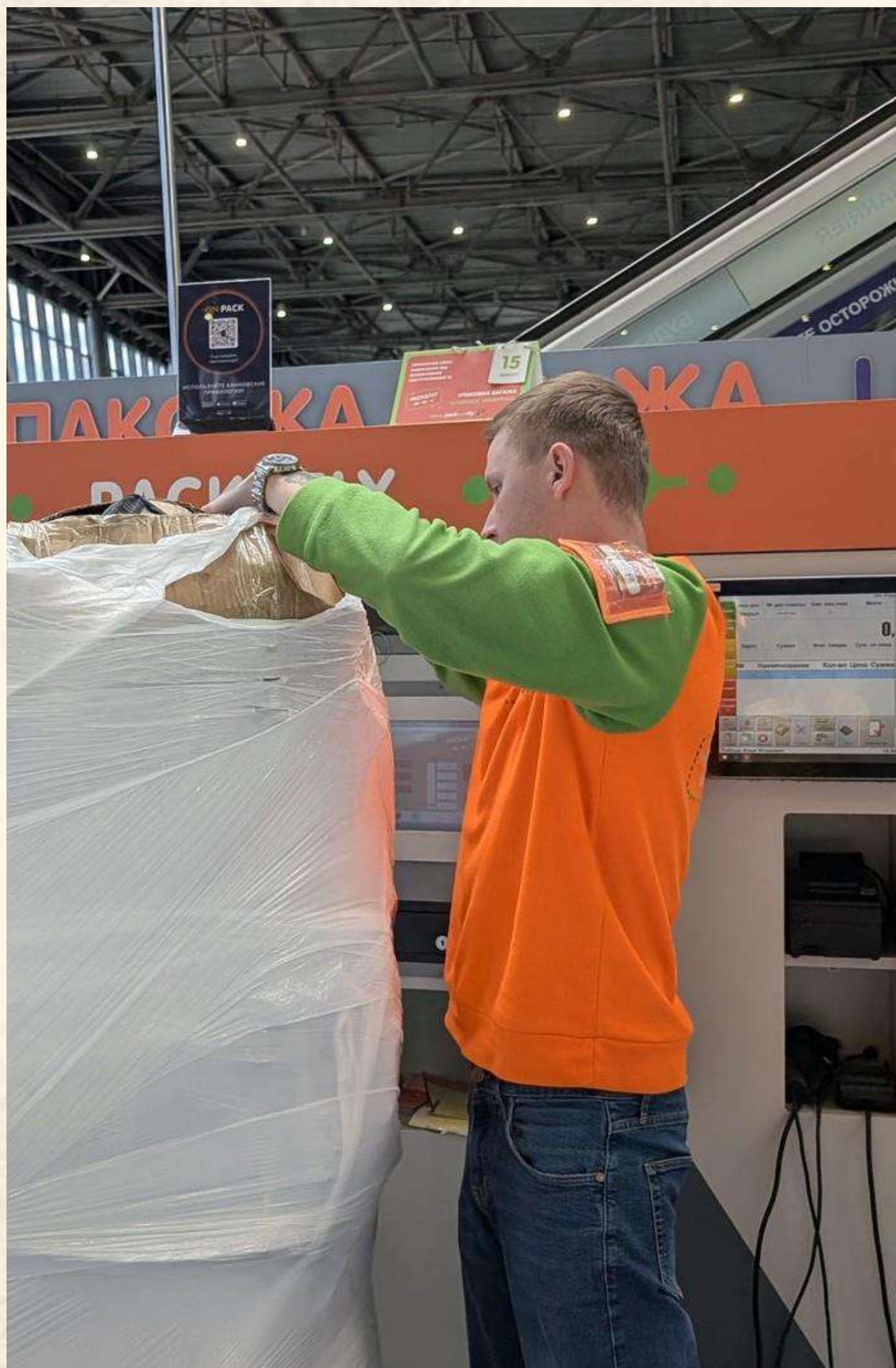


город Южно-Сахалинск



город Южно-Сахалинск





Весь маршрут обратно в Уфу

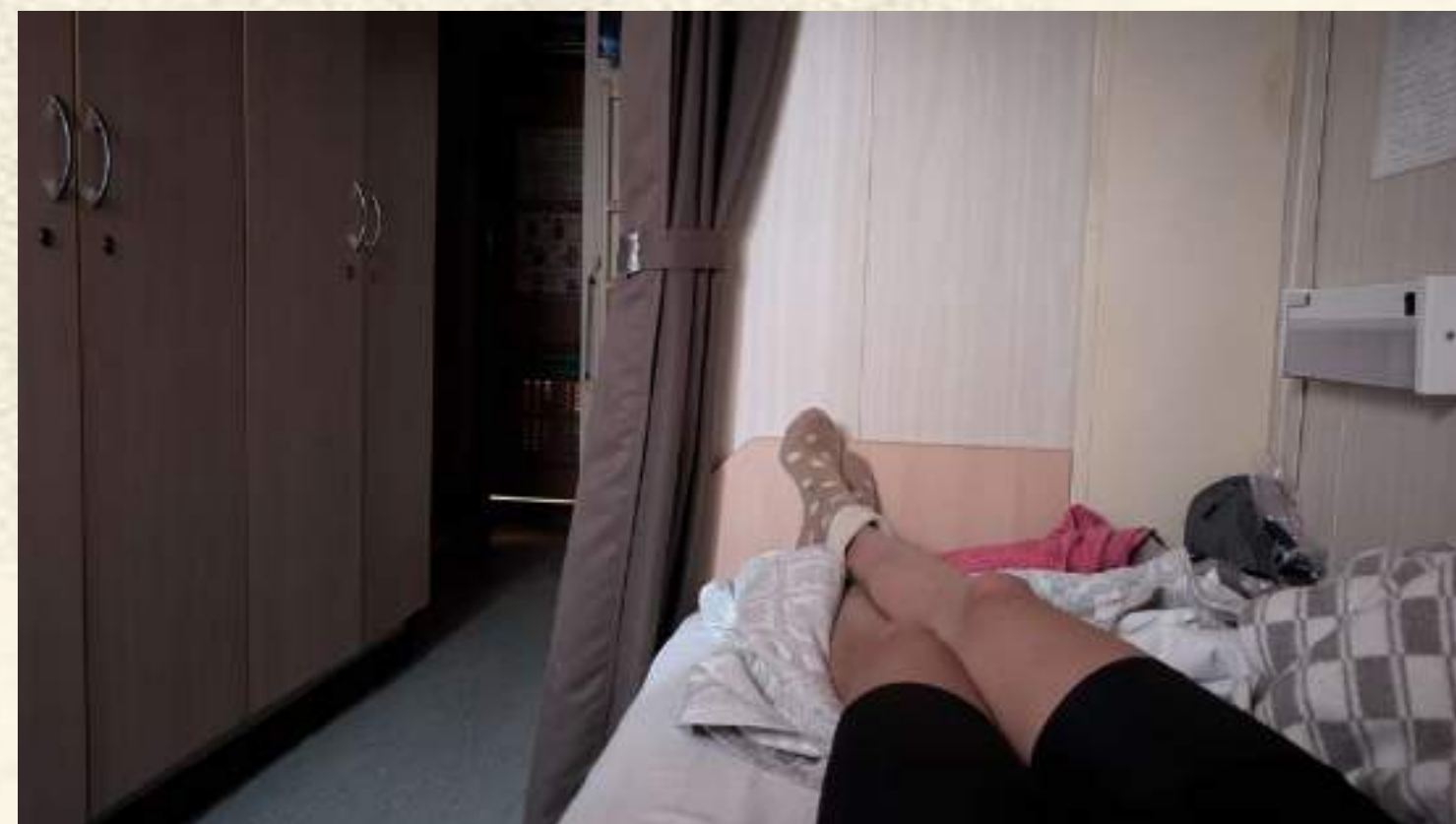
город Южно-Сахалинск - город Холмск (автобус) 28.08
город Холмск - поселок Ванино (теплоход) 29.08
поселок Ванино - город Владивосток (поезд) 30.08-01.09
город Владивосток - город Красноярск (самолет) 04.09
город Красноярск - город Уфа (поезд) 10.09-12.09



город - порт Холмск



город Холмск - поселок Ванино (порт)



поселок Ванино (порт)



поселок Ванино - город Владивосток (поезд)



город Владивосток



город Владивосток - город Красноярск (самолет)



город Красноярск - город Уфа (поезд)



Основные практические рекомендации на примере данного маршрута

1. Начинать подготовку минимум за полгода.
2. Учитывать погодные условия — закладывать запасные дни (минимум 3–5).
3. Продумывать “эвакуационные” варианты на каждом участке.
4. Обязательно продумать сеансы связи.
5. Велоремонт своими руками — тренировать этот навык заранее.
6. Инициировать “схоженность группы”.
7. Повторить навыки оказания первой помощи.

Дальний Восток — не такой уж и дальний, если ты умеешь планировать, если с тобой команда и если ты действительно хочешь увидеть свою страну!



*«География - самая героическая
и самая поэтическая из всех наук,
наука о Земле и человеке, живущем
на ней»*

А. Казанцева



**Спасибо за
внимание!**