



БОЛГАРИЯ СПОРТ



www.bulgariatravel.org

Почему Болгария?

Самая неразгаданная тайна

Откройте для себя неизвестный уголок земли, который предложит вам больше, чем вы даже могли мечтать. Болгарию называют „самой неразгаданной тайной Европы“. Спросите ваших знакомых, что они знают об этой маленькой стране, и дух первопроходца непременно приведет вас в Болгарию. Старый континент хранит свои сокровища, и у него все еще есть чем вас удивить!



Все богатства природы в одной горсти

Возможно ли, чтобы всего лишь на 111 000 кв. км было собрано столько даров природы? Хотите встретить восход солнца на самой высокой вершине Балканского полуострова, а провести день на теплом песке на морском берегу? Хотите ли, выбравшись из 200-метровой пропасти, сразу же взобраться на 200-метровую скалу? А могли ли вы мечтать, что после того как будете парить над незнакомым каньоном, спустя всего лишь несколько часов сможете рассекать лодкой воды бурной реки? Вам предстоит экстремальный отпуск, насыщенный разнообразными эмоциями, в уникальных уголках Болгарии.



Перекресток культур

Болгария – это одна из немногих туристских дестинаций, которая может предложить вам одновременно комфорт современного мира и очарование неизвестных древних культур и религий. В современных отелях или в старинных домиках в маленьких деревушках вас встретят гостеприимные хозяева, похожие на героев старинных сказок. Ваше экстремальное путешествие будет проходить на фоне романтических декораций из множества культурно-исторических достопримечательностей, представляющих собой наследие разных цивилизаций, населявших Балканский полуостров в течение тринадцати веков.



Содержание

Бурные воды – каяк и рафтинг	2
Водный туризм	3
Дайвинг	4
Сёрфинг	5

Парапланеризм	6
Парашютизм	7
Банджи	8



Верховая езда	9
Карта Болгарии	10
Катание на горном велосипеде	12
Мотокросс	13
Трекинг	14
Пещерный туризм	15
Веревочные парки, виз феррата, каньонинг	16
Скалолазание	17
Ледолазание	18
Катание на лыжах вне трасс (фрирайд)	19
Спорт в больших городах	20



Бурные воды – каяк и рафтинг

Приключение начнется сразу же, как только вы укажете на карте нетрадиционную для скоростных быстрых вод дестинацию - Болгарию. Здесь климат позволяет круглогодично осуществлять сплав на каяках и в продолжение трех сезонов - на рафтах. Трассы протяженностью 8-15 км имеют среднюю категорию трудности. Некоторые маршруты дополнены удобными отелями и инфраструктурой по берегам рек. Иные трассы для сплава предполагают проезд по грунтовым дорогам, романтический привал и встречу с дикой природой. Сплав по незнакомым быстрым рекам Болгарии даст вам большую дозу адреналина и познакомит с гостеприимными жителями небольших сел, расположенных вблизи реки.



Река Струма (Кресненское ущелье)

Ущелье реки Струма предлагает возможность сплава по бурным водам круглогодично и является самой популярной дестинацией в Болгарии. Весной 2008 г. здесь проходил этап соревнования Европейского кубка по рафтингу. Ущелье имеет два восьмиклометровых участка: трудный (категория III+ (V), и легкий (категория II+ - III). По берегам реки проходит магистральная дорога, которая обеспечивает как легкий доступ к старту, так и удобные площадки для наблюдения за сплавом.

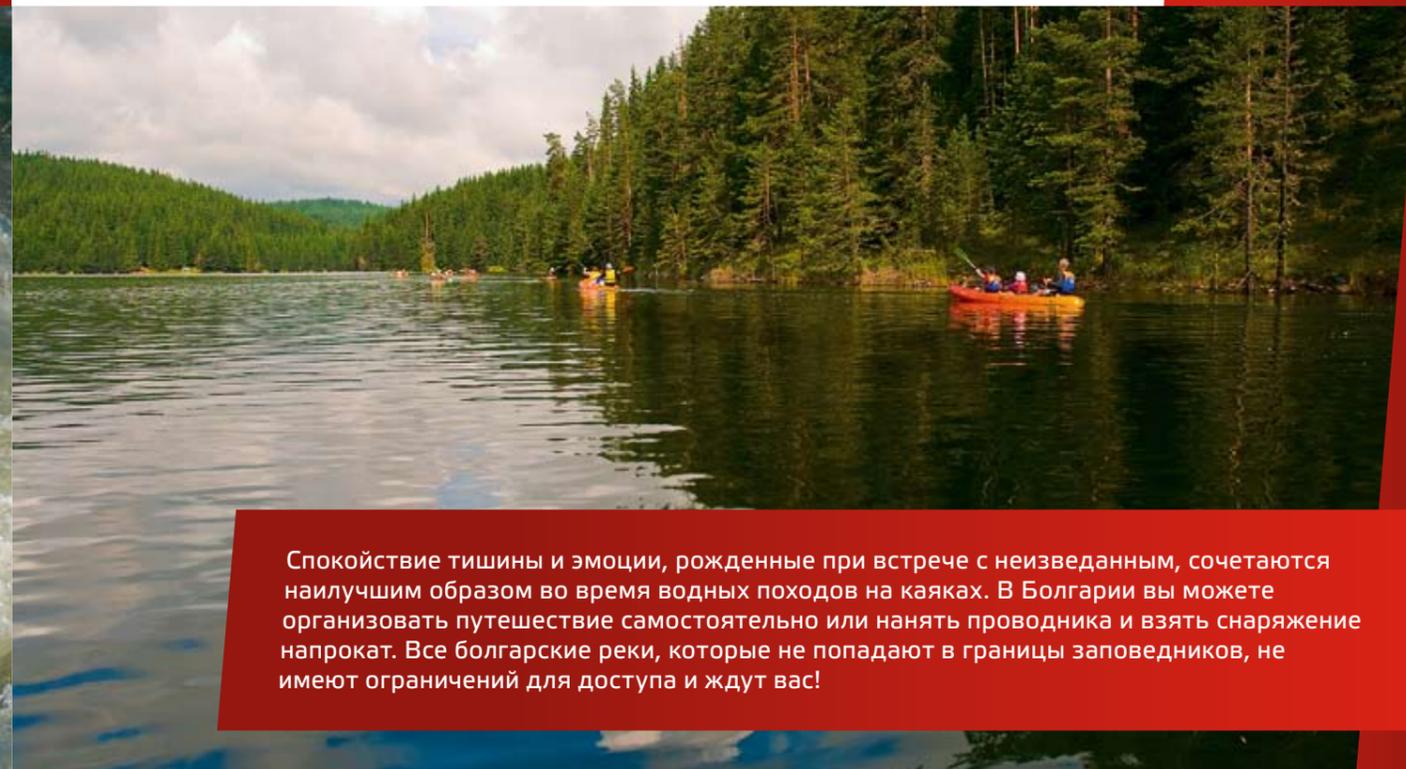
Река Арда

Живописный каньон, экстремальные пороги и безлюдные берега – вот что вас ожидает по течению реки Арда. В период половодья можно сплавляться по двум пятнадцатиклометровым участкам, имеющим категорию трудности III–IV. Трассы разделены средневековым Дьявольским мостом – памятником культуры. Ваш уровень адреналина достигнет критической точки при сплаве на каяке во время весеннего половодья на реках Искыр, Чепинска, Златаришка, Рилска, Бели Искыр, Леви Искыр, Бебреш, Чепеларска.

В ущелье реки Струма есть участок с более низкой степенью трудности, что позволяет проводить специальный сплав только для детей (8-14 лет). Юноши и девушки моложе 18 лет могут сплавляться и по технической трассе, но это возможно только при согласии родителей.

2

Водный туризм



Спокойствие тишины и эмоции, рожденные при встрече с неизведанным, сочетаются наилучшим образом во время водных походов на каяках. В Болгарии вы можете организовать путешествие самостоятельно или нанять проводника и взять снаряжение напрокат. Все болгарские реки, которые не попадают в границы заповедников, не имеют ограничений для доступа и ждут вас!

Река Дунай

Узкие речные каналы, дикие острова с непроходимыми лесами, обширные песчаные косы, редкие виды птиц и рыб – все это вы найдете между болгарским и румынским берегом Дуная... Спокойные воды Дуная ждут вас в любое время года. Самым массовым мероприятием здесь является традиционный поход ТИД в августе, а самый большой вызов – это зимние походы на лодке по реке.

Реки Янтра, Велека, Арда, Марица, Тунджа, Камчия

Спокойные воды нижнего течения больших болгарских рек перенесут вас на затерявшиеся пляжи, проведут мимо безлюдных берегов или дадут возможность увидеть культурные и исторические достопримечательности с другой стороны.

Водохранилища Кырджали, Студен кладенец, Ивайловград, Батак, Доспат, Беглик, Жребчево, Копринка, Искыр

Доплывите до одинокого острова, найдите затерянный пляж или совершите прогулку по водохранилищу вблизи живописных берегов, которые отражаются в хрустальной воде... Разбейте палатку на берегу или поселитесь в отеле с панорамным видом и отдайтесь приключениям на каяке на каком-нибудь болгарском водохранилище.

Каяк в спокойной воде доступен для детей старше 5 лет, а ребенок на борту лодки – это развлечение для всего экипажа. Водные походы являются идеальным семейным приключением, в котором все участвуют равноправно.



3

Дайвинг

Большой неожиданностью для вас после всего, что приходилось слышать о грозном Черном море, будет оказаться в его дружелюбных водах около болгарского берега. Уже при первом соприкосновении с водой вы поймете, что она в два раза менее соленая, чем вода в других морях. Течения, штормы, приливы и отливы являются незначительными, а в период летних месяцев (июнь – сентябрь) вода вдоль побережья согревается до 24-26°C. Трафик крупных плавучих средств сравнительно небольшой. Все это делает Черное море идеальным местом для начинающих водолазов. Но эти условия характерны только для верхнего пласта, где находится теплая „пресная“ вода. Внизу проходит холодное средиземноморское соленое течение, идущее из Босфора. В Черном море на глубине 200 м ниже уровня поверхности отсутствует кислород. Это означает, что на такой глубине нет жизни, но с другой стороны, там создаются благоприятные условия, позволяющие сохранить на дне артефакты (при отсутствии кислорода почти не происходит процесс гниения, и они практически консервируются). Для искателей острых ощущений здесь много неразгаданных тайн. Более того – технический дайвинг для Болгарии является сравнительно новым спортом, у которого есть много возможностей.

На болгарском побережье находятся более 20 водолазных центров.

Затонувшие корабли

Самый доступный и сохранившийся – „Мопанг“ (всего лишь на глубине 25 м около города Созопол). Более дерзких ждут затопленные во время второй мировой войны подводные лодки.

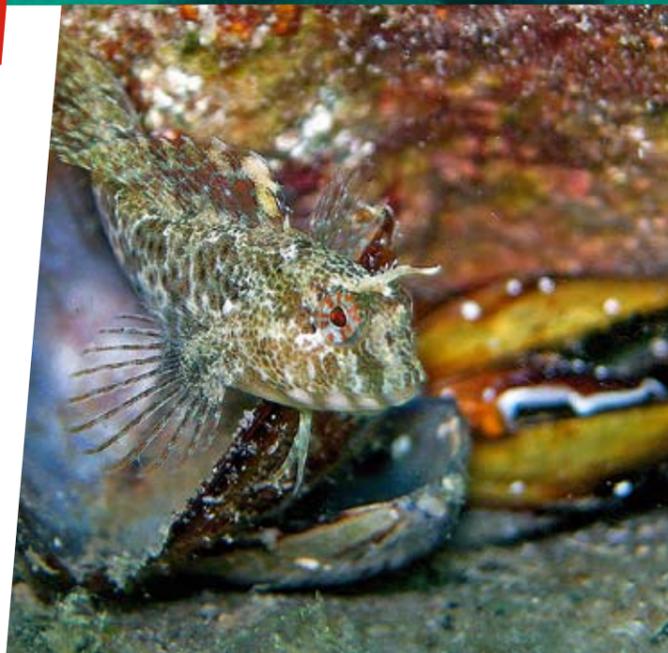
Подводные пещеры – село Тюленово.

Флора – подводный лес около острова Святого Ивана вблизи города Созопол.

Фауна – в Черном море живет около 180 видов рыб и три вида дельфинов.

Тауклимат – наверное, самое живописное место для подводной рыбной ловли по всему Северному Черноморскому побережью – множество маленьких заливов, пещер и разбросанных в море скал.

Южнее села Варвара охотника, вооруженного гарпуном, может поджидать встреча даже с самыми редкими видами морских обитателей.



Все водолазные центры предлагают программы для детей. Дети старше 8 лет могут научиться плавать и нырять в маске, с трубкой и в ластах, а подростки старше 10 лет – дышать при помощи водолазного аппарата под руководством инструктора в мелких и тихих водах.

Серфинг



Говорят, что серфингисты, как рыбаки – каждый готов поделиться с вами хотя бы одной невероятной историей. Если вы приедете в Болгарию, чтобы покататься на серфинг-доске, то услышите разные байки. Одни будут описывать Черное море с огромными волнами, бурными ветрами и чудовищами, которые выплывают из глубин. Другие расскажут о какой-нибудь романтической прогулке на доске рядом с двумя дельфинами в тихом заливе, будут объяснять, какая спокойная и пресная вода в Черном море, в котором живут русалки; вспомнят, как когда-то, еще детьми, „гуляли по лунной дорожке“, и даже медузы не стремились их „обжечь“ на память... Но, как и в сказках, в каждом таком невероятном рассказе скрывается доля реальности. Независимо, ищете ли вы попутный ветер или борьбу со стихиями, Черное море даст возможность каждому найти то, о чем будет потом рассказывать своим внукам... Вблизи любого места для серфинга вам предоставят возможность поселиться как в фешенебельных отелях, так и в маленьких рыбацких домиках или в кемпингах (палатках и прицепах-дачах).

Кемпинг „Золотая рыбка“ и залив Атлиман (около города Китен) являются подходящими для начинающих серфингистов, так как там нет волн, затрудняющих обучение. **Крапец, Албена, Варна, Бургас, Несебр, Поморие, Кемпинг Градина, Кемпинг Каваците, Кемпинг Корал, Кемпинг Юг, Лозенец, Кемпинг Арапя, Силистар** – это самые популярные дестинации для занятия серфингом на Черноморском побережье Болгарии. Берега в этих местах открытые, и почти всегда есть подходящий ветер, особенно в сентябре.

Водохранилища

Почти круглогодично самые воодушевленные серфингисты находят ветер на больших водохранилищах: Искыр, Горни Дыбник, Доспат, Копринка, Долна Диканя, Лобош и других.

Детям рекомендуется начинать заниматься серфингом в возрасте около 5-6 лет, когда они уже имеют физическую возможность справляться с парусом. Для маленьких подходящими являются заливы (Золотая рыбка, Атлиман), так как там и ветер, и волны слабее. Даже и в самые тихие дни волны достаточны для того, чтобы дети могли усовершенствовать свои умения в серфинге.



Парапланеризм

В 2005 г. впервые в Болгарии были проведены соревнования по парапланеризму на Кубок мира. В среде парапланеристов Болгария – незнакомая земля. Разнообразный рельеф и метеорологические особенности (высокие облака, сильные термики) дают возможность для незабываемых, наполненных приключениями перелетов, или для попыток установить спортивные рекорды. Активный сезон – с апреля по сентябрь, а те, кто не боятся холода, могут использовать и солнечные зимние дни. В Болгарии свыше 80 стартовых площадок, но есть и много неисследованных возможностей, которые ждут своих первопроходцев!



Полеты в горах

Сопот (хозяйин международных соревнований), Златица, Ком, Враца, Бузлуджа и Сливен (в горах Стара планина), как и горы Рила, Пирин, Витоша, Конявска имеют все условия для кросс-кантри перелетов (200+ км) и закрытых маршрутов (120+ км): красивые виды, сильные термики (6+ м/с), высокая база облаков (3500+ м).

Равнинные полеты

По холмам недалеко от городов Мадара, Шумен, Монтана, Перник, Невша и Тополица встречаются стабильные термики (4+ м/с) в сочетании с высокой базой облаков (3500+ м). Все это является подходящим не только для кросс-кантри полетов, но и для реющих полетов.

Реющий полет

Небо над Албеной, Варной, Бургасом и над остальным Черноморским побережьем Болгарии предлагает отличные условия для реющих полетов.

Самые смелые родители доверяют своих детей инструкторам для тандемных полетов, как только малыши начинают ходить. Осуществлять самостоятельные перелеты молодые люди могут по достижении 16 лет.

6

Парашютизм



Для прыжков с парашютом в Болгарии вам необходимо только одно: желание должно быть сильнее страха! Для тех, кто будет прыгать впервые, есть несколько вариантов. Наиболее безопасно вы будете чувствовать себя, прыгнув в тандеме с инструктором. После краткого инструктажа вы полетите с высоты 3500 м, причем единственной вашей задачей будет расслабиться и наслаждаться в течение полуминуты свободного падения со скоростью 150 км/час. Все остальное находится в руках инструктора. Если вы захотите прыгнуть самостоятельно, то, пройдя обучение за несколько часов, можете осуществить полет с высоты около 800 метров приблизительно в течение 5 секунд. По их истечении крыло откроется принудительно (посредством троса, прикрепленного к самолету). Это наиболее дешевый вариант. Самое большое удовлетворение доставляет Accelerated Free Fall („ускоренное свободное падение“) с высоты 3000 метров – прыгаете, взявшись за руки, с двумя инструкторами, которые помогают занять самую лучшую позицию во время свободного падения, и в конце они открывают парашют. Рекомендуются людям, которые хотят продолжить прыжки и желают развиваться в этом виде спорта.

Современные самолеты и парашюты, тандемные или самостоятельные прыжки предлагают опытные инструкторы баз в городах **Монтана, Казанлык, Пловдив или Приморско**.

В Болгарии нет запрета на проведение и В.А.С.Е прыжков. До сих пор были сделаны успешные попытки прыжков с парапланера и с **моста Витиня (120 м)**, но люди с духом первопроходцев могут опробовать 400-метровую скальную стену около города **Враца** и другие новые объекты.

Не имея никакой предварительной подготовки, дети в возрасте от 10 до 16 лет могут прыгать в тандеме с инструктором при наличии согласия родителей.



7

Банджи

Если хотите совершить банджи-прыжок с самого высокого моста на Балканском полуострове или с самого высокого свода пещеры на Балканах, добро пожаловать в Болгарию! Банджи-прыжки – одни из самых популярных и доступных экстремальных ощущений. Везде, где условия позволяют, можете прыгнуть с шара. После того как накопите опыт, можете попробовать и прыжок типа „маятник“. Каждый год 22 марта на Стамболовом мосту в городе Велико Тырново осуществляется попытка улучшить национальный рекорд по наибольшему числу прыжков в течение одних суток. Это самый массовый сбор любителей банджи-прыжков. Также можете выбрать тандемный или ночной прыжок. Во время летнего рок-фестиваля в городе Каварна устанавливается кран, с которого производятся банджи-прыжки во время концертов. Если хотите сочетать романтику и адреналин, организуйте свое свадебное торжество на 50-метровой платформе, с которой должны будете прыгнуть, после того как скажете „да“.



Витиня

На горном перевале Витиня на автомагистрали Хемус находится виадук Бебреш – точка, с которой производятся самые высокие прыжки на Балканском полуострове (120 м).

Деветашката пещера около города Ловеч – самый высокий входной пещерный зал на Балканах – 40 м и пещера Проходна около Карлуково (40 м). Здесь можно осуществить красивые прыжки в мистической атмосфере.

Аспарухов мост около Варны (50 м) – отличный выбор для прыжков над морем в летнюю жару. Если пожелаете, прыжок может сочетаться с погружением в воду.

Другими популярными большими мостами над реками являются: Стамболов мост в городе Велико Тырново (25 м), виадуки около города Клисурса (30-70 м), мост Писанец между городами Русе и Разград (65 м), мост над рекой Велека за селом Звездец (45 м).

Буново, Розино, Долно Камарци, Копривщица – живописные железнодорожные мосты (25-30 м).

8

Верховая езда

Жизнь болгар связана с лошадьми с древних времен. В VII в. их прадеды переправились через реку Дунай, ухватившись за хвосты своих лошадей, и заселили Балканский полуостров, чтобы основать здесь свое государство. Изображение лошадиного хвоста находилось на первом флаге болгарского государства.



В Болгарии есть более 100 конных баз, где могут найти свои приключения и начинающие, и опытные наездники или даже дети. Можете выбрать однодневную, двухдневную или недельную программу. Хозяева поселят вас в аутентичном сельском доме или в шатре кочевника.

Около больших городов

Менее чем за час в пути можете перенестись в вихрь мира лошадей.

У подножий гор

Конные базы являются исходными пунктами для „диких“ прогулок в лесу или по горным хребтам, расположенным на высоте более 2000 м над уровнем моря для любителей крутых и узких тропинок и чистых холодных потоков.

На равнине хорошо скакать галопом, чтобы горизонт был вдаль перед вами, собирать лекарственные травы, осматривать крепости или организовать пикник на берегу большого водохранилища.

По Черноморскому побережью

В жаркие летние дни можете охладить себя и лошадь в морских водах или полюбоваться закатом на бескрайних пляжах, сидя верхом на лошади.

Уже в 2-3 года дети могут сесть на лошадь с проводником, 4-5-летние малыши могут ездить верхом на пони, а после того, как получат основные навыки, уже совсем скоро смогут сесть в седло большой лошади. Все базы дают возможность детям для однодневных приключений, систематических тренировок или недельных каникул.



Для юношей и девушек, не достигших 16 лет, требуется согласие родителей, а для детей, не достигших 10 лет – сопровождение родителей. Малыши могут начать прыгать в возрасте около 6 лет, но, поскольку они очень легкие, им рекомендуется прыгать вместе с инструктором или по двое.



9



- 1 Бурные воды – каяк и рафтинг
- 2 Водный туризм
- 3 Дайвинг
- 4 Сёрфинг
- 5 Парапланеризм
- 6 Парашютизм
- 7 Банджи
- 8 Верховая езда
- 9 Катание на горном велосипеде
- 10 Мотокросс
- 11 Трекинг
- 12 Пещерный туризм
- 13 Веревоочные парки, виа феррата, каньонинг
- 14 Скалолазание
- 15 Ледолазание
- 16 Катание на лыжах вне трасс (фрирайд)
- Аэропорт
- Порт
- Пограничный пункт

Катание на горном велосипеде



В Болгарии развиты все разновидности езды на горном велосипеде. В течение периода май – октябрь маршруты доступны и для начинающих, и для опытных велосипедистов, а самые стойкие могут заниматься спортом на двух колесах даже и зимой. Вы можете купить себе карту велосипедных маршрутов какого-нибудь региона и самостоятельно отправиться в мир приключений. Другим, возможно, будет приятнее присоединиться к какому-нибудь групповому походу с проводником и организованными местами ночлега. Если вы ищете нестандартные эмоции, можете попробовать свои силы на эмблематичном маршруте „Ком – Емине“ вдоль горного хребта Стара планина или включиться в традиционный массовый велосипедный тур вокруг горы Витоша, который проводится в конце июня.

Боровец. Общая протяженность трассы 20 км с четырьмя уровнями сложности. Есть возможность для всех дисциплин (downhill, cross country, free ride и all mountain) и специально оборудованный подъемник для велосипедов. Downhill трасса имеет общую протяженность 2200 м с денivelированием 440 м. Здесь проводятся международные соревнования, а также зимние турниры.

Сопот. Есть инфраструктура для downhill, cross country, 4cross и trial. Трасса для спуска с протяженностью 4 км, имеющая денivelирование 800 м, и обслуживаемая сидячим подъемником. Сопот является традиционным хозяином многонациональных и международных соревнований.

Драгалевцы – пригород Софии. Сидячий подъемник поднимет вас на высоту около 2000 м над уровнем моря, откуда по маркированному велосипедному участку до первых домов города почти 1000 м.

Беглика – экологический парк приключений, располагающий хорошими возможностями для cross country и free ride.

Родопи – это множество грунтовых дорог и лесных троп, подходящих для езды на горном велосипеде. То же самое есть в горах Странджа, Осогово, Стара планина, Славянка, в низких частях гор Пирин и Рила и других.

Любой ребенок старше 5 лет может включиться в подходящую программу езды по лесным дорогам, а более легкие трассы для спуска являются доступными для подростков старше 10 лет.

12

Мотокросс



На трассах „Горна Росица“ около города **Севлиево** и „Ридо“ около города **Самоков** проходят мировые чемпионаты. Трассы находятся в отличном состоянии, имеют всю необходимую инфраструктуру – место для парковки, трибуны, душевые и туалеты, заведения для питания. Подходят для опытных мотоциклистов.

Две трассы есть в **Софии**, а недалеко от города – еще несколько полигонов с различной степенью трудности – Бистрица, Мало Бучино, Локорско, Ботунец, Пасарел и Лесново.

Много адреналина ждет вас и на трассах в других частях страны: Игнатиево (около города Варна), Троян, Левски, Разлог, Луковит, Ямбол, Бобошево, Иганово (около города Сопот), Елена, Хисаря.

В 7 лет некоторые дети уже участвуют в соревнованиях. Обязательно, чтобы детей обучали не родители, а опытные инструкторы на подходящих для этой цели полигонах.

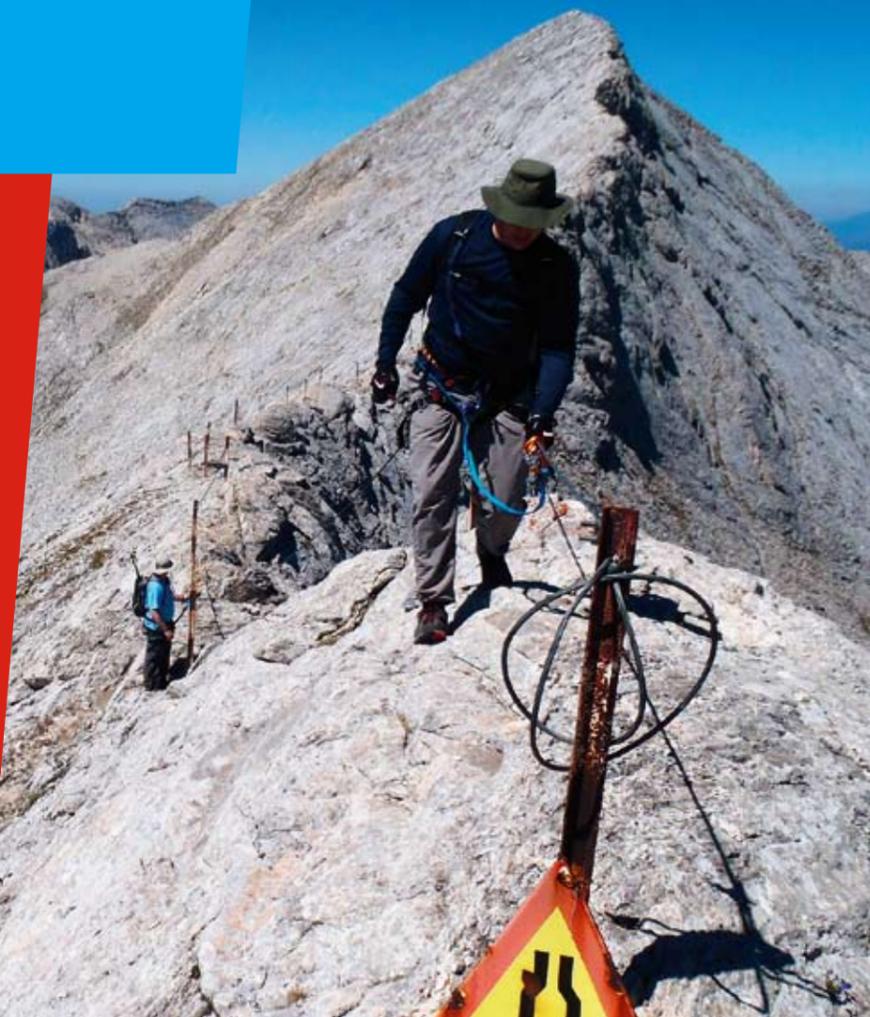
Самая лучшая комбинация свободы и адреналина на двух колесах – в Болгарии! Природа здесь дикая, тропы пустынные, трассы без маркировки, и все находится в ваших руках! В Болгарии есть более 30 горных участков, которые вдоль и поперек пересекаются грунтовыми дорогами и крутыми тропами. Большая их часть даже не отмечена на карте, так что все еще у вас есть возможность самим находить и вычерчивать маршруты на „белом листе“. Запрет на езду на мотоциклах есть в национальных и природных парках, заповедниках и на прочих защищенных территориях, на лыжных спусках и на тропинках, предназначенных для пешеходного туризма. В Болгарии проводится много национальных и международных чемпионатов, в том числе этапы Кубка мира по мотокроссу. Когда нет спортивных мероприятий, все обособленные трассы открыты, и вы можете провести тренировку на полигоне для соревнований.



13

Трекинг

В Болгарии есть более 35 000 км маркированных горных туристических троп. Особенностью болгарских гор является то, что вы можете подняться почти на все вершины, имеющие высоту более 2500 м, не применяя альпинистского снаряжения. Летние маршруты обозначаются цветной краской на камнях и деревьях, а зимние трассы маркируются металлическими табличками. Остановиться можно в многочисленных турбазах, лесных домиках или высокогорных отелях. „Дикие“ биваки запрещены, но палатки можете разбить в специально оборудованных кемпингах или около турбаз. В том случае, если понадобится помощь, нужно связаться с горно-поисковой спасательной службой (Планинската спасителна служба (ПСС)) по телефону 112.



14

Рила. Самая высокая вершина Мусала (2925 м) является доминирующей и на Балканском полуострове. Твердая гранитная структура гор придает им ярко выраженный альпийский характер. Самые трудные участки находятся в районе вершины Мальовица. Исключительной красотой отличаются семь рилских озер.

Пирин. Здесь вас ждут панорамные виды, 45 вершин с высотой более 2590 м, свыше 200 ледниковых озер и карстовых массивов.

Стара планина. Самая высокая вершина Ботев (2376 м). Горная цепь делит Болгарию пополам, начиная от ее западной границы до берегов Черного моря на востоке. Наиболее популярный маршрут проходит вдоль всего хребта, называется „Ком – Емине“ и является частью Европейского маршрута „Е-3“, который символически связывает Атлантический океан с Черным морем.

Большие пространства в горах Рила, Пирин и Стара планина являются национальными парками. В отношении них не введен особый режим доступа, но необходимо получить информацию о правилах поведения на этих территориях.

Родопы отличаются мягким климатом, округлыми формами рельефа, зелеными полянами, хвойными лесами, буйными холодными потоками, высокогорными стадами, звуками волынок и старинными каменными домами.

Витоша. Самая высокая вершина Черни връх (2290 м). Является привлекательной для гостей Софии, которые захотят совершить однодневную прогулку в горы.

Для маленьких детей самыми привлекательными являются экотропинки, на которых установлены информационные таблички, рассказывающие о диких животных и растениях. Предусмотрены специальные уголки для отдыха и игр.

Пещерный туризм



Болгария известна и еще одним бесценным богатством – пропастями, водными пещерами, кристаллами. Зарегистрированных пещер более 5000. Часть самых известных пещер находится в охраняемых территориях, но, несмотря на это, нет необходимости в специальном разрешении для посещения, если вы являетесь сертифицированным спелеологом. В период с сентября по май есть запрет на проникновение в обитания больших колоний летучих мышей. Информацию об охраняемых пещерах вам готова предоставить Болгарская федерация по спелеологии.

В Болгарии находится девять священных пещер, имеющих туристические маршруты – Леденика, Сиева дупка, Ягодинската пещера, Дяволското гърло, Магурата, Снежанка, Орлова чука, Ухловица и Бачо Киро. В этих пещерах любой турист может насладиться красотами подземного мира – вторичными образованиями или палеонтологическими находками.

Менее опытным искателям неопознанных ощущений предлагают совершить прогулки с проводником в неблагоустроенные пещеры: Водопада (около села Крушуна), Голубоица (около села Смилян) – водные пещеры; Харамийската – пропасть; Бачо Киро – лабиринт.

Спелеологи могут исследовать горизонтальные лабиринты пещеры Духлата (около села Боснек), которая является самой длинной в Болгарии (около 19 км), пещеры Темната дупка (около села Лакатник) или Орлова чука (около города Русе); самой глубокой пещерой в Болгарии считается Райчова дупка (-384 м в заповеднике Стенето в горах Стара планина); самые отвесные скалы находятся на территории НП „Пирин“, а статус самой „технической“ получила пещера Барки 14 над городом Враца.

Все дети, даже самого юного возраста, могут посетить девять туристических пещер. Более подготовленные физически могут проникнуть во многие пропасти или лабиринты в сопровождении проводника, а наиболее амбициозным предлагаются недельные спелеологические лагеря, которые дадут возможность побывать в самых скрытых уголках подземного мира.



15



Веровочные парки

Веровочные парки являются любимым местом приключений детей, но в Болгарии они бросают серьезный вызов и взрослым. Как правило, располагаются в близости к другим объектам экстремального туризма – пещерам, каньонам, скалам, рекам... Для всех предусмотрена плата за посещение, в которую входит и необходимое снаряжение. Самыми большими веревочными парками являются: „Ледницата“ («Ледник» около села Бресница), „Шамбала“ (около города Сопот), „Приключенският остров“ («Остров приключений около города Дряново), „Приказката“ («Сказка» около города Враца), „Маймунарника“ («Обезьянник» около курортного комплекса Золотые пески), „Дендрариум“ (Дендропарк в Природном парке „Витоша“ около Софии), „Бороландия“ (в курортном комплексе Боровец), „Беглика“ (около водохранилища Голям Беглик), „Долни Лозен“ (около Софии), „Катеричката“ («Белочка» около города Троян), „Девин“ (около города Девин) и другие.

Виа феррата

В Болгарии виа ферраты предназначены преимущественно, для развлечений, но дают возможность испытать волю и пройти тест на физическую выносливость. Для всех маршрутов является необходимым специализированное личное снаряжение, которое можно взять и напрокат недалеко от объектов. „Мальовица“ в горах Рила – продолжительность трассы 350 м, 2000 м над уровнем моря. „Ледницата“ около села Бресница – высота 60 м, имеет четыре маршрута с различной степенью трудности. „Гарга дере“ около города Смолян – трасса из двух частей с различной степенью трудности, общая продолжительность 300 м. „Клисура“ около города Клисура – высота 40 м – для начинающих.

Дети могут начать прохождение виа ферраты с 8-10-летнего возраста, но только с сопровождающим (родителями или инструктором). Самостоятельно рекомендуется подниматься по достижениям 16 лет.

Каньонинг

И начинающие, и имеющие опыт могут попробовать самостоятельно или с проводником осуществить восхождение, спуск по веревке, прыжки и плавание в глубоких речных руслах, водопадах и преодоление скальных отвесов. Самый большой вызов любителям острых ощущений бросают каньоны „Джендема“ в Национальном парке „Центральные Балканы“. Прочими местами являются Влахи, Клисура, Крушуна, Карлуково, Гложене. Каньонинг может быть подходящим для детей старше 7-ми лет, но трасса должна отвечать их физическим возможностям.



Альпийское и традиционное скалолазание:

Мальовишки дял в горах Рила (гранит) – 2000–2700 м над уровнем моря. Продолжительность маршрутов 100-200 м.

Пирин (известняк) – Северная стена вершины Вихрен – 2500–2900 м над уровнем моря. Продолжительность маршрутов 300-350 м.

Стыпалата – 2200 м над уровнем моря. Продолжительность маршрутов 50-200 м.

Вратцата около города Враца (известняк) – 300-500 м над уровнем моря. Продолжительность маршрутов 100-400 м.

Спортивное скалолазание:

Объекты, имеющие высоту менее 100 м, причем на каждом из них есть маршруты различной категории сложности: Лакатник, Боженица, Комините, Трынско-тождрело, Русенски Лом, Карлуково, Карандила, Бряновщица, Беледие хан, Габрово, Велико Тырново, Ловеч, Варна.

Боулдеринг:

Рилский монастырь, Бели Искыр.

Deep Water Solo:

Камен бряг, Тюленово

Для детей старше 4 лет являются подходящими спортивные объекты с более легкими маршрутами. Там они могут сделать свои первые шаги на верхней страховке.

Если вы думаете, что все хорошие скалы, подходящие для скалолазания, уже „поистерлись“, что в легкодоступных объектах нужно стоять в очереди, что в Европе уже все покорено и премьера немислима – значит, вы не были в Болгарии. Здесь есть прекрасные условия для скалолазания в течение всего года. В летние месяцы вас ждут высокогорные объекты, находящиеся на высоте более 2500 м над уровнем моря, или скалистые морские берега. Даже в дождливые дни вы можете лазить под каменными сводами, например, в пещерах Проходна около села Карлуково. Гарантировано, что и за год скалолазания в Болгарии, вам не придется повторить какой-нибудь маршрут.



Ледолазание



На первый взгляд кажется, что ледолазание – это занятие только для профессионалов, но каждый, у кого есть теплая зимняя одежда, и кто любит проверять себя на прочность, может всецело отдалиться альтернативному зимнему приключению и при содействии инструктора преодолеть замерзший водопад. Объекты для ледолазания в Болгарии легкодоступны, находятся на сравнительно небольшой высоте над уровнем моря, а большинство туристических агентств предлагают однодневные или двухдневные программы для людей, которые не имеют опыта и специального снаряжения. В зависимости от метеорологических условий водопады хорошо замерзают с декабря по март.

Наиболее подходящими местами для ледолазания являются: **Боянский водопад (Витоша), водопады Малък и Голям Скакавец и Висулките (Рила), Скакля (Бов), Боров камък (Враца) и Прыскалото (Карлово)**. Они образуют лед высотой 30-150 м. Самый высокий и самый стабильный лед образуется на водопаде Голям Скакавец, а в техническом отношении самым трудным объектом, на котором проводятся национальные чемпионаты, является Висулките.

Около **турбазы „Мальовица“** в горах Рила есть искусственная ледяная башня высотой 15 м. Она освещается, так что если в течение дня вы совершали пешеходные походы или катались на лыжах, после захода солнца имеете возможность заняться ледолазанием под звездами.

Классическим зимним скалолазанием (комбинация льда и скал) опытные спортсмены могут заняться в объектах **Джендема** (Стара планина), **Резньовете** (Витоша), на северной стене вершины **Вихрен** (Пирин) и в районе **Мальовица** (Рила).

Дети любят лазать. Так что для них ледяные водопады не представляют собой ничего страшного, это просто очередное место для игр. С помощью опытного инструктора и верхней страховки малыши могут безопасно покорять водопады, но требуется физическая сила, поэтому ледолазание рекомендуется детям, достигшим хотя бы 7-8 лет.

Катание на лыжах вне трасс (фрирайд)



Наилучшие условия для спуска (freeride) есть в высоких частях в горах **Рила и Пирин**. Эмблематичные склоны находятся в районе **Мальовица** и **Семи рильских озер в горах Рила**, как и в местности **Тодорка и Безбог** в горах Пирин.

Если вы все еще не готовы отказаться от удобства подъемника, можете найти пушистый снег в лесах около лыжных зон в курортных комплексах **Боровец** (Рила) и **Банско** (Пирин).

Для любителей длительных походов на лыжах и снегоходах являются подходящими все горные районы, а в качестве рекомендуемых маршрутов предлагаются зимние тропы для трекинга, обозначенные металлическими указателями.

Зимние тропы – это чудесное и безопасное место, где и самые маленькие (5-6-летние) могут учиться ходить на лыжах. В возрасте 8-9 лет дети могут спускаться около трасс вблизи лыжных зон. Организовываются специальные зимние детские лагеря, где дети обучаются технике катания по необработанному снегу.

В Болгарии вы найдете бескрайние заснеженные склоны, которые бросают вам вызов совершить самостоятельное восхождение, и наградой за это будет первозданный снег, на котором останутся только ваши следы. Зона, подходящая для катания на лыжах или на сноуборде вне трассы, находится на высоте более 2000 м над уровнем моря, где снег лежит с декабря по март. В самых высоких горных районах можно спускаться даже в апреле и мае. Тогда снежный покров наиболее стабилен и опасность схода лавин относительно меньше, а температура позволяет кататься „с коротким рукавом“. Чтобы максимально избежать риска попадания в лавину, необходимо осведомиться об опасности схода лавин в информационных центрах курортов или в службе спасения в горах и соблюдать все правила безопасности.



Спорт в больших городах



В больших городах, как и в горных и морских курортах, есть комплексы для занятия всеми традиционными видами спорта. Стадионы, залы и площадки могут быть подходящими как для тренировочных сборов профессиональных команд, так и для свободных посещений с целью активного отдыха.

София

В столице имеются спортивные базы для занятия всеми видами спорта – футболом, теннисом, волейболом, баскетболом, гольфом, шахматами, водными, зимними и иными видами спорта. Крупнейшим комплексом является Национальный стадион им. Васила Левского. Многие из сооружений находятся на территории Борисова парка, а остальные базы располагаются в пригороде. В Софии проходят большинство значимых национальных и международных соревнований.

Пловдив

Второй по величине город Болгарии является уникальным благодаря своей гребной базе на реке Марица. Гребной канал имеет длину 2200 м, ширину 120 м и глубину 3 м. По берегам реки возведен крупный спортивный комплекс с футбольными полями, легкоатлетическими трассами, закрытым плавательным комплексом, закрытыми и открытыми теннисными кортами и спортивными залами.

Варна

Дворец культуры и спорта в Варне известен как место проведения матчей Кубка мира по волейболу. В комплексе находится закрытый плавательный бассейн, три спортивных зала, три теннисных корта, футбольное поле, легкоатлетическая трасса.

Банско

Крупнейший горный курорт в Болгарии известен своей лыжной зоной, но в течение всего года там можно заниматься футболом, играть в гольф и теннис, ездить верхом и пр.

Албена

Являясь центром всех водных видов спорта, морской курортный комплекс Албена – это место, которое предпочитают болгарские и иностранные спортсмены для занятий пляжным волейболом, футболом, гольфом, верховой ездой и теннисом.

Туристические информационные центры

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ТУРИСТИЧЕСКИЙ
ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЦЕНТР МИНИСТЕРСТВА
ЭКОНОМИКИ, ЭНЕРГЕТИКИ И ТУРИЗМА
1040 СОФИЯ, пл. Св. Недели, 1
Тел: +359 2 9335826, +359 2 9335821,
+359 2 9335811
E-mail: e-docs@mee.government.bg

СОФИЯ, подземный переход около Софийского
университета имени Св. Климента Охридского
Тел: +359 2 491 83 44; +359 2 491 83 45
E-mail: tourist@info-sofia.bg

АРДА 4790, д. Арда, общ. Смолян
Тел: +359 3028 2235; +359 889651232
E-mail: smi_arda@abv.bg

БАНСКО, пл. Никола Вапцарова, д. 1
Тел: +359 749 885-80; +359 749 88633
E-mail: infocenter@bansko.bg

БУРГАС, ул. Христо Ботева
Тел: +359 56825772, +359 56841542
E-mail: tic_burgas@burgas.bg

ВАРНА 9000, пл. Св. Кирилла Методия
Тел: +359 52608918, +359 52608919
E-mail: invarna@abv.bg

ВРАЦА 3000, ул. Димитраки Хаджитошева, 6
Тел: +359 92660318; E-mail: naturacenter@abv.bg

„УЗАНА“ – ГАБРОВО; г. Габрово,
пл. Возрождения, д. 3; Тел: +359 885 825 224
E-mail: uzana1@abv.bg

ДЕВИН 4800, пл. Освобождения, д. 5
Тел: +359 876 535435; E-mail: tic_devin@mail.bg

ДРЯНОВО, ул. Шипка, д. 65; Тел: +359 676 71005
E-mail: tic_dryanovo@abv.bg

КАЛОФЕР 4370, ул. Георгия Шопова, д. 3
Тел: +359 3133 59 88; E-mail: cbkea@yahoo.com

ПЛОВДИВ, Центральная пл., 1
Тел: +359 32656794, +359 32620229
E-mail: tic_plovdiv@abv.bg, tic.plovdiv@gmail.com

ТРОЯН 5600; ул. Васила Левского, д. 133
Тел: +359 670/ 6 09 64
E-mail: infotroyan@yahoo.com;
troyantour@abv.bg

ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Местоположение: Республика Болгария - государство в Европе, расположенное в восточной части Балканского полуострова. На востоке граничит с Черным морем, на юге - с Грецией и Турцией, на западе - с Республикой Македонией и Сербией, на севере - с Румынией.

Территория: 110 994 кв. км

Население: 7 563 710 человек (по справке НСИ на 31.12.2009 г.)

Климат: средняя зимняя температура: от 0 до -2 °С; средняя летняя температура: около 20-22 °С

Официальный язык: болгарский

Азбука: кириллица

Самая высокая точка: вершина Мусала (2925 м)

Временная зона: GMT (London) +2 (EST+7)

Столица: София

Валюта: болгарский лев (1 ЕВРО=1,955 BGN)

Административное деление: 28 областей,
264 муниципалитета

Важные телефонные номера:

Скорая помощь: 150

Пожарная и аварийная безопасность: 160

Полиция: 166

Служба спасения в горах: +359 8881470, +359 2 9632000

Единый европейский номер срочных вызовов: 112

Для дополнительной информации:

МИНИСТЕРСТВО ЭКОНОМИКИ, ЭНЕРГЕТИКИ И ТУРИЗМА

София 1000, Болгария
ул. Славянская, 8
Тел.: +359 2 9407001 Факс: +359 2 9872190, + 359 2 940 23 15
e-mail: e-docs@mee.government.bg
www.mee.government.bg • www.bulgariatravel.org



Оперативная программа "Региональное развитие" 2007-2013
www.bgregio.eu

Инвестируем в Ваше будущее!
Проект финансируется Европейским фондом регионального развития и
государственным бюджетом Республики Болгарии



РАЗНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ – СКВОЗЬ КРУГЛЫЙ ГОД

