



ГУП «Национальный PR-центр»

Перепечатка материалов или отдельных фрагментов данного материала, использование их в любой форме, в том числе в электронных СМИ, допускается с указанием авторства.



Экстремальный туризм

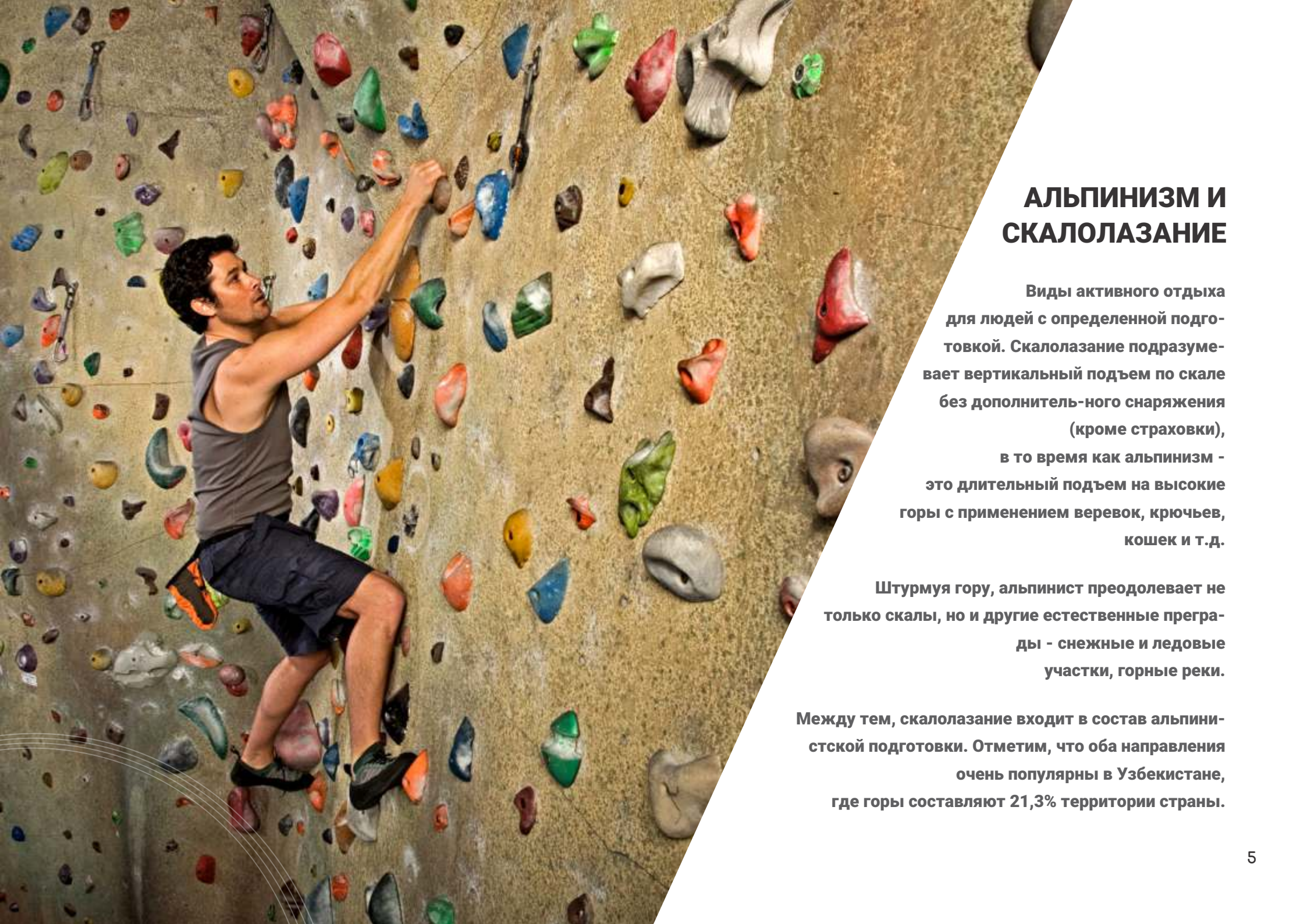
TOURISM
EXTREME

Содержание:

Альпинизм и скалолазание	5
Спелеология и треккинг	11
Пейнтбол	17
Автопутешествия и гонки	21
Зимний туризм	27
Велоспорт	33
Параплан и дельтаплан	37
Зиплайн	41
По воде и по воздуху	45



Информация об объектах ЭКСТРЕМАЛЬНОГО туризма в Республике Узбекистан



АЛЬПИНИЗМ И СКАЛОЛАЗАНИЕ

**Виды активного отдыха
для людей с определенной подго-
товкой. Скалолазание подразуме-
вает вертикальный подъем по скале
без дополнитель-ного снаряжения
(кроме страховки),**

**в то время как альпинизм -
это длительный подъем на высокие
горы с применением веревок, крючьев,
кошек и т.д.**

**Штурмую гору, альпинист преодолевает не
только скалы, но и другие естественные прегра-
ды - снежные и ледовые
участки, горные реки.**

**Между тем, скалолазание входит в состав альпини-
стской подготовки. Отметим, что оба направления
очень популярны в Узбекистане,
где горы составляют 21,3% территории страны.**



2

Наименование:	Местоположение:	Описание:
Скалодром в парке «Ватанпарвар»	Кашкадарьинская область, город Карши	Тематика этого молодого парка, как понятно из названия, носит военно-патриотический характер. А стало быть, здесь созданы все необходимые условия для того, чтобы каждый желающий смог заняться своим физическим развитием. В том числе в парке установлен современный тренажер для скалолазания, отлично повторяющий отвесную стену реальной скалы.
Координаты:		
Контакты:	+998 98 775 70 80	

3

Наименование:	Местоположение:	Описание:
Скалодром в городе Нукусе	Республика Каракалпакстан, город Нукус, улица Ислама Каримова, 116	Нукусский скалодром - прекрасное место и для обучения и оттачивания навыков скалолазания начинающих, и для тренировок профессионалов. Здесь имеются все необходимые тренажеры разной степени сложности, имитирующие природные скалы.
Координаты:		
Контакты:	+998 91 379 70 54	

Наименование:	Местоположение:	Описание:
Скалодром в парке «Анхор Локомотив»	город Ташкент, Шайхантахурский район, улица Лабзак	«Анхор Локомотив» - один из крупнейших парков развлечений, расположенный в столице Узбекистана. Здесь, на территории 8 гектаров, вас ожидают картинг, ледовый каток, карусели, аттракционы и не только. Есть и скалодром, где любой желающий в возрасте от 6 лет может попробовать покорить его вершину.
Координаты:		
Контакты:	+998 71 508 38 33	

Гора Кенкутан

Самаркандская область, Самаркандский район, Верхний Агалык

Координаты:



Контакты:

+998 91 555 41 34

Эта живописная горная местность расположена в 15 км на юго-запад от Самарканда, в долине реки Агалыксай. Агалык - это отрог Зеравшанского хребта высотой около 818 м над уровнем моря. А его основная гора Кенкутан имеет высоту 2178 м и доступна для восхождения как профессиональным, так и начинающим альпинистам.

Скалодром в парке «Локомотив»

город Ташкент, Мирзо-Улугбекский район, улица Темура Малика, 66

Координаты:

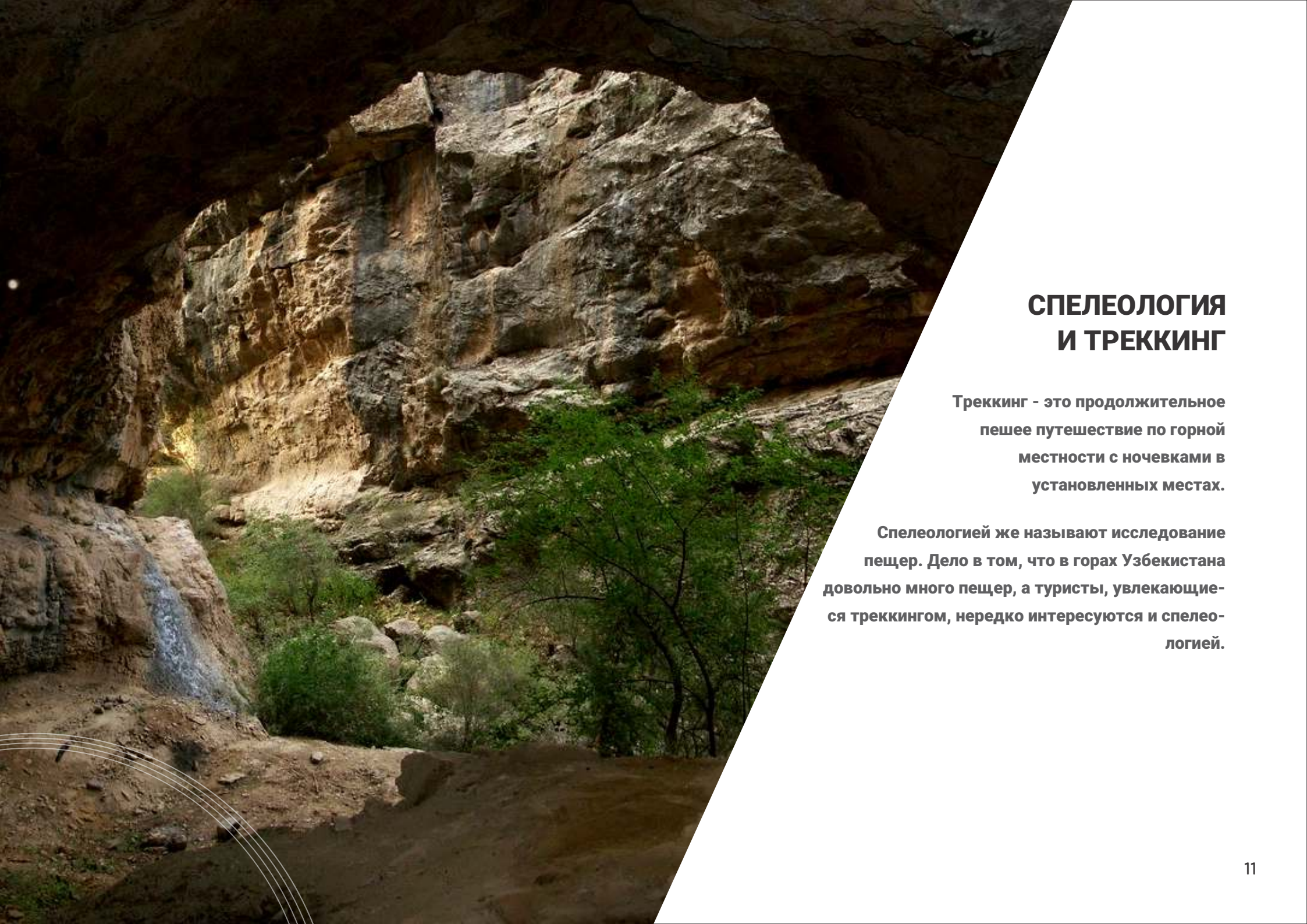


Контакты:

+998 71 205 09 00

В столичном парке аттракционов «Локомотив» присутствует отдельная экстремальная зона. Она представлена батутами, веревочным городком с пятью вариантами маршрута, разбитым по уровням сложности. Ну а самый массивный объект этой зоны - стена для занятия профессиональным скалодромом на открытом воздухе.





СПЕЛЕОЛОГИЯ И ТРЕККИНГ

**Треккинг - это продолжительное
пешее путешествие по горной
местности с ночевками в
установленных местах.**

**Спелеологией же называют исследование
пещер. Дело в том, что в горах Узбекистана
довольно много пещер, а туристы, увлекающие-
ся треккингом, нередко интересуются и спелео-
логией.**



7

Наименование:	Местоположение:	Описание:
---------------	-----------------	-----------

Пещера Амира Темура

Кашкадарьинская область, Яккабагский и Камашинский районы, Гиссарский государственный заповедник,

Координаты:



Контакты:

+998 91 257 47 76

Расположенная на высоте 2550 м над уровнем моря, эта пещера напоминает древнюю крепость и поделена на две части: основная имеет протяженность 750 м и сквозная - 190 м. Искусственно созданная площадка у самого входа в пещеру и большой кол для привязывания коней свидетельствуют о том, что здесь останавливался сам Амир Темура. Внутри присутствуют каменные сталактиты причудливой формы, а в южной части - озеро, вода которого сохраняет температурный режим в районе 6-8°C.

8

Наименование:	Местоположение:	Описание:
---------------	-----------------	-----------

Горный массив Ходжа Гур Гур ота

Сурхандарьинская область, Байсунский район, поселок Юкори махай

Координаты:



Контакты:

+998 76 223 35 03

Местность Ходжа Гур Гур ота - настоящий подарок для всех любителей альпинизма и живописной природы. Существует несколько путей восхождения на этот горный массив - простой для новичков и через скалы, требующий от туриста навыков скалолазания. Здесь расположены святой источник и пещера, а напротив нее - могила святого, в честь которого и назван массив.

Наименование:	Местоположение:	Описание:
---------------	-----------------	-----------

Хазрет-Султан - самая высокая горная вершина

Сурхандарьинская область, Сариясийский район, Сангардакская махалля

Контакты:

+998 76 223 35 03

Пик Хазрет-Султан имеет высоту 4643 м и является самой высокой точкой в Узбекистане. По преданиям здесь находится могила святого Хазрета Султана. Многим туристам вершина напоминает старинный сказочный замок. На пике этой величественной горы расположена каменная площадка, на которой обычно читают молитвы.

Наименование:	Местоположение:	Описание:
---------------	-----------------	-----------

Пещера Хазрати Довуда (Хазрата Давида)

Самаркандская область, Нурабадский район, кишлак Оксорой

Координаты:



Контакты:

+998 99 311 02 58

С этим священным местом, расположенным в 40 км к юго-западу от Самарканда, связано немало легенд. Многие паломники приезжают сюда просить помощи у святого, исцеления от болезней или исполнения заветного желания. Чтобы попасть в пещеру, необходимо подняться по 1303 крутым ступеням к старинной мечети, и уже от нее спуститься на 200 ступеней вниз.

Пещера представляет собой темный туннель шириной 0,5-4 м, высотой 15 м и длиной 30 м. Дойдя до конца туннеля вы увидите отпечатки ладоней и ступней Давида, прикоснувшись к которым люди загадывают желания.

Наименование:	Местоположение:	Описание:
---------------	-----------------	-----------

Ущелье Ходжамайхона

Сурхандарьинская область, Байсунский район, махалля «Темир Дарвоза»

Координаты:



Контакты:

+998 99 676 02 61

Невероятно красивая природная местность, основными достопримечательностями которой являются ущелье и святой источник. Ходжамайхона не оставит равнодушным ни одного ценителя горных пейзажей. Более того, поклонники спелеологических экскурсий могут заглянуть в находящуюся неподалеку отсюда знаменитую пещеру Тешик-Таш, где когда-то были найдены останки ребенка-неандертальца.



ПЕЙНТБОЛ

Командная игра с применением пневматических пушек, стреляющих шариками с краской, разбивающимися при ударе о препятствие и окрашивающими его. В процессе игры, которых пометили краской, выбывают.

В Узбекистане в пейнтбол играют как на закрытых площадках - в городах, так и на открытой местности - на природе.

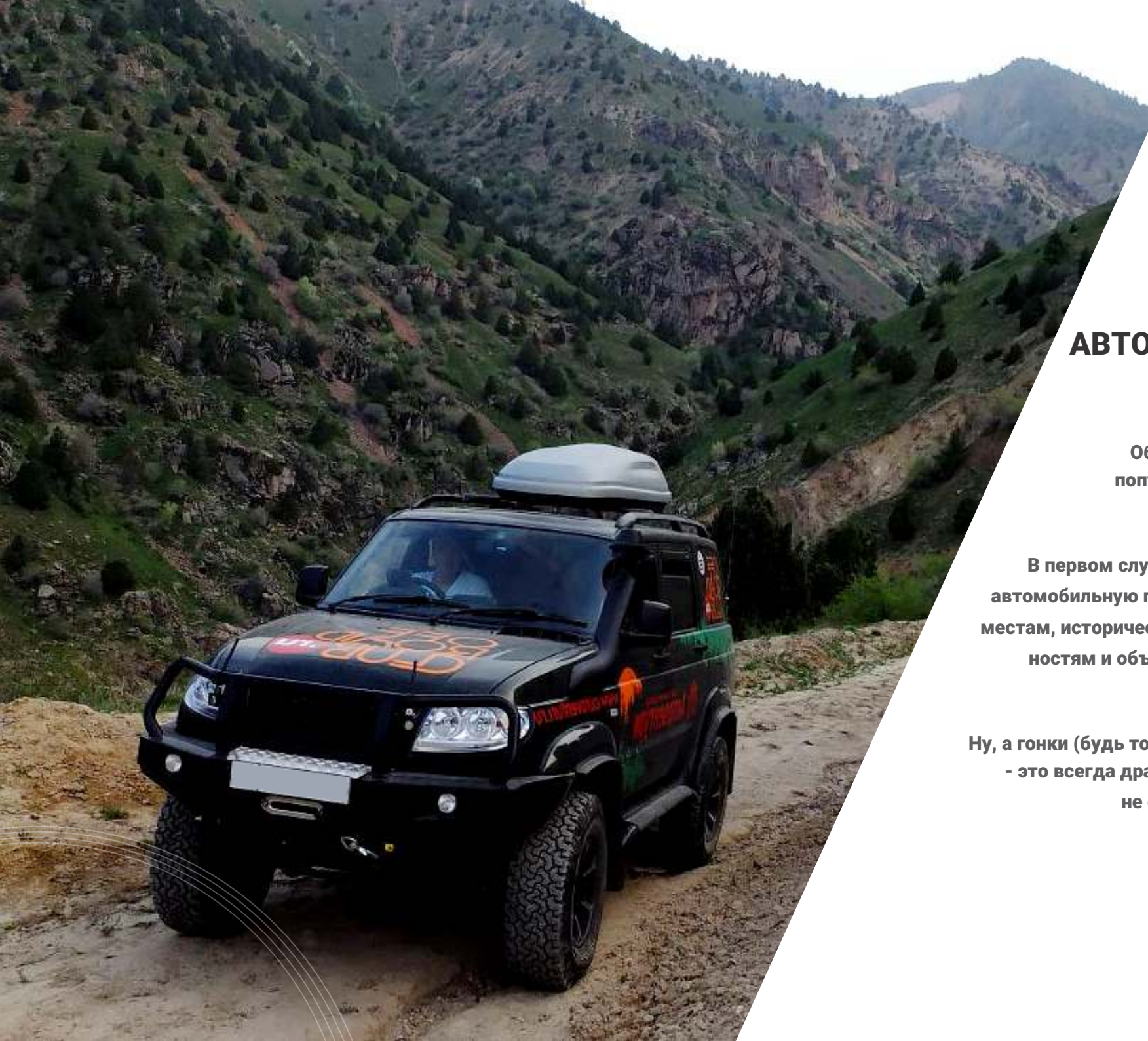
Для этой командной игры в разных уголках республики созданы все условия.



Наименование:	Местоположение:	Описание:
Пейнтбол на курорте Ангор	Наманганская область, Янгикурганский район, поселок Заркент	Оказавшись в этих краях с компанией друзей и близких, не упустите возможность сыграть в пейнтбол. Местные локации идеально подходят для тактических маневров, а персонал пейнтбольного клуба грамотно подберет для вас все необходимое снаряжение и самое меткое пейнтбольное ружье.
Координаты:		
Контакты:		
+998 88 198 08 08		

Наименование:	Местоположение:	Описание:
Пейнтбольный клуб Andrenaline	Республика Каракалпакстан, город Нукус, улица Хамзы	Отличное место для проведения коллективных мероприятий любого плана, будь то день рождения или тимбилдинг. Интересные локации, а также вежливый и учтивый персонал помогут вам окунуться в атмосферу настоящей командной баталии.
Контакты:		
+998 93 488 25 55		

Наименование:	Местоположение:	Описание:
Пейнтболь- ный клуб «Легион»	город Ташкент, Юнусабадский район, проспект Мустакиллик, 38	Этот пейнтбольный клуб имеет крытую площадку, что позволяет проводить матчи по пейнтболу в любую погоду независимо от времени года. Здесь к услугам игроков профессиональные инструкторы и судьи, техподдержка. Также предусмотрены захватывающие сценарии.
Координаты:		
Контакты:		
+998 90 995 73 07		



АВТОПУТЕШЕСТВИЯ И ГОНКИ

Оба направления довольно популярны среди туристов в Узбекистане.

В первом случае вы отправляетесь на автомобильную прогулку по живописным местам, историческим достопримечательностям и объектам паломничества на арендованном авто.

Ну, а гонки (будь то трасса или бездорожье) - это всегда драйв, адреналин и ни с чем не сравнимые впечатления.



АВТОПУТЕШЕСТВИЯ И ГОНКИ

15

Наименование:	Местоположение:	Описание:
Bukhara desert Oasis & Spa	Бухарская область, Ромитанский район, махалля «Марзия»	Bukhara desert Oasis & Spa - это инновационный туристский кластер, расположенный в пустыне. Гостям доступны экскурсии по живописным местам, заведения общепита, пляж, рыбалка, езда на лошадях и верблюдах и многое другое. Для любителей экстрима здесь предусмотрены езда по дикой пустыне на внедорожнике Land Cruiser, квадроцикле или спортивном авто.
Координаты: 		
Контакты:		
+998 93 626 42 77		

16

Наименование:	Местоположение:	Описание:
Aral Sea Discovery JEEP TOURS	Республика Каракалпакстан, город Нукус, улица Алишера Навои, 121	Путешествие по Аральскому морю на внедорожнике - это уникальная возможность увидеть знаменитое кладбище кораблей и бескрайнее плато Устюрт, лунные ландшафты и заброшенные поселки, древние захоронения и комплекс Миздахкан, пески Аралкумов, невероятно красивые закаты и рассветы.
Контакты:		
+998 91 377 77 29		

Наименование:	Местоположение:	Описание:
Авто-мотодром «Наврузбулак»	город Джизак, махалля «Кипчак»	На этом специализированном автодроме проводят чемпионаты по автокроссу, однако испытать драйв, сидя за рулем кроссового авто или багги, могут не только профессиональные гонщики, но и туристы. А поклонники ралли наверняка по достоинству оценят местную трассу.
Координаты: 		
Контакты:		
+998 93 299 00 14		

Наименование:	Местоположение:	Описание:
«Savana Kosonsoy» мотогром	Наманганская область, Касансайский район, махалля Олмазар	Мотогром «Savana Kosonsoy», расположенный в живописной горной местности, - это потрясающая возможность ощутить дух свободы и единение с природой. Оседлайте горный байк или квадроцикл и получите свою дозу адреналина, зарядитесь потрясающими эмоциями на долгое время. Гостям, желающим задержаться на пару дней, доступен хостел.
Координаты:		
Контакты:	+998 97 250 03 03	

Наименование:	Местоположение:	Описание:
Картинг-клуб «Axelon»	город Ташкент, Шайхантахурский район, улица Лобзак, парк «Анхор Локомотив»	Этот картинг-центр является визитной карточкой столичного парка «Анхор Локомотив» и самым большим в СНГ. Его площадь составляет свыше 12 тысяч кв. м, а длина гоночной трассы - 540 м. Попробовать свои силы на трассе могут как начинающие, так и опытные гонщики, ведь здесь доступны и детские, и профес- сиональные карты. Для последних в клубе «Axelon» даже проводят соревнования.
Координаты:		
Контакты:	+998 71 241 81 94	





ЗИМНИЙ ТУРИЗМ

Зимний туризм подразумевает посещение горнолыжных курортов или специально оборудованных трасс для катания на сноуборде, лыжах, санях и тому подобном спортивном инвентаре.

В Узбекистане к вашим услугам – целый ряд высококлассных горнолыжных курортов.

В их числе - Amirsoy Resort, «Чимган», «Бельдерсай», расположенные в Ташкентской области.



20

Наименование:	Местоположение:	Описание:
База экстремального туризма «Мугол»	Джизакская область, Бахмальский район, поселок «Мугол» Координаты: 	В настоящее время здесь реализуется проект для всех поклонников экстремального и горного туризма. По его завершении к гостям базы «Мугол» будут доступны катание на лыжах и сноуборде, гонки по горам, зиплайн и прочие «адреналиновые» аттракционы.
Контакты:		+998 99 551 16 78

21

Наименование:	Местоположение:	Описание:
Горнолыжный курорт «Чимган»	Ташкентская область, Бостанлыкский район Координаты: 	Горнолыжный комплекс «Чимган» расположен в 80 км от Ташкента, в отрогах Чаткальского хребта на высоте 1600 м. Активный сезон длится с декабря до середины марта. К услугам гостей комплекса - склоны и подъемники, канатно-кресельная и буксировочная канатная дороги, горнолыжные трассы. Также здесь присутствует гостиничный комплекс на 700 мест с баром, дискотекой и бильярдной, коттеджи.
Контакты:		+998 99 979 33 21 +998 90 176 38 26

19

Наименование:	Местоположение:	Описание:
Горнолыжный курорт «Duoba»	Джизакская область, Зааминский район, поселок Дуоба, санаторий «Заамин» Координаты: 	Эта местность славится потрясающим климатом и чистым воздухом. Недаром здесь расположен санаторий. В зимнее время года на курорте созданы все необходимые условия для катания на лыжах, присутствует прокат лыжного снаряжения, а также гостевые дома для лыжников. По вечерам для гостей здесь организуют культурные программы.
Контакты:		+998 99 356 57 08

Наименование:	Местоположение:	Описание:
Горнолыжный курорт «Amirsoy Resort»	Ташкентская область, Бостанлыкский район Координаты: 	«Amirsoy Resort» - это всесезонный горный курорт мирового уровня, расположенный на территории площадью свыше 900 гектаров на отрогах Чаткальского хребта западной части Тянь-Шаньских гор. Здесь доступны 10 трасс разной сложности и протяженности, 38 шале в альпийском стиле, SPA комплекс, два ресторана, гондольный, кресельный и ленточный подъемники, прокат квадроциклов и снегоходов, пикник зоны и медиацентр, предоставляющий услуги фото- и видеосъемки.
Контакты: +998 90 915 12 36		

Наименование:	Местоположение:	Описание:
«Humo Arena»	город Ташкент, Чиланзарский район, улица Бешагач Координаты: 	Этот крупный многофункциональный спортивно-развлекательный комплекс и ледовый дворец является домашней ареной нескольких таш-кентских хоккейных клубов. Большая и малая его арены в основном предназначены для проведения матчей по хоккею, однако здесь также можно организовать соревнования по фигурному катанию, шорт-треку и керлингу. В свою очередь в малой арене круглый год функционирует ледовый каток.
Контакты: +998 71 245 02 67		

Наименование:	Местоположение:	Описание:
«Ice City»	город Ташкент, Яккасарайский район, улица Бабура, 6 Координаты: 	Пожалуй, это единственный в своем роде крытый тематический парк развлечений в Узбекистане. Зимние аттракционы здесь доступны круглый год. На территории комплекса имеется ледовый каток из натурального льда площадью 1800 кв. м, снежная трасса для лыж и сноуборда длиной 46 метров, ледяная трасса для скоростного спуска на санях (бобах), скоростная дорожка для катания на коньках и многое другое.
Контакты: +998 71 209 00 77		

Наименование:	Местоположение:	Описание:
«Ice Avenue»	город Ташкент, Мирабадский район, улица Таллимаржон Координаты: 	Это крытый каток из натурального льда размером 50x25 метров. Как известно, катание на коньках - вид активного отдыха, который подарит и пользу здоровью, и отличное настроение. Также на территории катка расположено кафе, где можно вкусно перекусить и согреться чашечкой кофе.
Контакты: +998 95 170 68 77		



ВЕЛОСПОРТ

Велоспорт в спортивном туризме подразумевает поездки на велосипеде по маршрутам разной категории сложности. Крайне актуальное направление, особенно, для тех, кто стремится беречь окружающую среду.

К слову, в Узбекистане в рамках пропаганды активного образа жизни и сохранения экологии создана вся необходимая инфраструктура как для велогонщиков, так и для велотуристов. В городах имеются велодорожки, а за их пределами - интересные и захватывающие маршруты.



Наименование:	Местоположение:	Описание:
Озеро Альвастикуль (озеро злого духа)	Самаркандская область, Ургутский район, поселок «Аманкутан» Координаты: 	Представляем вашему вниманию велосипедный тур по живописным горным перевалам. Маршруты организованы так, чтобы охватить все местные достопримечательности, включая загадочное озеро Альвастикуль. Велотуристам, увлекающимся мистикой, наверняка, будет интересно узнать, почему местные жители называют это водоем озером злого духа. Обязательно спросите их об этом!
Контакты: +998 91 555 41 34		

Наименование:	Местоположение:	Описание:
Комплекс «Велотрек»	город Джизак, махалля Хамида Алимжана Координаты: 	Возведение современного комплекса «Велотрек», рассчитанного на 2500 зрителей, осуществляется на территории 3,2 га. Данный объект строится на базе аналогичного российского проекта в городе Сочи. По завершении строительства здесь планируется проведение соревнований по четырем направлениям велоспорта. Кроме того, комплекс будет включать бассейн, современную гостиницу на 100 мест, бизнес-центр и другие объекты.
Контакты: +998 90 139 77 72		





ПАРАПЛАН И ДЕЛЬТАПЛАН

Сверхлегкие безмоторные летательные аппараты. Параплан создан на базе планирующего парашюта, а в основе дельтаплана - гибкое треугольное крыло. При этом второй выигрывает в аэродинамике и управляется легче.

Для сравнения скорость дельтаплана - до 130 км/ч, в то время как у параплана - около 65 км/ч. В горах Узбекистана вы без проблем сможете воспользоваться услугами профессиональных пилотов как одного, так и второго такого аппарата.



ПАРАПЛАН И ДЕЛЬТАПЛАН

Наименование:	Местоположение:	Описание:
«Jangal»	Самаркандская область, Нурабадский район, поселок Аксай	Аксай довольно живописное место, украшенное горными хребтами и растительностью. Более того, неподалеку отсюда находится легендарная пещера Хазрати Довуда. Будучи в туре по этим местам, не упустите возможности насладиться их потрясающими видами с высоты птичьего полета. Речь, естественно, о полете на парaparplane под управлением опытного инструктора.
Координаты:		
Контакты:	+998 99 960 15 99	

Наименование:	Местоположение:	Описание:
Полеты на парaparplane	Ташкентская область, Бостанлыкский район, вдоль автомобильной трассы 4P10	Полет на парaparplane подарит ни с чем не сравнимые ощущения. Используя восходящие потоки, на парaparplane можно часами летать под облаками, покрывая десятки и сотни километров. Это отличная возможность увидеть великолепные горные пейзажи Бостанлыкского района в качестве пассажира с профессиональными пилотом.
Координаты:		
Контакты:	+998 99 882 88 25	

Наименование:	Местоположение:	Описание:
«Apart Kosmos hotel»	Наманганская область, Папский район, поселок Чадак	История села Чадак Папского района Наманганской области насчитывает более десятка тысяч лет, а его география отличается неповторимой красотой горных пейзажей, богатством растительного и животного мира. К слову, услуги дельтаплана при местном отеле помогут вам полноценно насладиться красотой этих мест.
Координаты:		
Контакты:	+998 69 435 62 66	



ЗИПЛАЙН

Это спуск по стальному канату с отрывом от земли, по воздуху, с помощью специального устройства, использующего блоки. Отличный аттракцион для любителей приключений и острых ощущений.

В Узбекистане зиплайн можно встретить как в загородных зонах отдыха, так и на развлекательных площадках торговых центров в крупных городах.

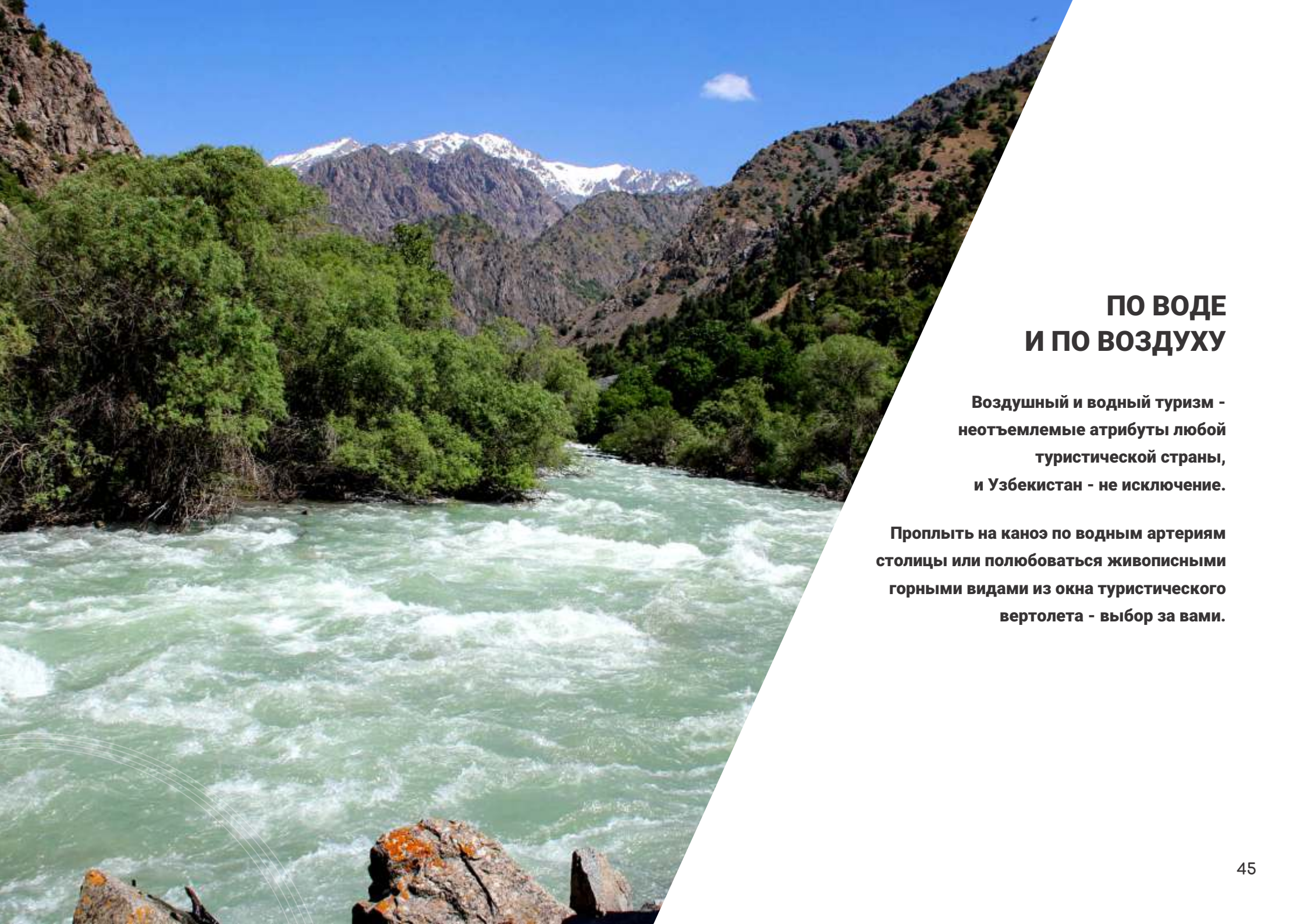


ЗИПЛАЙН

Наименование:	Местоположение:	Описание:
Экстрим для детей и подростков	город Ташкент, Алмазарский район, улица Нурафшон, 5 ТРЦ Riviera	При этом ТРЦ действует большая развлекательная площадка (1600 кв.м.) для ребят от 1 до 18 лет. Из экстремальных видов активного отдыха здесь присутствуют просторная батутная зона, двухуровневый веревочный городок, надувная подушка, всевозможные тарзанки и скалодромы.
Контакты:		+998 71 242 97 00

Наименование:	Местоположение:	Описание:
«Ziplayn»	город Ташкент, Шайхантахурский район, улица Лабзак, парк «Анхор Локомотив»	В столичном парке развлечений «Анхор Локомотив» для любителей экстрима предусмотрен целый ряд аттракционов. Один из них - зиплайн, или экстремальный спуск по стальному канату при помощи блочного устройства. Желающим почувствовать себя героем приключенческого фильма определенно стоит это попробовать!
Координаты:		
Контакты:		+998 91 777 75 29





ПО ВОДЕ И ПО ВОЗДУХУ

**Воздушный и водный туризм -
неотъемлемые атрибуты любой
туристической страны,
и Узбекистан - не исключение.**

**Проплыть на каноэ по водным артериям
столицы или полюбоваться живописными
горными видами из окна туристического
вертолета - выбор за вами.**



Наименование:	Местоположение:	Описание:
Путешествие на вертолете	Ташкентская область, Бостанлыкский район	Бостанлыкский район знаменит своими контрастными пейзажами. Особенная красота открывается при виде сверху, когда могучие горы и изумрудные водоемы видны будто на ладони.
Координаты:		Пролетая на вертолете, вы удивитесь тому, насколько большое на самом деле Чарвакское водохранилище.
Контакты:		А представителям экстремального спорта будет интересно узнать, что вертолет помимо стандартных экскурсий осуществляет услуги по хели-ски и хели-байкингу.
	+998 90 054 86 22	

Наименование:	Местоположение:	Описание:
Гребля на каякинге и гондоле	город Ташкент, Юнусабадский район, махалля «Минор»	С относительно недавних пор гостям и жителям Ташкента доступно такое развлечение, как катание на гондолах и каякинге по столичному каналу Бозсу вдоль набережной. Взять лодку напрокат и осуществить такого рода прогулку можно в течение всего дня.
Координаты:		А ближе к ночи довольно интересно прогуляться по самой набережной, она облагорожена достаточным количеством скамеек и фонарей, вдобавок здесь есть бесплатный Wi-Fi.
Контакты:		
	+998 99 854 00 77	



