

**Рекомендован**  
Научно-техническим советом  
ФГБУ «Кандалакшский государственный  
заповедник  
Протокол № 3 от 04 октября 2024 г.

**Утверждаю**  
Директор Департамента  
государственной политики и  
регулирования в сфере развития  
особо охраняемых природных  
территорий



У.Г. Рамазанов

**Согласовано**  
Директор  
ФГБУ «Кандалакшский  
государственный заповедник



С. А. Костыренко

## Паспорт туристского маршрута

«Зимний дуэт»

Регистрационный номер 679-76/СЗФД/М-И

04.02.2026

(регистрационный номер присваивается Минприроды России)

### 1. Общая характеристика маршрута

1.1 Сложность маршрута либо отдельного его участка:	Некатегорийный маршрут
1.2 Категория сложности	Нет
1.3 Краткое описание маршрута, основная содержательная цель	Лыжный маршрут протяженностью 5,37 км проходит по особо охраняемой территории и знакомит посетителей с заснеженными, замёрзшими водоёмами. Они переходят в зеркальные ледяные просторы рек и озёр, отражающих низкое северное небо. На маршруте можно разглядеть зимующие растения – карликовые берёзы, можжевельник, мхи и лишайники, приспособившиеся к суровым условиям, – а также следы диких животных. В ясную морозную ночь есть высокая вероятность увидеть северное сияние – уникальное природное явление. Чистая природа и свежий воздух дарят посетителям хорошее настроение и надолго заряжают положительными эмоциями. А главное – здесь можно по-настоящему уединиться с природой. Маршрут имеет два варианта прохождения: по зимней про-

	секе вдоль реки Родвинга до озера Пончозеро и от озера Пончозера вдоль реки Родвинга.
<b>1.4 Местоположение маршрута</b>	Государственный природный заказник федерального значения «Канозерский».
<b>1.5 Краткое описание путей (вариантов) подъезда к началу маршрута</b>	<p><b>Адрес: Мурманская область, Терский муниципальный район, федеральный заказник «Канозерский».</b></p> <p><b>Попасть к началу маршрута возможно из г. Кировск до моста через реку Умба, далее на личном транспорте по общедоступной территории до начала маршрута или из пгт. Умба до начала маршрута.</b></p> <p><b>Самолет</b> Аэропорт Мурманск. Из Мурманска в Кировск-Октябрьский можно добраться на рейсовых автобусах от автовокзала г. Мурманск, либо на легковом автомобиле. До точки отправления к началу маршрута (мост через реку Умба) можно доехать на личном транспорте по зимней дороге, далее от моста на зимней технике по общедоступной территории до начала маршрута или доехать на легковом автомобиле до пгт Умба, далее на зимнем транспорте до начала маршрута.</p> <p>Аэропорт «Хибины» (Апатиты). Из Апатитов отправления к началу маршрута (мост через реку Умба) можно доехать на личном транспорте по зимней дороге, далее от моста на зимней технике по общедоступной территории до начала маршрута или доехать на легковом автомобиле до пгт Умба, далее на зимнем транспорте до начала маршрута.</p> <p><b>Автомобиль</b> Федеральная трасса Р-21 «Кола», со стороны Санкт-Петербурга или со стороны Мурманска до точки отправления к началу маршрута (мост через реку Умба), можно доехать на легковом автомобиле по зимней дороге, далее от моста на зимней технике по общедоступной территории до начала маршрута или доехать на легковом автомобиле до пгт Умба, далее на зимнем транспорте до начала маршрута.</p> <p><b>Поезд</b> До станции Апатиты можно добраться прямыми поездами из Москвы и Санкт-Петербурга, далее до точки отправления к началу маршрута (мост через реку Умба) можно доехать на личном транспорте по зимней дороге, далее от моста на зимней технике по общедоступной территории до начала маршрута или доехать на легковом автомобиле до пгт Умба, далее на зимнем транспорте до начала маршрута.</p> <p><b>Автобус</b> Из Мурманска в сторону Апатитов осуществляются регулярные автобусные рейсы с автовокзала, далее до точки от-</p>

	<p>правления к началу маршрута (мост через реку Умба) можно доехать на легковом автомобиле по грунтовой дороге, далее от моста на зимней технике по общедоступной территории до начала маршрута или доехать на легковом автомобиле до пгт Умба, далее на зимнем транспорте до начала маршрута.</p>
<p><b>1.6 Объекты показа на маршруте</b></p>	<p><b>Река Родвинга</b> чередует стремительные участки со спокойными плесами, создавая динамичный речной ландшафт. Река окружена густыми лесами, практически лишена следов человеческой деятельности – идеальное место для уединения и наблюдения за природой. Зимой она покрывается льдом и скрывается под снегами, а летом открывает живописные берега и прохладные воды.</p> <p><b>Озеро Пончозеро.</b> Берега озера живописны, местами скалисты, в основном покрыты сосновым лесом. Водоемы по маршруту замерзают. Лед встает в декабре. Ледоход начинается в мае – июне. Для туристов, проходящих маршрут на снегоходах и других зимних средствах передвижения, маршрут проходит на безопасных расстояниях от водоемов.</p>
<p><b>1.7 Целевая аудитория / доступность для различных по физическим возможностям групп туристов</b></p>	<p>Туристы с хорошей физической подготовкой, отсутствием медицинских противопоказаний.  Дети до 13 лет                   недоступно  Молодежь от 14 до 35 лет    доступно  Взрослые от 36 до 64 лет    доступно  Пенсионеры 65+                недоступно  Люди с ОВЗ                        недоступно</p>
<p><b>1.8 Эксплуатирующая организация маршрута/его части</b></p>	<p>ФГБУ «Кандалакшский государственный заповедник»</p>
<p><b>2 Техническая характеристика маршрута</b></p>	
<p><b>2.1 Вид туристского маршрута</b></p>	<p>Лыжный (личное снаряжение)</p>
<p><b>2.2 Возможности иного способа передвижения на маршруте</b></p>	<p>Снегоходный (все средства передвижения – собственность туристов)</p>
<p><b>2.3 Тип маршрута по направлению движения:</b>  – <i>линейный</i> (начало и окончание маршрута в разных пунктах)</p>	<p><b>Линейный</b>  река Родвинга – озеро Пончозеро  точка входа/выхода:  66.93034590 34.23538327  66.91273855 34.31287701</p>
<p><b>2.4 Возможность посещения маршрута (или его части, указать какой) туристом, экскурсантом самостоятельно или ТОЛЬКО в составе организованных групп и (или) в сопровождении экскурсоводов (гидов), гидов–переводчиков, инструкторов-проводников</b></p>	<p>Посещение маршрута возможно в составе организованных групп и индивидуально при получении специального пропуска.</p>
<p><b>2.5 Протяженность от начальной до конечной точки</b></p>	<p>5,37 км</p>
<p><b>2.6 Продолжительность маршрута</b></p>	<p>1 час</p>
<p><b>2.7 Максимальная высотность над уровнем моря (м)</b></p>	<p>54</p>
<p><b>2.8 Нитка маршрута</b></p>	<p>река Родвинга – озеро Пончозеро.</p>

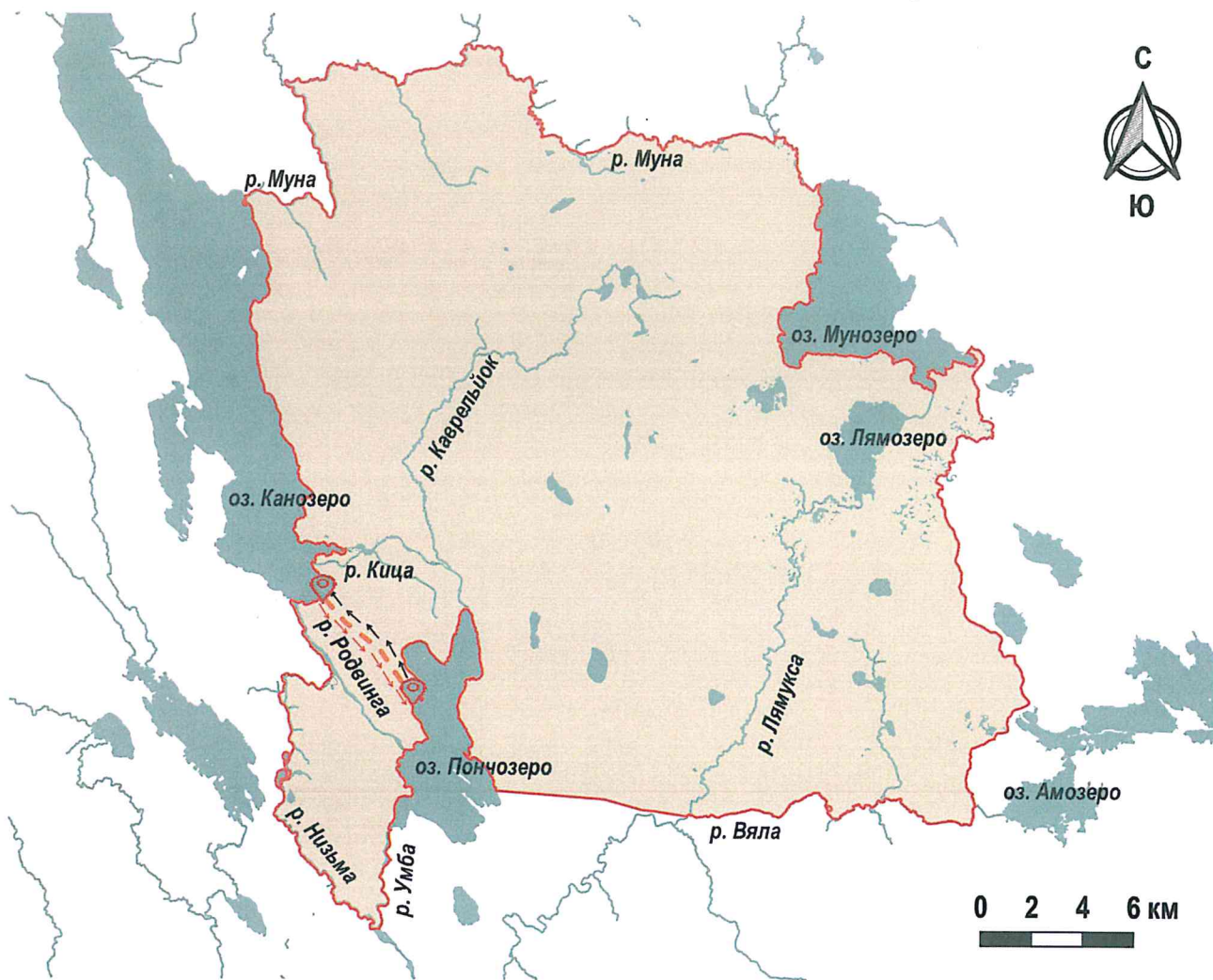
2.9 GPS–координаты основных точек маршрута, выстроенных в трек		река Родвинга – озеро Пончозеро точка входа/выхода: 66.93034590 34.23538327 66.91273855 34.31287701				
2.10 Сведения об информационном ресурсе, где можно скачать на мобильное устройство цифровой трек маршрута		–				
2.11 Покрываемость мобильной связью, другие виды связи на маршруте (%). Указать точки гарантированной мобильной связи и наименование оператора.		Связь отсутствует.				
<b>2.12 План прохождения маршрута</b>						
№	Отрезок маршрута (указываются последовательно участки прохождения маршрута туда и обратно)	Протяженность (км)	Время на лыжный/снежный проход (час)	Способ передвижения на маршруте	Необходимость сопровождения инструктором–проводником	Тип покрытия пути
1	Река Родвинга – озеро Пончозеро	5,37	1	лыжный	не требуется	накатанная зимняя трасса
<b>2.13 Характеристика препятствий на отрезках маршрутов, имеющих категорию сложности</b>						
Отрезок маршрута				Вид препятствия, категория сложности и его характеристика		
Нет				Нет		
<b>3. Режим функционирования маршрута</b>						
3.1 Часы функционирования маршрута				с 06:00 до 24:00		
3.2 Крайнее суточное время выхода на маршрут				18:00		
3.3 Сезонность маршрута				Январь – апрель		
3.4 Рекомендуемое число туристов в одной группе				До 20 человек		
3.5 Установленная предельно допустимая рекреационная емкость маршрута в день				До 200 человек и не более 20 снегоходов в день (показатель может изменяться по результатам экомониторинга)		
3.6 Порядок получения разрешения на посещение маршрута				Посещение зимнего маршрута строго по записи, платное. Получение разрешения на посещение зимнего маршрута: оплата – в административном здании заповедника по адресу: 184230, Мурманская область, г. Кандалакша, ул. Линейная, д. 35, или по QR–коду. Контактный номер: 8(81533) 9-48-11 (отдел охраны окружающей среды Кандалакшского государственного заповедника).		
<b>4. Требования и рекомендации по прохождению маршрута</b>						

<p><b>4.1 Требования к режиму пребывания на маршруте</b></p>	<p><b>Запрещено:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– отклоняться от маршрута;</li> <li>– оставлять после себя мусор;</li> <li>– выезжать за пределы маршрута;</li> <li>– пугать и беспокоить животных громкими криками или резкими движениями;</li> <li>– оставлять посторонние предметы (надписи) на деревьях, камнях и т.д.;</li> <li>– брать с собой домашних животных;</li> <li>– находиться на маршруте вне его времени работы;</li> <li>– находиться в состоянии алкогольного или наркотического опьянения;</li> <li>– разводить костры вне положенных мест;</li> <li>– курить;</li> <li>– распивать алкогольные напитки и находиться в алкогольном и наркотическом опьянении.</li> <li>– запрещена рубка леса, заготовка дров, древесных соков, лекарственных растений;</li> <li>– запрещена спортивная, любительская, промысловая охота, рыбная ловля;</li> <li>– запрещено преследование зверей, птиц и их детенышей;</li> <li>– запрещено повреждение и уничтожение объектов инфраструктуры ООПТ (информационные знаки, информационные стенды и др.).</li> </ul> <p><b>Необходимо:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– соблюдать правила посещения и поведения на ООПТ;</li> <li>– соблюдать технику безопасности на маршруте.</li> </ul>
<p><b>4.2 Рекомендации по предмаршрутной подготовке</b></p>	<p>Отсутствие медицинских противопоказаний; хорошая физическая форма;</p>
<p><b>4.3 Рекомендации по необходимому туристскому снаряжению и экипировке</b></p>	<p>Экипировка должна соответствовать условиям прохождения маршрута: зимняя теплая одежда.</p>
<p><b>5. Объекты обустройства маршрута</b></p>	
<p><b>5.1 Входные группы</b></p>	<p>Нет</p>
<p><b>5.2 Настилы</b></p>	<p>Нет</p>
<p><b>5.3 Ограждения</b></p>	<p>Нет</p>
<p><b>5.4 Места отдыха, укрытия от непогоды</b></p>	<p>Нет</p>
<p><b>5.5 Информационные стенды</b></p>	<p>Стенды о правилах посещения Федерального заказника «Канозерский»: 66.93034590 34.23538327; 66.91273855 34.31287701</p>
<p><b>5.6 Знаки навигации</b></p>	<p>Нет</p>
<p><b>5.7 Туристские стоянки</b></p>	<p>Нет</p>
<p><b>5.8 Парковочные места и автомобильные стоянки для целей посещения маршрута</b></p>	<p>Не предусмотрено</p>
<p><b>5.9 Мусорные урны, контейнеры для твердых бытовых</b></p>	<p>Мусор, образовавшийся в процессе посещения маршрута, необходимо забрать с собой.</p>

отходов	
5.10 Туалеты	Нет
5.11 Иные объекты инфраструктуры на маршруте	Нет
<b>6. Меры по обеспечению безопасности</b>	
6.1 Потенциально опасные участки, препятствия, явления на маршруте с GPS–координатами	Выход опасных диких животных; сильные снегопады, метель, мороз.
6.2 Аварийные выходы с маршрута с GPS–координатами и указанием ближайшего населенного пункта от аварийного выхода	Нет
<b>7. Краткая географическая и климатическая характеристика района маршрута</b>	
<p>Климат умеренно холодный. Пользование водным объектом осуществляется с июня по октябрь. Зимой характерна полярная ночь, летом — полярный день. Средняя температура воздуха наиболее холодных месяцев (январь–февраль) составляет до <math>-12...-15</math> °С. Летом, соответственно, <math>+8</math> °С и <math>+14</math> °С. Наименьшие температуры воздуха зимой составляют <math>-45</math> °С на беломорском побережье. Летние максимумы <math>+27</math>, <math>+32</math> и <math>+33</math> °С. Однако сильные морозы бывают редко. Напротив, оттепели — довольно частое явление. В целом зима довольно мягкая для Заполярья. Кроме того, довольно снежная.</p> <p>Вся территория относится к районам Крайнего Севера.</p>	
<b>8. Возможные опасные погодные (стихийные) явления и рекомендуемые действия туриста/экскурсанта при их возникновении</b>	
<p><b>Дождь, град</b> Держитесь вдали высокорослых деревьев. Если имеются места для укрытий, то незамедлительно проследуйте к ним.</p> <p><b>Ураган (штормовой ветер)</b> Держитесь как можно дальше от деревьев, рек, озер, мостов, линий электропередачи, некапитальных сооружений. Для защиты от летящих обломков и осколков как можно скорее старайтесь покинуть опасную зону, выйдя на безопасный участок – открытое пространство.</p> <p><b>Гроза/молния</b> Укройтесь в низкорослом участке леса. Не укрывайтесь вблизи высоких деревьев. Не находись в водоеме или на его берегу. Если имеются металлические предметы, положите их в сторону и отойдите от них на 20–30 м.</p> <p><b>Туман</b> Следует прекратить движение. Группа может двигаться только при условии отличного знания маршрута. При этом следует соблюдать следующие правила: идти в связках, даже на легких участках пути не растягиваться, следить за состоянием своего товарища.</p> <p><b>Пожар</b> Если у Вас нет возможности своими силами справиться с локализацией, предотвращением распространения и тушением пожара, немедленно предупредите всех находящихся поблизости людей о необходимости выхода из опасной зоны. Организуйте выход на дорогу или просеку, широкую поляну, к берегу реки или водоема, в поле. Выходите из опасной зоны быстро, перпендикулярно к направлению движения огня. Если невозможно уйти от пожара, войдите в водоем или накройтесь мокрой одеждой. Выйдя на открытое пространство или поляну, дышите воздухом возле земли – там он менее задымлен, рот, и нос при этом прикройте ватно-марлевой повязкой или тряпкой.</p> <p><b>Мороз</b> Нужно постоянно двигаться. Нельзя стоять на одном месте, тем более, прислоняться или садиться на холодные поверхности. Берегите уши, нос, щеки, пальцы. Они в первую очередь предрасположены к обморожению.</p> <p><b>Обледенение</b></p>	

Передвигаться осторожно, наступая на всю подошву, при этом ноги должны быть слегка расслаблены, руки свободны. При потере равновесия необходимо присесть, чтобы снизить высоту падения.

Карта-схема туристского маршрута «Зимний дуэт»



Масштаб 1:200 000,  
в 1 см 2000 м

Условные обозначения:






	Начало, конец маршрута
	путь следования по маршруту «Зимний дуэт»
	направление движения по маршруту река Родвинга – озеро Пончозеро
	направление движения по маршруту озеро Пончозеро – река Родвинга
	границы Федерального заказника «Канозерский»

Фото объектов показа на туристском маршруте  
«Зимний дуэт»

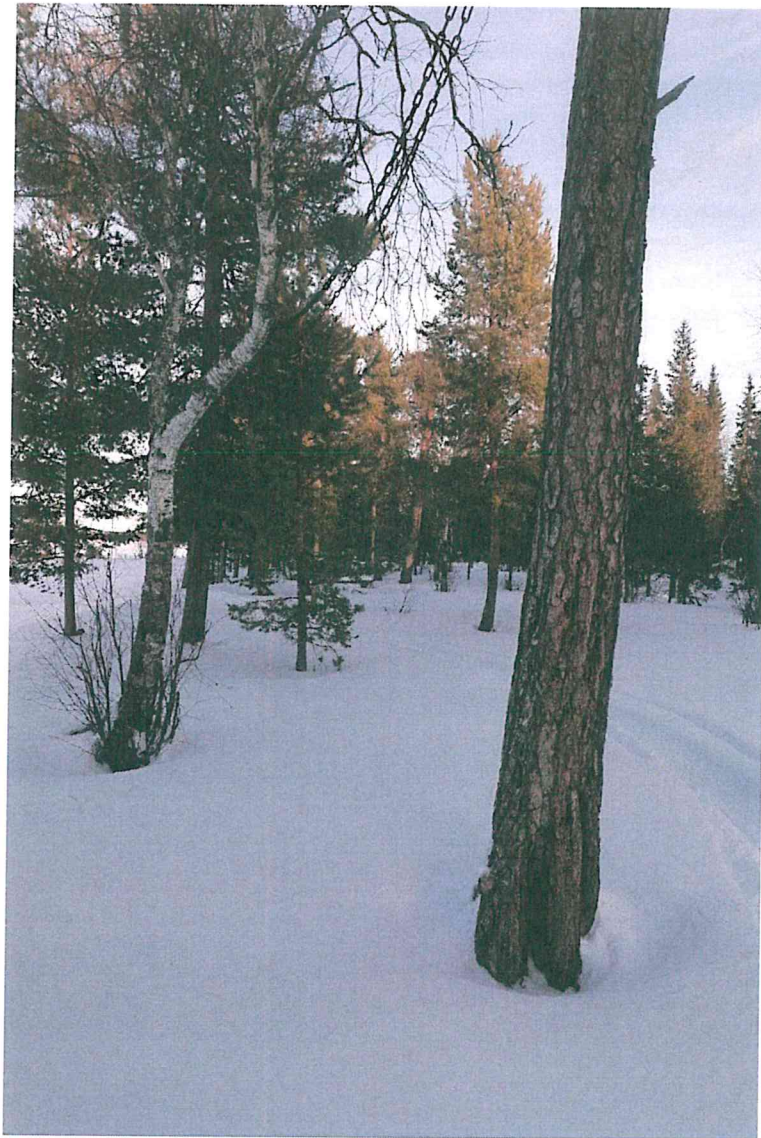


Фото 1. Зимние просторы близь Родвинги. Автор фото М.С. Пустынный

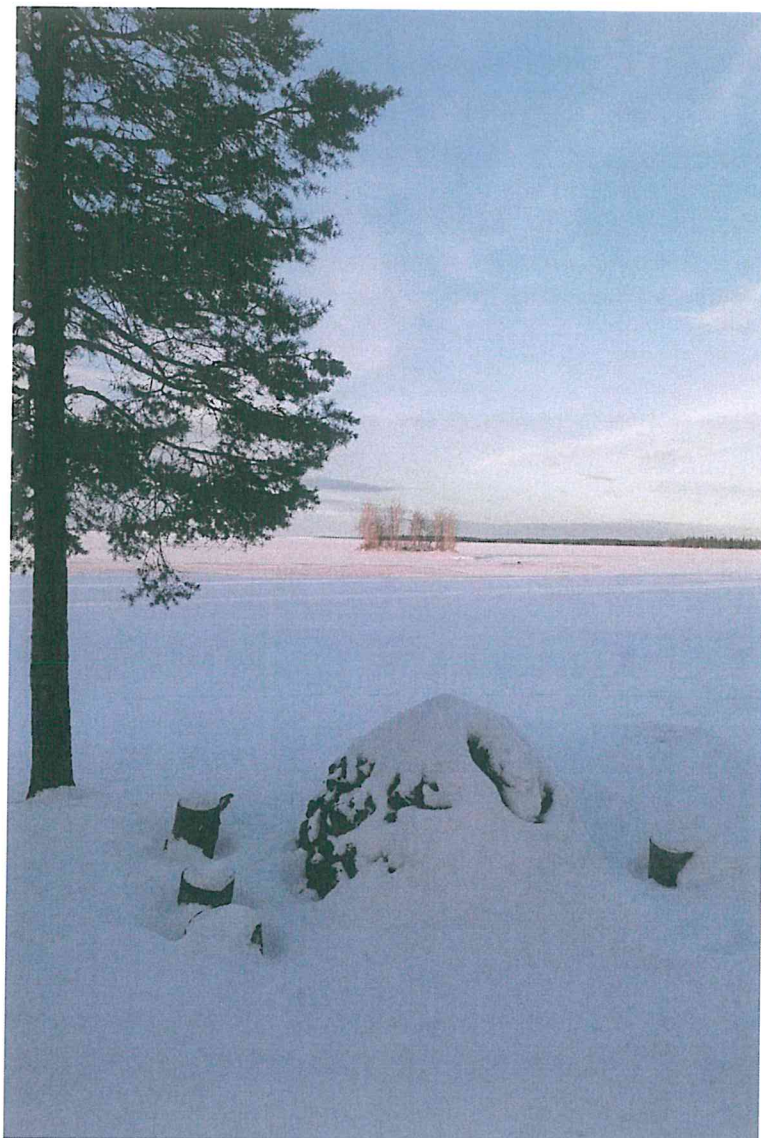


Фото 2. Зимняя тишина. Автор фото М.С. Пустынный