

Ала-Куль за 3 дня: Каракол - перевал - Алтын-Арашан

Сложный трек · перевал около 3900 м | Июль - начало сентября, по состоянию перевала

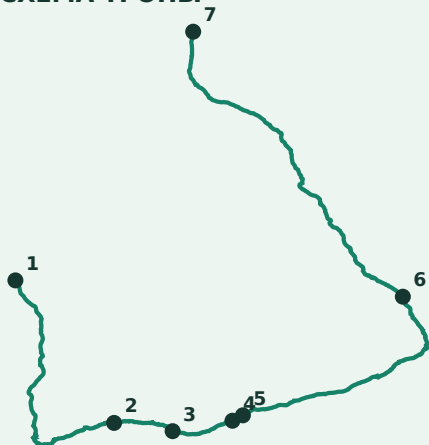
39.4 км
по выбранному GPX

3 дн. / ~20 ч
без трансфера

2123 м
набор по SRTM

Маршрут связывает Каракольскую долину, район стоянки Сирота, озеро Ала-Куль и долину Алтын-Арашан. Это не прогулка к озеру на один день: на второй день предстоит высокий перевал, каменистый подъём и длинный спуск. Трёхдневный график рассчитан на подготовленную, уже акклиматизированную группу. Дополнительные дни для адаптации к высоте планируются до этого перехода и не включены в три ходовых дня.

СХЕМА ТРОПЫ



© OpenStreetMap contributors · ODbL 1.0 | Высоты: SRTM / OpenTopoData

ПРОФИЛЬ ВЫСОТ



Как добраться

Из Каракола договоритесь о трансфере к выбранной точке старта в Каракольской долине (42.379461, 78.461318). Въезд и возможность проезда уточните на месте. GPX не начинается в центре Каракола: городской подход не включён. Финиш - дорожная точка у Ак-Суу (42.473512, 78.530133), откуда обратный транспорт в Каракол нужно согласовать отдельно. Актуальные сборы парка, лагеря и транспорт в карточке не зафиксированы.

Статус трека

Планировочный трек по OpenStreetMap, не запись прохождения. Высоты оценены по SRTM 30 м; промежуточные значения интерполированы. Дистанция рассчитана по выбранной линии. 3D показывает трек в масштабе высот 1:1, без модели окружающих склонов. Состояние троп, переправ и лагерей на дату похода не подтверждено.

План прохождения

День 1. Каракольская долина - Сирота

4-6 часов · ориентир 10.6 км от старта

Постепенно поднимайтесь по долине, затем по тропе к району Сироты. До выхода согласуйте ночёвку или несите автономное снаряжение: отметка лагеря на карте не означает работающий сервис. После прибытия оцените состояние группы и прогноз на перевал.

День 2. Сирота - озеро - перевал - Алтын-Арашан

8-10 часов · ориентир 24.8 км от старта

Выходите рано. Сначала поднимитесь к озеру, затем продолжайте по тропе к перевалу Ала-Куль. На седловине не задерживайтесь при ветре и непогоде. Спуск на сторону Кельдике крутой и осыпной: двигайтесь без спешки, не сбрасывая камни на идущих ниже. Дальнейший путь ведёт в Алтын-Арашан.

День 3. Алтын-Арашан - выход к Ак-Суу

4-5 часов · ориентир 39.4 км от старта

Спускайтесь по долине и дороге, учитывая движение внедорожников. Последние километры не стоит проходить в расчёте на случайный транспорт. Если выбрана поездка из Алтын-Арашана, она заменяет этот пеший этап и требует отдельной договорённости.

Высота и подготовка

Седловина лежит примерно на 3900 м, а озеро - около 3530 м. До похода нужен самостоятельный план акклиматизации; одна ночь в Караколе не гарантирует готовности к перевалу. При головной боли с тошнотой, головокружением или необычной слабостью прекратите набор высоты. При ухудшении состояния спускайтесь и обращайтесь за помощью; спутанность сознания, нарушение координации или одышка в покое требуют срочных действий.

Перевал и сезон

Летний график применим только при подходящих условиях. Снег, лёд, гроза и плохая видимость могут сделать переход неприемлемым. Обозначение 1А в карточке отражает картографическую категорию перевала, а не обещание лёгкого прохождения.

Ночёвки и автономность

Основной план: ночь в районе Сироты, затем в Алтын-Арашане. Работу лагерей и наличие мест подтверждайте непосредственно перед выходом. Для автономного варианта нужны палатка, коврик, подходящий к ночной температуре спальник, горелка и запас еды.

План отхода

До пересечения перевала запасной вариант - возвращение по пройденному пути в Каракольскую долину. Не поднимайтесь через перевал ради сокращения пути при ухудшении самочувствия. После перехода выбирайте безопасный спуск в долину; движение в темноте по осыпи не должно быть частью обычного плана.

Чеклист перед выходом

Отметьте готовность до старта. Заполните контрольные данные и оставьте копию человеку, который остаётся на связи.

План и связь

- ☐ Проверен прогноз именно для высоты маршрута и предупреждения о непогоде.
- ☐ GPX и офлайн-карта открываются без интернета; взят заряженный пауэрбанк.
- ☐ Близкому человеку переданы маршрут, состав группы и контрольное время возвращения.
- ☐ Определены время разворота и запасной вариант; согласован обратный транспорт.

Личное снаряжение

- ☐ Разношенная обувь с цепкой подошвой, запасные носки и треккинговые палки.
- ☐ Ветровлагозащитный слой, утепление, головной убор и перчатки.
- ☐ Очки от солнца, крем SPF, налобный фонарь и запас питания.
- ☐ Личная аптечка, средства от мозолей, спасательное покрывало и свисток.

Еда и вода

- ☐ Запас питьевой воды рассчитан на погоду и собственное потребление, а не на наличие ручья.
- ☐ Есть способ обеззараживания воды; сырая вода из ручья не считается безопасной.
- ☐ Упакованы перекус, основной приём пищи и аварийный запас.
- ☐ Есть пакет для всего мусора; еда и упаковка не остаются на стоянках.

Для Ала-Куля

- ☐ Акклиматизация выполнена заранее; группа знает признаки ухудшения на высоте.
- ☐ Условия перевала уточнены у местных гидов; есть готовность отказаться от перехода.
- ☐ Подтверждены обе ночёвки либо упаковано полное автономное снаряжение.
- ☐ Страховка проверена на треккинг, высоту маршрута и условия эвакуации.
- ☐ Групповая связь и план действий при отсутствии мобильной сети согласованы.

Дата выхода: _____ Время разворота: _____

Контрольное время возвращения: _____ Контакт: _____

Источники и данные

Asia Peaks: этапы и сезон Ала-Куля

Kyrgyzland: маршрут через Каракол и Арашан

CDC: высота и акклиматизация

Картографические данные: © OpenStreetMap contributors, ODbL 1.0

Высоты: SRTM 30 м через OpenTopoData

Карта: openstreetmap.org/copyright · ODbL 1.0. Полные ссылки, исходные OSM way ID и сведения о высотах находятся в provenance.json комплекта.