



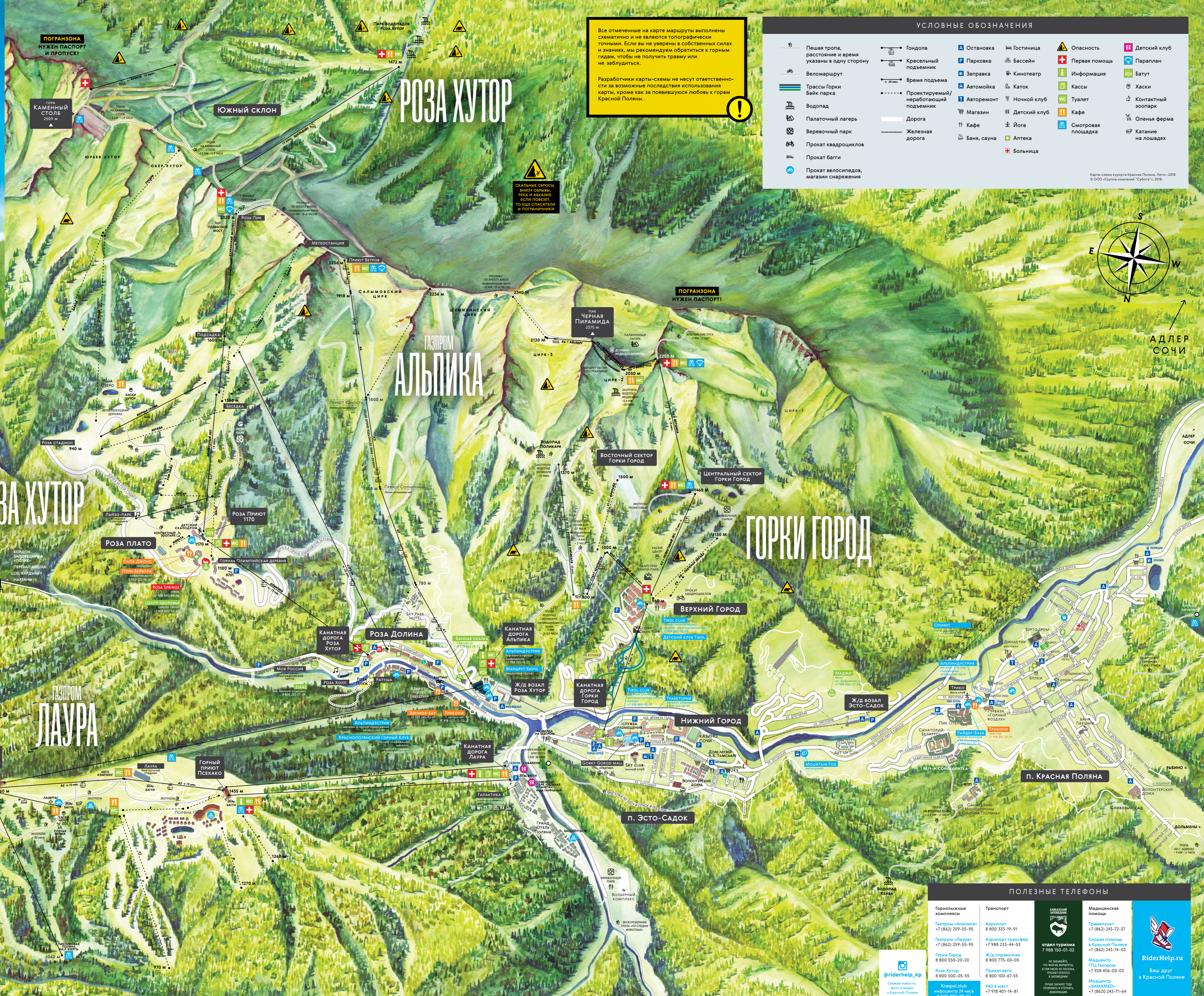
КАРТА КРАСНОЙ ПОЛЯНЫ
 ЛЕТО 2018 { ПОД РЕДАКЦИЕЙ }
 ЕВГЕНИЯ МАТАЛИГА

RiderHelp.ru

СУБОТА
 Карта-схема курорта Красная Поляна разработана специалистами проекта RiderHelp и Группы компаний «Субота».

Любое использование — только с разрешения правообладателя!

Руководитель проекта:
 Евгений Маталига



Все отмеченные на карте маршруты выполнены схематично и не являются топографически точными. Если вы не уверены в собственных силах и знаниях, мы рекомендуем обратиться к горным гидам, чтобы не получить травму или не заблудиться.

Разработчики карты-схемы не несут ответственности за возможные последствия использования карты, кроме как за появившуюся любовь к горам Красной Поляны.

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ

Пешая тропа, расстояние и время указаны в одну сторону	Гондла	Остановка	Опасность	Детский клуб
Веломаршрут	Кресельный подъемник	Парковка	Первая помощь	Параллель
Трассы Горки Байк парка	Время подъема	Заправка	Информация	Батут
Водопад	Проектируемый/неработающий подъемник	Автомойка	Кассы	Хаски
Палаточный лагерь	Дорога	Авторемонт	Туалет	Контактный зоопарк
Веревочный парк	Железная дорога	Магазин	Кафе	Оленья ферма
Прокат квадроциклов		Кафе	Йога	Катание на лошадях
Прокат багги		Баня, сауна	Аптека	
Прокат велосипедов, магазин снаряжения		Больница		



АДЛЕР СОЧИ

ДЕЛАЕМ КАРТЫ ВЕРИТЕЛЬНО
 42 DESIGN COMMUNE

ПОЛЕЗНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ

Горнолыжные комплексы Газпром «Альпика» +7 (862) 259-55-95 Газпром «Лаура» +7 (862) 259-55-95 Горки Город 8 800 550-20-20 Роза Хутор 8 800 500-05-55 Катание на лыжах и сноуборде 24 часа 8 800 700-78-97	Транспорт Аэропорт 8 800 333-19-91 Аэропорт трансфер +7 988 233-44-53 Ж/д справочная 8 800 775-00-00 Прокат авто 8 800 100-67-55 UAZ 6 мест +7 918 401-14-81	Медицинская помощь Травмпункт +7 (862) 243-72-37 Скорая помощь в Красной Поляне +7 (862) 243-74-03 Медцентр ГТЦ Газпром +7 928 456-00-03 Медцентр «ЭПИДЕМИО» +7 (862) 243-71-64	отдел туризма 7 988 150-01-02 Не забывайте, что многие маршруты, в том числе на вершины, требуют опыта и подготовки! Рядом с вами всегда есть помощь и поддержка!
---	--	--	---

RiderHelp.ru
 Ваш друг в Красной Поляне

ЛАУРА



ЭКСТРОПЫ
ПРОКАТ
ПИКНИКОВАЯ ПЛОЩАДКА

ОЛЕНЬЯ ФЕРМА
ХАСКИ ПАРК
ВЫСТАВКА ГОРНОЙ ТЕХНИКИ

rosaski.com

polyanaski.ru
+7 (862) 259 55 95
@gazprom_resort

СОЧИ, КРАСНАЯ ПОЛЯНА, ГОРНО-ТУРИСТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР «ГАЗПРОМ»

ДВЕ ГОРЫ ЗА 1 ДЕНЬ



Спрашивайте обзорный тур «Две вершины» в кассах канатных дорог ГТЦ «Газпром»

rosaski.com

АЛЬПИКА

ОСНОВАН В 1993 ГОДУ

ВЫСОТА 2256 М БЕЗ ПЕРЕСАДОК
ГОРЫ С ВИДОМ НА МОРЕ

ПАНОРМАНАЯ ПЛОЩАДКА

rosaski.com

polyanaski.ru
+7 (862) 259 55 95
@gazprom_resort

СОЧИ, КРАСНАЯ ПОЛЯНА, ГОРНО-ТУРИСТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР «ГАЗПРОМ»

РОЗА ХУТОР

ЕСЛИ ГОРЫ, ТО РОЗА ХУТОР!

САМЫЕ ВЫСОКИЕ СМОТРОВЫЕ ПЛОЩАДКИ 2 509 М

rosaski.com

лето 2018
НОВИНКА
сезона

ИЕТИ ПАРК

ПАРК РАЗВЛЕЧЕНИЙ

Семейный Парк развлечений с «Иети-кафе», высокогорным веревочным парком «Иети Джунгли» и аттракционом-прииском «Сокровища Иети».

Вход в «Иети Парк» свободный при покупке билета до Роза Пик (активности и посещение кафе внутри парка оплачиваются дополнительно).

Станция Беседка — 1350 м

rosaski.com

РОЗА ХУТОР

ЕСЛИ ГОРЫ, ТО РОЗА ХУТОР!

УНИКАЛЬНЫЙ ПАРК ВОДОПАДОВ


rosaski.com

ТРАЕКТОРИЯ

СКИДКА 10%*

* Скидка не распространяется на товары со скидкой

ЭСТО-САДОК / ГОРНАЯ КАРУСЕЛЬ / 3 ТЦ «GORKY GOROD MALL» / 1-ЭТАЖ
8 (800) 222-20-91 / TRAEKTORIA.RU



Друзья! С 2010 года мы помогаем вам приехать в Красную Поляну и правильно спланировать отдых. Мы пишем много полезных материалов на сайте RiderHelp.ru и в наших соцсетях, а еще два раза в год мы обновляем карту-схему курорта. В этом сезоне мы снова ее полностью переделали и разместили весь курорт на одном листе. Но самое главное, что мы сделали — это исследовали самоощущение туриста на курорте и, исходя из этого, выбрали новый ракурс, который теперь более понятен впервые приехавшим в Красную Поляну.

С помощью новой схемы вы сможете сразу понять для себя, как выглядит наша посталимпийская деревня. Мы знаем, что есть интернет, где вы найдете гостиницы, рестораны и места для отдыха. Поэтому основная задача этой карты-схемы — за несколько минут создать у вас в голове понятный образ курорта.

Готовьтесь к поездке заранее, изучите карты, заходите на RiderHelp.ru, подписывайтесь на наши соцсети и тогда ваш отдых в Красной Поляне будет более продуманным, приятным и бюджетным.

Увидимся в горах!

Евгений Маталыга и команда проекта RiderHelp.ru



п. Эсто-Садок
п. Красная Поляна
Лаура
Горки Город
Альпика
Роза Хутор

Мацеста
Хоста
Аэропорт
ст. Олимпийская деревня
ст. Иммертинский курорт

42 км
27 км
30 мин.
10 мин.
8 км

Медовеевка
Skypark
Казачий брод
Форелевое хозяйство

ст. Эсто-Садок
ст. Роза Хутор

А105, А155 = 1 час
Лесточка = 40 мин.

Полезные советы для тех, кто едет в первый раз

ОДЕЖДА
Захватите куртку или толстовку. Наверху может быть холодно: +10°C и ниже, даже если внизу жара.

ОБУВЬ
Наденьте удобную обувь. Шпильки — это красиво в городе, но если вы решите прогуляться по горной тропе, то это как минимум неудобно. Но зато вы повеселите народ, а они вас пофоткают и выложат в интернет =)

ЗАЩИТА ОТ СОЛНЦА
Захватите с собой солнцезащитные очки, крем от загара и головной убор. Солнце в горах обманчиво и очень легко сгореть даже в прохладную погоду.

ЕДА
Стоит взять с собой что-то попить и поесть, если ваш бюджет ограничен. В ресторанах на горе цены намного выше, чем внизу, и это логично. Но не стоит брать с собой кастрюльку с уже отвареннымипельменями, чтобы потом пытаться их съесть в ресторане на вершине (кстати, такие случаи бывают). Вполне хватит термоса и легкого перекуса. В некоторых местах курортов есть удобные места, чтобы спокойно поесть.

КАНАТКА
Летом могут быть большие очереди на канатку, потому что много желающих ехать вдвоем в 8-местной гондole. Вы имеете право сесть к другим людям, если в кабине есть свободные места. Но мы рекомендуем все-таки спрашивать разрешения подсесть, потому что люди бывают разные, и можно попасть на сумасшедшего клаустрофоба.

ВОЗЬМИТЕ ГИДА
Что мы действительно хотим посоветовать — это не просто приехать, а взять экскурсию с хорошим гидом. Тогда вы будете не просто фотографировать горы, а понимать, что именно перед вашими глазами. Тут варианты разные: либо присоединиться к экскурсиям, которые предлагают еще в электричке или около касс, и это будет бесплатно или дешевле. Либо взять персонального гида — дороже, но удобней. Это, причем даже в большей степени, касается и пеших походов, поскольку добавляется еще и вопрос безопасности.

БИЛЕТ В ЗАПОВЕДНИК И ГРАНИЦА
Не забывайте, что в некоторых пеших походах нужен билет в Заповедник, а где-то еще и пограничный пропуск. Отсутствие пропусков грозит штрафами и преждевременным окончанием похода. Об этом стоит заранее спросить у вашего гида или самостоятельно позвонить в заповедник. Подробнее о пропусках написано у нас на сайте в разделе «походы»
riderhelp.ru/summer/hiking/permit/

ГОРНЫЕ ГИДЫ

КАНЬОНИНГ
ВИД ФЕРРАТА
ПЕЩЕРЫ
ТРЕККИНГ
ВОСХОЖДЕНИЯ
УЭДИНГ/КЛИМБИНГ

8 (988) 141-08-08
BOOKING@EXTREME-SOCHI.RU
WWW.EXTREME-SOCHI.RU

КАМЕРСКАЯ ПРИКЛЮЧЕНИЙ

TIROL club

трекинг скалодром и веревочный парк
велопрогулки
детский клуб
роллерная школа

Твой активный отдых

8 (938) 865-93-93 TIROLCLUB.RU

RiderHelp

Горнолыжные комплексы
SKI RESORTS
Газпром Альпика GAZPROM ALPIKA +7 (862) 259-55-95
Газпром Лаура GAZPROM LAURA +7 (862) 259-55-95
Горки Город GORKY GOROD 8 800 550-20-20
Роза Хутор ROSA KHUTOR 8 800 500-05-55

Транспорт
TRANSPORT
Аэропорт AIRPORT 8 800 333-19-91
ЖД справочная (бесплатно) 8 800 775-00-00
RAILWAY REFERENCE (FREE)
Трансфер в/из аэропорта +7 988 233-44-53
AIRPORT TRANSFER
Прокат авто CAR RENTAL +7 800 100-67-55
УАЗ 6 мест JEEP RENTAL, 4 SEATS +7 918 401-14-81

Такси по Красной Поляне +7 (862) 236-36-00
KRASNAYA POLYANA TAXI

Медцентр Газпром MED CENTER GAZPROM +7 928 456-00-03
Травмпункт FIRST AID +7 (862) 243-72-37
Скорая помощь EMERGENCY +7 (862) 243-74-03

Больше полезной информации на сайте RIDERHELP.RU

УВИДИМСЯ В ГОРАХ!

ТРАКТИР ТРИКОНИ

ресторан

Красная Поляна, ул. Мичурина, 1
+7 918 001-19-74

Култовый ресторан Красной Поляны, обязательен к посещению всем любителям активного отдыха и экстрима. Место с многолетней историей. Аутентичный интерьер. Художественная горной природой и здоровым образом жизни.

trikon.ru
@traktrik_trikoni

ГАСТРОПАБ ТРИКОНИ

Роза Хутор, набережная Полянка, 1
+7(918) 000-12-73

Лучшие закуски на Роза Хутор. Бесплатный трансфер по Розе.

trikon.ru
@trikon_pub

ПАПА ДЖОНС

пиццерия • американская кухня

Роза Хутор, ул. Медвеья, 8
(Горная Олимпийская деревня)
8 (800) 222-16-62 — доставка

Перекусите быстро, недорого и вкусно в легендарной пиццерии «Папа Джонс». Пицца от маленькой до внушительной, от вегетарианской до «многого удовольствия». Воспользуйтесь услугой доставки пиццы в номер!

sochi.papajohns.ru
@papajohns_sochi

ЭСКИМОС BAR

Роза Хутор, Набережная Полянка, 3
+7 928 245-92-69

Уютная атмосфера. Впечатляющий выбор напитков. Демократичные цены.

@eskimos_bar

ПОЛЬ БЕЙКЕРИ

кафе • пекарня • европейская кухня

Роза Хутор, ул. Медвеья, д. 8
(Горная Олимпийская деревня)
8 (800) 222-16-62

Всегда свежая выпечка в пекарне «Поль Бейкери». Завтраки — 190 руб., бизнес-ланчи — 350 руб. Для вас WOK-мэню, салаты, паста, супы. А в последний час работы скидка 50% на готовую выпечку и сэндвичи.

gruppalluxe.com | sochi_paul_bakery

РАЙДЕР-БАЗА

Прокат-доставка в Красной Поляне

Красная Поляна, ул. Мичурина, 2
+7 918 001-92-31

Уникальный прокат мопедов и велосипедов с доставкой до любого отеля! В каждый комплект входит шлем для водителя и пассажира. Большой велосипед, взрослый и детский велосипеды для больших и маленьких компаний.

riderbase.ru
@riderbase

БАННАЯ СКАЗКА

Банный SPA центр

Эсто-Садок, ул. Олимпийская, 36
+7 928 852-2-852

Баня на дровах возле горной реки с окусанием и ридниковой купелью. Чай на травах. Программы целебного парения. Команда профессиональных мастеров. 20 видов массажа и SPA программы. Индивидуальный подход. Удобное расположение, парковка.

spr-bani.com | club.bannayskazka
spr_bani@sochi | bannaya_skazka

ESPAS spa

банный комплекс

Роза Долина, Набережная Лаванда, 9
8 800 222-27-09 — забронировать

Лучшие традиции банного отдыха с акцентом на уникальные русские парения венником на курорте Роза Хутор. Вас ждет неслучайный отдых в уютном месте на берегу реки. А парения и процедуры с использованием натуральных составов подарят вам в мир природной гармонии и наполнят энергией.

espaolyana.ru | @espaolyana
@espa_polyana

МАДЖИ

баня

Эсто-Садок, ул. Дубравная, 52
+7 988 506-01-56

Атмосфера настоящей русской бани. Парилка на 3 тонны камней, которые греются открытым огнем. Авторские программы парений и процедур. Чай на цепях с отварами трав. Тишина, родниковая вода. В красивом саду, рядом с лесом и горными ручьями.

banya-sochi.com | banya_magi

@riderhelp_kp

Свежие новости, фото и видео о Розы Поляне

ОЛИМП

Сеть офисов недвижимости по Большому Сочи

Красная Поляна, ул. Защитников Кавказа, 118 (оппозиция Бонус Нав) +7 988 2-374-379, 8 800 550 2378

Наши офисы расположены по всему Большому Сочи: Красная Поляна, Сочи, Адлер, Лазаревское, что позволяет иметь постоянно обновляемую базу объектов во всех сегментах рынка недвижимости. Нам рекомендуем друзьям!

olymprealty.ru | @olymprealty

BEAUTY-САЛОН ROSA SPRINGS

ул. Медвеья, 4, отель Rosa Springs 4*
+7 988 400-54-66

Мини-посольство красоты в горах. SPA&Beauty салон с классическими и эксклюзивными услугами. Новейшие аппаратные методики, профессиональная косметика, опытные мастера. Процедуры моментального омоложения, курсовые программы преображения, коррекция фигуры. Спа-ритуалы. Эстетические услуги, ногтевой сервис, уход за волосами.

beauty-salon.ru

МОТО

ул. Краснофлотская, 1
+7 988 142-14-27

ЭНАУРО23

ПРОКАТ ЭКСКУРСИИ

KTM, HONDA, YAMAHA • ГИДЫ • ОБУЧЕНИЕ С 6 ЛЕТ

ОЛИМП

ЦЕНТР ЗДОРОВЬЯ HEALTH CENTER

- диагностика, check up
- консультации врачей-специалистов
- лечебные ванны и массажи
- физиотерапия, грязелечение
- курсовое и санаторное лечение
- лечебные процедуры для детей

Роза Хутор, Горная Олимпийская деревня, ул. Медвеья, 4, отель Rosa Springs 4*
8-938-400-54-63 rosasprings.ru/healthcenter/

Альпийская

Открытие в горном туризме с 1988 года

СНАРЯЖЕНИЕ, ОДЕЖДА, ОБУВЬ для туризма и активного отдыха

ПРОКАТ ТУРИСТИЧЕСКОГО СНАРЯЖЕНИЯ (ПАЛАТКИ, СПАЛЬНИКИ, КОВРИКИ, ОБУВЬ И Т.Д.)

Красная поляна, ул. Мичурина, 1/1 +7 (862) 243-70-17
Эсто-Садок, ГТЦ Альпика-Сервис, ул. Олимпийская, 24. +7 (988) 155-15-20
Эсто-Садок, Курорт Роза Хутор, ул. Каменика, д. 2. +7 (862) 243-07-12

ПОХОДЫ С ГИДАМИ

ПАЛАТОЧНЫЕ ЛАГЕРЯ ПРОКАТ СНАРЯЖЕНИЯ МАГАЗИН

КРАСНОПОЛЯНСКИЙ ГОРНЫЙ КЛУБ СПОРТ-МАРАФОН

+7 (862) 300 01 75
www.kpmountainclub.ru
ГК Роза Хутор, ул. Каменка д.2