

Тур с программой

# "Будь здоров! Магия воды в Адыгее", тур на 7 дней, отдых + экскурсии + геотермальные источники, Адыгея

## Программа тура

**База отдыха "Активация"** расположена в живописном и экологически чистом месте Республики Адыгея – поселке Каменноостский. В шаговой доступности Хаджохская теснина, скала Копилка, ущелье Мишоко, Красное озеро, бурлящая река Белая.

*1-, 2-, 3-местное размещение: номера со всеми удобствами (туалет, душ).*

К размещению предлагаются номера стандарт со всеми удобствами. В комнатах есть 2-спальная кровать (которую можно раздвигать), раскладные диваны, прикроватные тумбочки для хранения вещей, а также стол со стульями и телевизор, холодильник, шкаф, чайник, фен. Всем проживающим предоставляется доступ к Wi-Fi.

На территории базы находится столовая, в которой готовят вкусное разнообразное сытное 3-разовое питание. В меню базы будут присутствовать блюда как классической европейской кухни, так и народов Кавказа.

Бассейн с подогреваемой горной водой, большие беседки, качели, мангальная зона, парковка, мини-зоопарк.

---

**1-й день**  
**воскресенье**

---

**Встреча происходит в день начала тура:**

**1. Ж/Д вокзал в г. Краснодар:**

Каждое воскресенье:

— с 10:00 до 11:00;

**2. Аэропорт в г. Минеральные воды:**

Каждое воскресенье:

— с 10:00 до 12:00;

— с 15:00 до 16:00;

Каждая суббота:

— с 15:00 до 16:00.

**3. Аэропорт в г. Ставрополь:**

Каждое воскресенье:

— с 14:00 до 15:30;

— с 16:00 до 17:30;

Каждая суббота:

— с 14:00 до 15:30;

— с 16:00 до 17:30.

**Трансфер в день заезда позже указанного времени оплачивается отдыхающими самостоятельно и не компенсируется. Стоимость индивидуального трансфера по предварительному заказу до 4-х чел.:**

4000 руб. с/до ж/д вокзала Краснодара;

1500 руб. с/до вокзала Майкопа;

6000 руб. из/до аэропорта Ставрополь;

7500 руб. из/до аэропорта Минеральные воды.

**14:30 Прибытие в пос. Каменноостровский. Размещение на базе "Активация" в номерах со всеми удобствами.** Знакомство группы с гидом-инструктором

**15:00 Экскурсия в живописное ущелье Мишоко.** Это место пока не тронуто цивилизацией. Красивейшие водопады, высокие скалы, уникальное красное озеро, завораживающие виды — все это навсегда останется в вашей памяти.

**18:00 Ужин.**

**19:00 Поездка на термальные источники (1 час).** Центр отдыха «Термальный парк-отель ПСЫГУПС» расположен вдали от шума и суеты больших городов в тихом и зеленом поселке Тульском в Республике Адыгея. Температура воды в бассейнах регулируется автоматически в зависимости от погоды на улице **и всегда является комфортной для купания (от 30 до 37°C)**. Купание в открытых бассейнах с проточной горячей водой, насыщенной минералами природных недр. Расслабляющий и оздоровительный эффект достигается благодаря особым свойствам термальных вод. Вода используется в лечении болезней сердечно-сосудистой системы, ревматологических, кожных заболеваний, болезней нервной системы, заболеваний опорно-двигательного аппарата, болезней нарушения обмена веществ и эндокринной системы.

**Питание:** Ужин.

**Города:** Краснодар, Минеральные Воды, Каменноостровский

**Достопримечательности:** Ущелье Мешоко

---

**2-й день**

**понедельник**

---

**09:00 Завтрак.**

**10:00 Поездка в Михайло-Афонскую Закубанскую пустынь.** На зеленом склоне горы Физиагбо в центре Адыгеи издалека видны белые строения самого высокогорного монастыря России. Обзорная экскурсия по монастырю, осмотр раскопанного неподалеку фундамента древнего византийского храма с бапсистерием, посещение Успенских келий, где жили первые монахи, и чудотворного источника новомученика инока Афанасия. На горном склоне у монастыря сохранились рукотворные пещеры, где жили и молились святые старцы. Узкий проход приводит в зал с высоким куполом, в восточной стене которого вырублена ниша для алтаря. Тишина и темнота окутывают подземный храм на глубине 50 м.

**13:00 Обед.**

**14:00 Посещение термальных источников (3 часа).** Центр отдыха «Термальный парк-отель ПСЫГУПС» расположен вдали от шума и суеты больших городов в тихом и зеленом поселке Тульском в Республике Адыгея. Температура воды в бассейнах регулируется автоматически в зависимости от погоды на улице и всегда является комфортной для купания (от 30 до 37°C). Купание в открытых бассейнах с проточной горячей водой, насыщенной минералами природных недр. Расслабляющий и оздоровительный эффект достигается благодаря особым свойствам термальных вод. Вода используется в лечении болезней сердечно-сосудистой системы, ревматологических, кожных заболеваний, болезней нервной системы, заболеваний опорно-двигательного аппарата, болезней нарушения обмена веществ и эндокринной системы.

**19:00 Ужин.**

**Питание:** Завтрак. Обед. Ужин.

**Города:** Каменномоостский

**Достопримечательности:** Успенский храм Свято-Михайло-Афонской Закубанской пустыни

---

### **3-й день**

#### **вторник**

---

**09:00 Завтрак.**

**10:00 Экскурсия в Хаджохскую теснину.** Теснина является частью Большого Хаджохского каньона. Это извилистая щель в скалах над рекой Белая. Длина теснины равна 400 м, глубина около – 40, ширина в различных участках колеблется от 2 до 7 м.

**13:00 Обед.**

**14:00 Поездка на термальные источники (3 часа).** Центр отдыха «Термальный парк-отель ПСЫГУПС» расположен вдали от шума и суеты больших городов в тихом и зеленом поселке Тульском в Республике Адыгея. Температура воды в бассейнах регулируется автоматически в зависимости от погоды на улице **и всегда является комфортной для купания (от 30 до 37°C)**. Купание в открытых бассейнах с проточной горячей водой, насыщенной минералами природных недр. Расслабляющий и оздоровительный эффект достигается благодаря особым свойствам термальных вод. Вода используется в лечении болезней сердечно-сосудистой системы, ревматологических, кожных заболеваний, болезней нервной системы, заболеваний опорно-двигательного аппарата, болезней нарушения обмена веществ и эндокринной системы.

**18:00 Ужин.**

**18:30 Мастер-класс по приготовлению Адыгейского сыра с дегустацией.** Узнаем секреты и тонкости приготовления сыра в домашних условиях. Домашний сыр вкуснее, вы сможете в этом убедиться.

**Питание:** Завтрак. Обед. Ужин.

**Города:** Каменномоостский

**Достопримечательности:** Хаджохская теснина (Каменномоостский каньон)

**Водоемы:** Река Белая

---

### **4-й день**

#### **среда**

---

**09:00 Завтрак.**

**10:00 Экскурсия к реликтовому ущелью Руфабго с его водопадами.** От первого водопада, называемого Шум, до второго – Каскадный – около 750 м. Самым красивым признан третий водопад Сердце Руфабго. Узкий поток воды, обтекая громадную каменную глыбу, обрывается в живописное глубокое ущелье. Скалы ущелья, сложенные горизонтально залегающими плитами известняка, наполняют пространство загадочными звуками эха. «Сердцем Великана» зовут люди этот камень и рассказывают древнюю легенду.

**13:00 Обед.**

**14:00 Поездка на термальные источники (3 часа).** Центр отдыха «Термальный парк-отель ПСЫГУПС» расположен вдали от шума и суеты больших городов в тихом и зеленом поселке Тульском в Республике Адыгея. Температура воды в бассейнах регулируется автоматически в зависимости от погоды на улице **и всегда является комфортной для купания (от 30 до 37°С).** Купание в открытых бассейнах с проточной горячей водой, насыщенной минералами природных недр. Расслабляющий и оздоровительный эффект достигается благодаря особым свойствам термальных вод. Вода используется в лечении болезней сердечно-сосудистой системы, ревматологических, кожных заболеваний, болезней нервной системы, заболеваний опорно-двигательного аппарата, болезней нарушения обмена веществ и эндокринной системы.

**19:00 Ужин.**

**Питание:** Завтрак. Обед. Ужин.

**Города:** Каменномоостский

**Достопримечательности:** водопады Руфабго

---

## 5-й день

четверг

---

**09:00 Завтрак.**

**10:00 Выезд на горное плато Лаго-Наки на Западном Кавказе, высота до 2200 м.** По пути останавливаемся на панорамных площадках с видами на трехтысячники Главного Кавказского хребта. Плато Лаго-Наки, известное своими снежными склонами зимой и альпийскими лугами летом, входит в состав Кавказского государственного природного биосферного заповедника, являющегося объектом Всемирного наследия ЮНЕСКО, с возможностью **катаний на санках, снегоходах, лыжах, на плато есть лавки с местными сувенирами.**

**Посещение Большой Азишской пещеры** - уникального места, памятника природы, который входит в пятерку красивейших пещер, находящихся на территории Европы. Микроклимат внутри пещеры обладает антибактериальными свойствами и имеет постоянную температуру 4 С° и повышенную влажность. Общая площадь пещеры 690 метров. Азишская пещера идеально оборудована для посещения туристами, проводится экскурсия, есть ступени и ограждения.

**Обед-пикник на маршруте.**

На обратном пути посещаем не оборудованную пещеру.

**18:00 Ужин.** Общаемся, делимся впечатлениями, едим вкусный приготовленный на углях шашлык.

**Бесплатный трансфер на термальные источники.**

**Питание:** Завтрак. Обед. Ужин.

**Города:** Каменномоостский

**Достопримечательности:** Плато Лаго-Наки, Большая Азишская пещера

---

## 6-й день

пятница

---

**09:00 Завтрак.**

**10:00 Экскурсия в город Майкоп** – один из самых красивых и благоустроенных городов Северного Кавказа.

**Майкоп является столицей республики,** а название города переводится как «Долина Яблук».

Географическое положение города, чистота природы, воздуха и воды, делают его необычайно привлекательным. В городе множество интересных мест. В ходе экскурсии мы посетим **Национальный музей, Музей востока, Соборную мечеть.** Маленький, аккуратный город с ровными улочками не оставит равнодушными гостей Республики.

**13:00 Обед на маршруте в ресторане национальной кухни.**

14:30 После обеда **прогулка по городскому парку.**

**18:00 Ужин.**

**Питание:** Завтрак. Обед. Ужин.

**Города:** Майкоп

**Достопримечательности:** Национальный музей (Майкоп), Музей востока, Соборная мечеть Майкопа

---

**7-й день**  
**суббота**

---

**09:00 Завтрак. Вручение подарков каждому, кто прошел АКТИВАЦИЮ.**

**10:00 Отъезд.** Групповой трансфер на ж/д вокзал Краснодара, в а/п Минеральные Воды.

С учетом времени на дорогу и регистрацию билеты на обратный рейс/поезд из Краснодара желательно брать, начиная с 15:00, на рейс из Минеральных Вод - после 17:00.

**Питание:** Завтрак.

Программа тура актуальна на 05.04.2026